











# ఆయిల్ సంక్షోభంలో భారత్ !

మధ్యప్రాచ్యంలో యుద్ధ వాతావరణం నేపథ్యంలో భారత్ లో కరోనా లాంటి దుర్భర పరిస్థితులు రాబోతున్నాయని ప్రధాని మోడీ చేసిన హెచ్చరిక మనం అప్రమత్తంగా ఉండాలని పరిస్థితిని సూచిస్తోంది. ఎందుకంటే గల్ఫ్ ఆయిల్ దక్షిణే తప్ప ఇక్కడ బండి నడవని పరిస్థితులు ఉన్నాయి. దేశీయంగా మనం గ్యాస్ ఉత్పత్తి చేస్తున్నా... సోలార్ విద్యుత్ పొందుతున్నా మనమీదా స్వయం సమర్థి సాధించలేక పోయాం. ఇప్పుడేమిప్పుడే సోలార్ రంగంలో గణనీయమైన ప్రగతి సాధిస్తున్నాం. అయితే ఆయిల్ కు ప్రత్యమ్నాయంగా మనం ఎదగడం లేదు. నేచరల్ గ్యాస్ లభ్యత అంతంత మాత్రంగానే ఉంది. చమురు వినియోగంలో రవాణా రంగానిది ప్రధమ స్థానం. రవాణా కార్యక్రమాలలో సహజవాయువు వినియోగం అతివేగంగా పెరగలేదు. రైల్వేలో సైతం డీజిల్ వినియోగం ఎక్కువే అయినా 90శాతానికి పైగా రైల్వే లైన్లు విద్యుద్దీకరణ కావడంతో ఆ చమురు వినియోగం 62శాతానికి తగ్గింది. విద్యుదుత్పాదనలో సహజవాయువుకు ప్రాధాన్యం అంత కంతకా పెరిగిపోతోంది. వ్యవసాయ రంగంలో సన్నకారు రైతుల సాగు భావులకు విద్యుత్ వంపు సెట్లు అందించడం ద్వారా గ్రామిణ విద్యుత్ సరఫరాకు ఊతమివ్వడం డీజిల్ వినియోగాన్ని తగ్గించడంలో భాగమే. అనేక రాష్ట్రాల్లో వ్యవసాయ వంపు సెట్లు ఇప్పటికీ డీజిల్ పై ఆధారపడి ఉండగా ఎరువుల కర్మాగారాలు గ్యాస్ ఆధారితంగా ఉన్నాయి. ఎరువుల ఉత్పత్తికి అవసరమైన రసాయనాలు సైతం గల్ఫ్ దేశాల నుంచే దిగుమతి అవుతున్నాయన్న విషయం విస్మరించలేదే. ఇరాన్ తో యుద్ధం ఇప్పుడే ముగిస్తుందా అన్నది కూడా సందేహంగానే ఉంది. ట్రంప్ మార్గత్యంపైనే యుద్ధం ముగించే ఆధారపడి ఉంది. వెనిజువెలా చెరపట్టినట్లుగా ఇరాన్ ను చెరపట్టవచ్చన్న ట్రంప్ ఎత్తుగడలు ఫలింప లేదు. ట్రంప్ అంచనాలు తరికించడం లేదా నిలిపి వేయడం అసంభవం. మధ్యప్రాచ్య దేశాలలో ముగిసిన దాని తాలూకు సఫ్తాల భరించి ముందుకు వెళ్లడానికి కనీసం ఓ ఐదారు నెలలు పడుతుంది. ఈ దశలో ఆయిల్ వాడకాలు తగ్గించుకోవడం మంచిది. దేశీయ ఉత్పత్తులను మాత్రమే వాడాలన్న నిబంధన రాబాలి. దేశీయ వస్తువులను వాడేందుకు పెద్ద పట్టు చర్యలు తీసుకోవాలి. రైతులు పండించే పంటలకు తోడు, దేశానికి అవసరమైన పంటలను పండించేలా రైతులను ప్రోత్సహించాలి. దిగుమతులను తగ్గించు కోవడం లేదా నిలిపి వేయడం అసంభవం. మధ్యప్రాచ్య దేశాలలో తరచూ యుద్ధ ఉద్రిక్తతలు నెలకొనడం పరిచాలి. ఈ దేశాల చమురు ఉత్పత్తులపై ఆధారపడ్డ దేశాలు, మరీ ముఖ్యంగా భారత్ యుద్ధ పరిస్థితులు తరలైన ప్రతిసారీ తీవ్ర ఓడుదురుకులు ఎదుర్కొంటుంది. ఇప్పుడూ అది జరుగుతోంది. అరబ్ దేశాలు, ఇరాన్, ఇజ్రాయెల్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు ఉత్పన్నమైన ప్రతిసారీ చమురు ధరలు పెరగుతాయి. వెనువెంటనే డ్రవ్వోల్లండు ముమ్మరమవుతుంది. భారత్ అర్థిక వ్యవస్థ పురోగతికి విమాతం పాలిస్తుంది. రాజకీయ అంశాలకు తోడుగా సైనిక సమీక్షలకు దోహదం, దౌత్య వ్యవహారాల విధిన్న సవాళ్ళు మధ్య భారత్ ఆవిరూచి అడుగులు వేస్తోంది. ఇప్పటి వరకు దౌత్యపరంగా భారత్ తనదణాలు లేకుండా నెగ్గుకు వస్తోంది. ఎక్కువ తప్పటదుగు వేసిన భారత్ అర్థిక వ్యవస్థ భారీ మూల్యం చెల్లించు కోవల్సివస్తుంది. గోరుచుట్టుపై రోకటిపోటులా తాజా యుద్ధం కారణంగా చమురు ధరలు పెరుగుదల, అలభ్యత వంటి ప్రతికూల పరిస్థితులలో భారత్ దెబ్బతింటోంది.. డ్రవ్వోల్లండు, నిరుద్యోగం ఇప్పటికే దాడి చేస్తున్నాయి. ప్రస్తుతం ఇరాన్ కు వ్యతిరేకంగా అమెరికా ఇజ్రాయెల్ చేస్తున్న యుద్ధ పరిణామాలను గమనిస్తుంటే ఇదంతా ప్రపంచ వినాశనానికి దారితీసేలా ఉంది. మధ్యప్రాచ్యంలో యుద్ధ భయాల చెలరేగిన ప్రతిసారీ చమురు ధరలు తీవ్ర ప్రభావం చూపుతోంది. ప్రపంచంలో వస్తున్న ఓడిదురుకుల దౌగిస్తా భారత్ ప్రభుత్వం ప్రత్యామ్నాయ మార్గాలపై భారత్ ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలి. ఇరాన్ కు దౌగిస్తా భారత్ భౌగోళిక ఉత్పత్తిని పెంచుంది. 1990వ దశకంలో సరఫరాకల అర్థిక విధానాలతో పారాజామికాభివృద్ధి ఇతోధికమయిన కారణంగా చమురు, సహజ వాయువు అవసరాలు మున్నెన్నడు లేని విధంగా పెరిగిపోయాయి. వాటి దిగుమతులపై ఆధారపడడమూ అసహ్యంగా పెరిగిపోయింది. కీలకమైన విద్యుత్ ఉత్పత్తి రంగంలో కాలియూమిక వాయు ఉద్ధారాలను నియంత్రించేందుకు భౌగో వినియోగాన్ని తగ్గించు క్రమేణా సహజవాయువు వినియోగాన్ని అధికం చేశారు. అయితే విద్యుదుత్పాదనకు వినియోగిస్తున్న సహజవాయువు విదేశాల నుంచి దిగుమతి చేసుకునేదే కావడం గమనార్హం. భారత్ అర్థిక వ్యవస్థ అభివృద్ధి అనేది దిగుమతి చేసుకుంటున్న చమురు ధరలపై ఆధారపడి ఉన్నది. రష్యా నుంచి దిగుమతి చేసుకున్న చమురును స్థానిక వివణితో విక్రయించకుండా విదేశాలకు ఎగుమతి చేస్తున్నారు. అరేబియా నున్న తీవ్ర ఎలమిది దేశాలు భారత్ కు చమురు సరఫరా చేస్తున్నాయి. అదే అమెరికా నుంచి దిగుమతి చేసుకోవడానికి ప్రాధాన్యమైన మార్కెట్ అధిష్టత కోరబోతో వ్యవహారం ఏ ఆ ఒక్క దేశంపై మాత్రమే ఆధారపడవల్సి ఉంటుంది. అయితే ఇప్పుడే ఈ యుద్ధం ముగిసినా ముప్పు తప్పేలా లేదు. రేపు వరలాంటి ముప్పు వస్తుందో చెప్పలేం. అందువల్ల భారత్ స్వయం సమర్థి దిశగా అడుగులు వేయాలి. ప్రజలను అందుకు నన్నద్దం చేయాలి.

## సంపాదకీయం

# యుద్ధం ముగింపు కోసం అమెరికా ప్రయత్నాలు

15 డిసెంబర్ ఇరాన్ ముందు పెట్టిన ట్రంప్ 450 కిలోల యురేనియం అప్పగింపు ముఖ్యం

వాషింగ్టన్ : పశ్చిమాసియాలో యుద్ధాన్ని ముగించేందుకు ఇరాన్ తో అమెరికా ముమ్మరంగా చర్యలు జరుపుతోంది. ఇందులో భాగంగానే కాల్చుల విరమణ కోసం 15 యొంట్లతో కూడిన ప్రణాళికను అగ్రరాజ్య అధ్యక్షుడు ట్రంప్ ఇరాన్ కు పంపినట్లు తెలుస్తోంది. అదే సమయంలో పశ్చిమాసియాకు ఆదనపట్ల బలగాలను పంపించేందుకు అమెరికా సిద్ధమవుతుండటం గమనార్హం. ఈ శాంతి ప్రణాళికను పాకిస్తాన్ ప్రతినిధుల ద్వారా అమెరికా ఇరాన్ (ఎస్ జీ) కు పంపించినట్లు సమాచారం. ఈ మేరకు విశ్వసనీయ వర్గాలను ఉటంకిస్తూ న్యూయార్క్ టైమ్స్ కథనం రాసింది. ఈ సీజ్ ఫైర్ గురించి ఇజ్రాయెల్ కు అగ్రరాజ్యం ఎలాంటి ముందస్తు సమాచారం ఇప్పటికే తెలుస్తోంది. అయితే, ఈ కథనాలపై వైట్ హౌస్ నుంచి స్పందన రాలేదు. యుద్ధం ముగింపు కోసం ఈ ప్రణాళికలో టైప్ రైట్ చేసినట్లు చెబుతుంది. పశ్చిమాసియాలో నెలకొన్న ఉద్రిక్తతలను నిలిపివేసే ప్రయత్నంలో భాగంగా అమెరికా కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు ఇరాన్ కు 15 నూత్రాలతో కూడిన వివరణాత్మక కాల్చుల విరమణ ప్రతిపాదనను పంపినట్లు తెలుస్తోంది. పలు అంతర్జాతీయ వి డియా కథనాల ప్రకారం.. ఈ ప్రణాళికను పాకిస్తాన్ కు చెందిన మధ్యవర్తుల ద్వారా అందించారని తెలుస్తోంది. వాషింగ్టన్, బెల్జిన్ ల మధ్య కొత్త చర్యలకు ఆతిథ్యమిచ్చేందుకు కూడా పాకిస్తాన్ ముందుకొచ్చింది. పశ్చిమాసియా ప్రాంతాల్లో ఇప్పటికే మోహరించిన సుమారు 50వేల మంది సిబ్బందికి తోడు మరో వెయ్యి మంది సైనికులను పంపించుకు యూఎస్ సైన్యం సన్నద్ధమవుతున్న తరుణంలో ఈ దౌత్యచర్యలను చర్య చోటచేసుకుంది. కాల్చుల విరమణ ప్రతిపాదనలతో పాటు 2 మెర్సెస్ ఎక్స్ వెడిషన్ లో యూనిట్లను కూడా పశ్చిమాసియాకు పంపిస్తోంది అమెరికా. ఇవి సుమారు 5వేల మంది మెర్సెస్ లను సహా వేల మంది సైనికులను తీసుకువస్తాయి. మరోవైపు.. ఇరాన్ పై తమ సైనిక ఒత్తిడిని కొనసాగించాలని అమెరికాను పట్టుబడుతున్న ఇజ్రాయెల్ కు అమెరికా చర్యలు తీవ్ర విస్మయానికి గురిచేస్తున్నాయి. ఈ రితిలో వాషింగ్టన్ కాల్చుల విరమణ ప్రణాళికను ముందుకు తెస్తుందని ఇజ్రాయెల్ ఆశించినట్లు చెబుతుంది. వి డియా కథనాలు నివేదిస్తున్నాయి. యుద్ధాన్ని ముగించేందుకు కఠినమైన చర్యలను విధిస్తూ ట్రంప్ ప్రభుత్వం ప్రతిపాదనలు పంపింది. అందులో యురేనియం శుద్ధిని నిలిపివేయడం, హోర్నజ్ జలసంధిని పూర్తిగా తిరిగి తెరవడం సహా అమెరికా, ఇజ్రాయెల్ ప్రకటించిన యుద్ధ లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా ఉండేలా కీలక చర్యలున్నాయి. ఇరాన్ తన ప్రస్తుత ఆణు సామర్థ్యాలను విచ్చిన్నం చేయడం, ఇరాన్ ఇక్కడే ఎప్పటికీ ఆణ్యాయ అంశం అభివృద్ధి చేయబోమని హామీ ఇవ్వడం, ఇరాన్ భూభాగంలో యురేనియం సుసంపన్నం చేయడానికి అనుమతించక పోవడం సుమారు 450 కిలోల యురేనియం నిల్వలో 60 శాతాన్ని అంతర్జాతీయ అణుశక్తి సంస్థకు అప్పగించడం. నతాంజ్, ఇస్ఫహాన్, షోర్రోలోని అణు కేంద్రాలను కూల్చివేయడం. ఇరాన్ వ్యాప్తంగా ఇవి ఈవేకు పూర్తి పారదర్శకత కల్పించడం. ఇరాన్ తన ప్రాంతీయ మధ్యవర్తిత్వ కార్యక్రమాలను నిలిపివేయడం. మిశ్రమకట్ మిలిషియాలకు మద్దతును నిలిపివేయడం. హోర్నజ్ జలసంధిని ప్రపంచవ్యాప్త రవాణాకు తెరిచి ఉంచడం. ఇరాన్ క్షిపణి పరిధిని, పరిమాణాలను పరిమితం చేయడం. భవిష్యత్తులో క్షిపణి వినియోగం కచ్చితంగా ఆత్యర్థక్షణకు మాత్రమే వినియోగించడం. పైన పేర్కొన్న పలు కీలక ప్రతిపాదనలతో కూడిన కాల్చుల విరమణ ప్రణాళికను ఇరాన్ కు అమెరికా పంపినట్లు సమాచారం.



# ఇరాన్ పై యుద్ధం గెలిచాం

వాషింగ్టన్ : ఇరాన్ తో జరుగుతున్న యుద్ధంలో తాము గెలిచామని అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ ప్రకటించారు. ఈ విషయంలో ఇరాన్ ను సైనికపరంగా అంత మొందించామని ఆయన అన్నారు. ఆ దేశం ఇక్కడ ఎప్పటికీ అణ్యాయులను అభివృద్ధి చేయకూడదనేదే తమ మొదటి పరక అని.. దానికి ఇరాన్ అంగీకరించిందని కూడా ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. 'ఇరాన్ తో ప్రస్తుతం చర్యల కొనసాగుతున్నాయి. అమెరికా తో ఒప్పందం కుదుర్చుకునేందుకు ఆ దేశం ఆసక్తికి విదురుచూస్తోంది. ఇప్పటికే వారి నౌకాదళం, వైమానిక దళం పూర్తిగా ధ్వంసమవడం సహా రాధార వ్యవస్థలు కూడా దెబ్బతిన్నాయి. అమెరికా విమానాలు బెల్జిన్ మీదుగా చక్కర్లు కొడుతున్నాయి. ఒకవేళ చర్యలు విఫలమైతే..

**కన్నీరు పెట్టుకున్న కార్యకర్తలు..**  
కాంగ్రెస్ పార్టీకి శాపనారాలు.. పెట్టిన కార్యకర్తలు.. కాంగ్రెస్ కండువా వేసుకొని.. ఇందిరా భవన్ నుండి అభిమానులు, కార్యకర్తలు, నాయకులు నివాదాల మధ్య స్థానిక జంటి హనుమాన్ ఆలయం వరకు కాలినడక వెళ్లి కొబ్బరికాయ కాయ కొట్టి, పూజలు చేసి, స్థానిక బందారి గార్డెన్ వరకు వాహనంలో తరలి వెళ్లారు. నా ఈ స్థాయికి మిత్రులు, అభిమానులు, నాయకులు కార్యకర్తలు తోడ్పడ్డారు న్నారు. 1984 లో కాంగ్రెస్ పార్టీ చేరిన.. ఎన్నికల్లో గెలవడం ఓడటం సహజం

# ఎంత మందిని తోక్కుతావు..?

**సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై డైరెక్ట్ ఎటాక్..! రాజీనామా సభలో రెచ్చి పోయిన జీవనరెడ్డి**

**జగిత్యాల ప్రతినిధి మార్చి 24 నినాదం**



నీకు అడ్డం వస్తే తోక్కుతావా..? ఎంతమందిని తోక్కుతావు..? అంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పై మాజీ మంత్రి జీవన్ రెడ్డి విమర్శల వర్షం కురిపించారు. నాకు పోరాటం కొత్త ఏమీ కాదు ఇకనుంచి నిన్ను ఎదిరించడమే పనిగా పెట్టుకుంటానని రాజీనామా సభలో జీవన్ రెడ్డి బందారి గార్డెన్ లో ఏర్పాటుచేసిన జీవన్ రెడ్డి రాజీనామా సభకు దాదాపు 4వేల మంది కార్యకర్తలు అభిమానులు తరలివచ్చారు. బందారి గార్డెన్ జనసందోహంగా మారింది. వేదికపైనుంచి జీవనరెడ్డి 40మిగ్ల ప్రస్తావన తో మైలుకొద్ద చెప్పుకుంటూనే ముఖ్యమంత్రిని బార్లెట్ చేశారు. ముఖ్యమంత్రి స్థాయి ఉన్న నారాయణ్ సీనియర్లను తోక్కడమే పనిగా పెట్టుకున్నావా అని ఆవేశపూరితంగా ప్రశ్నించారు. నీకు నలహా ఇచ్చే వేం సరేందర్ రెడ్డి ఏవరు ఆయనకు కాంగ్రెస్కు ఉన్న సంబంధమేంటి..? చేసిన సేవ ఏంటి అని ప్రశ్నించారు. భారత్ జోడోయ్యత సంధర్భంగా చొప్పుదండి నియోజకవర్గం గంగ ధరలో రాష్ట్రపతి వ్యవహారాల ఇంచార్జ్ మినాక్షి నటరాజున్ను పిలిచి అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ ను గౌడ్ కలిసినప్పుడు స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో 80 శాతం టిఆర్ఎస్ వీకే ఇస్తామని నీ సీనియర్ల కి ఎక్కువ ఎక్కువ అందుకోవాలి అని ముఖ్యమంత్రిని హామీ ఇచ్చారన్నారు. ఇచ్చిన మాటకు పూర్తి వ్యతిరేకంగా ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేకు పోరాల్లో అప్పగించి నాకివ్వాలని బీమామంత్రి ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యే పెన్నుతో టిక్కెట్లు పెట్టడం కంటే అవమానం ఇంతముందుంది అనిపించారు. గడిచిన రెండేళ్లలో అడుగుడుగున అవమానిస్తూనే మానసిక క్షోభకు గురి చేసిన పాపం కచ్చితంగా తలుగుతుందన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీలో నేను ఏనాడూ పదవుల కోసం అతివేగంగా దొంగిలించినట్లు గాని సెక్యూరిటీయల్ చుట్టూ గాని తిగలేదని జెండా వాసిన కార్యకర్తల హక్కులకు భంగం కలుగుతుంటే ఎలా సమయం పాటిస్తానని ప్రశ్నించారు. జగిత్యాల మండలం జాబితాపూర్ గంగారెడ్డి అనే కార్యకర్తల దారుణంగా హత్య చేస్తే కనీసం చేయవల్సి ఆ కుటుంబం న్యాయం చేయాలని ప్రభుత్వం ఇప్పటివరకు స్పందించకపోవడం సిగ్గుచేటు అన్నారు. స్థానిక రాజీనామా చేస్తున్న సందర్భంగా పిలిచిన అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ నామమాత్రంగా వచ్చి అసహాయతగా వెళ్లిపోయారు. ఇంత జరుగుతున్నా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఎందుకు స్పందించలేదని ముఖ్యమంత్రి స్థాయికి నా స్థాయి సరిపోదా అని ప్రశ్నించారు. బాతులు తిట్టడం రోకలు మాట్లాడడం హోదా అయితే అవి నాకు లేవు అన్నారు. పిలిచిన అధ్యక్షుని అధిష్టానం నన్ను అనుకున్నప్పుడు నేను ముఖ్యమంత్రి స్థాయికి గల వ్యక్తినే కదా అన్నారు. ఇంకా ఎంతకాలం ఈ అవమానాలు.. ఈ మానసిక క్షోభ అని నా అభిమానులు కార్యకర్తలు కోరుకుంటేనే రాజీనామాకు సిద్ధపడ్డ అన్నారు. 40 ఏళ్ల ప్రస్థానాన్ని విడి చేసిన పరిస్థితిలో వీడుతున్న అనే కన్నీటి పర్వంతమయ్యాం. జీవన్ రెడ్డి వెంటే ఉంటామని ముక్తకంఠంతో నినదించిన అభిమానులు.. కార్యకర్తల తో సభ హోతీతిపోయింది.



నిలవకపోతే పార్టీ లో ఏవిధముగా కొనసాగటం.. అన్నారు. దేవాలయాల కమిటీలో ప్రజాసేవకు ఎవరు ముందుకు రాని పరిస్థితిలో సైతం స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ విజయం సాధించడం కాంగ్రెస్ పార్టీ బల్యతకు నిదర్శనమన్నారు. 1996 శాసన సభ ఉప ఎన్నికల్లో 1 లక్ష ఓట్లు పోటీలో 54 వేల మెజారిటీ తో గెలుపొందిన అన్నారు. ఉప ఎన్నికల్లో 73 శాతం ఓట్లతో గెలుపొందిన చరిత్ర దేశంలో ఏ రాష్ట్రంలో లేదన్నారు.

**మెజారిటీ ఉండగా ఫిరాయింపులు ఎందుకు?**  
కాంగ్రెస్ పార్టీ 65 స్థానాలు, ఒకటి సీట్ ఏ 7 గురు ఎం అం సపోర్ట్ ఉండగా.. మెజారిటీ ఉండి కూడా బీ ఆర్ ఎస్ పార్టీ పది స్థానాల ఫిరాయింపులు ప్రోత్సహించారన్నారు. దశాబ్ద కాలం కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తల పై డ్రవ్వం చేసిన వారిని మళ్ళీ పార్టీ లో స్థానం కల్పించారన్నారు. స్థానిక కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తల హక్కులను దోచుకున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు

**హామీలు ఉత్తవే..!**  
విధి లేని పరిస్థితిలో బీ ఆర్ ఎస్ పార్టీ ఎమ్మెల్యేలను చేర్చుకున్నాం. మీ హక్కులు కు భంగం కలుగనివ్వమని కేసీ వేణుగోపాల్, శ్రీధర్ బాబు, అధ్యక్షుల లక్ష్య కుమార్ హామీ ఇచ్చారు న్నారు జగిత్యాల మార్కెట్ కమిటీ మారు గంగారెడ్డి, రాయలకోట మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ మహిషాల్ రెడ్డి నియామకంలో అందరూ ఏకాభిప్రాయం తెలిపారన్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ను కలిసి మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ ల ప్రతిపాదనలు అందజేయగా వేం సరేందర్ రెడ్డిని అప్పగించగా.. ఆవిష్కరించి అని అడిగితే నాది ఏముంది నాది పోస్ట్ మాన్ ఉద్దేశ్యం నీ ఎం ఏది చెప్పే ఆది చెప్పే అన్నారు. సీఎం అమెరికా పర్యటన నుండి తిరిగి వచ్చిన తర్వాత మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ పోస్టుల కోసం రెండో ప్రతిపాదన చేశారన్నారు. దశాబ్దాల తరబడి నాకు అందగా నిల్చిన నాయకుడు అతి కిరాతకంగా హత్యకు గురైతే బందల పోరాటం చేసిన.. నేను మంత్రి పదవికి నేను స్పందించలేదా వద్దా.. అని ప్రశ్నించారు. ఓ కాంగ్రెస్ కార్యకర్త అనే దారుణంగా నడి బజారులో పంపబడితే కనీసం నీ ఎం రేవంత్ రెడ్డి ఏం జరిగింది అని కూడా అడుగులేదన్నారు. నా స్థాయి ముఖ్యమంత్రి ఓడార్లు కోరుకునే స్థాయి కాదా.. అని నిలదీశారు..

**ఇక మిగిలిన ఏముంది..**  
పదవులు ఇతకే లేకున్న.. కానీ అత్య గౌరవం కావాలా వద్దా అన్నారు. మినాక్షి నటరాజుని 80 శాతం టిక్కెట్ల ప్రాధాన్యత ఉంటుందని హామీ ఇచ్చారు. మాట తప్పారు. శాసన మండలి లో ఒంటల పోరాటం చేసిన.. నేను మంత్రి పదవికి అడ్డుదీని కాదా.. సోనియా గాంధీ నిర్ణయం తీసుకున్నారు.. పి నీ నీ అధ్యక్షుడిని నన్ను సోనియా గాంధీ నిర్ణయించుకున్న తర్వాత మారుతుందా.. అన్నారు. పెట్టుబడి దారులు నారాయణ్ సాగర్ ఉప ఎన్నికలు ఉన్నాయని వాయుల వేశారన్నారు. పీ నీ నీ అధ్యక్ష స్థాయి వ్యక్తిని నియోజక వర్గంలో నా హక్కుల కోసం పోరాటం చేయాలిని పరిస్థితి తీసుకువచ్చారన్నారు ఎమ్మెల్యే జీవన్ రెడ్డి ఎదగకుండా అణగదొక్కారు.. రేవంత్ రెడ్డి ఆలోచన.. మార్కెట్ అని హెచ్చరించారు..

ఎదిరించి పోరాటం చేయం నాకు కొత్త కాదు. చంద్రబాబును, కెసీఆర్ ను ఎదిరించి పోరాటం చేసిన. రేవంత్ రెడ్డిను ఎదిరించి పోరాటం చేయడం వద్ద వసేం కాదన్నారు. ఎదిర్నాస్తే పోయేది ఏముంది.. ఇంకా ఎంతకాలం ఈ అవమానాలు.. ఎంతకాలం ఈ మానసిక అని హెచ్చరించారు..

**మమ్మల్ని ఏ శక్తి కూడా అడ్డుకోలేదు.**  
రేవంత్ రెడ్డి కార్యకర్తలను గౌరవించడం తెలుసుకో అని అన్నారు గ నాలుగు దశాబ్దాలూ అందగా నిల్చిన

**ట్రంప్ మరో కీలక నిర్ణయం**  
ఇరాన్ తో శాంతి చర్యలు జరుగుతున్నట్లు చెప్పిన ట్రంప్.. మరో కీలక ఆదేశం ఇచ్చారు. ఇరాన్ భూభాగానికి సమీపంలో వాడు వేల మంది పారాట్రూపర్లను మోహరించారు. ఏ క్షణమైనా రాష్ట్ర దాడికి తప్పిస్తే అవికాశాలు ఉన్నాయని చెప్పారు. భూతల దాడులు చేస్తే తిప్పికొందుతామని ఇరాన్ చెబుతున్న నేపథ్యంలో.. వెంటగానే అధికారులు కొత్త ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అమెరికన్ ఆర్మీలోని 82వ ఎయిర్ బోర్నె డివిజన్ కు చెందిన సుమారు 2000 మంది ఎలైట్ బలగాలు అందజూట్టడం ఉండనున్నాయి. అమెరికాకు చెందిన వాషింగ్టన్ పోస్ట్, న్యూయార్క్ టైమ్స్ కథనాలు రాశాయి. ఆదేశాలు ఇచ్చిన 18 గంటల లోపే విమానాళ యాలను, ఎంజీఎల్ ను సీజ్ చేసి సత్తా ఈ దశానికి ఉంటుంది. వీలైనంత మందిని తరలింపగలరు కూడా. ఈ వారం చివరలో మరో 2500 మెర్సెస్ కూడా గౌడ్ ఆవేషన కోసం సిద్ధం అవుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. అయితే ఖర్చు దీనిలో ఉన్న ప్రధాన ఆయిల్ భాగమతి కేంద్రాన్ని సీజ్ చేయాలన్న ఉద్దేశంతో అమెరికా ఉన్నట్లు భావిస్తున్నారు. దీని కోసమే పారాట్రూపర్ల రెడ్డి అవుతున్నట్లు అంచనా వేస్తున్నారు. ఇరాన్ కు సవి పంగా వస్తే అమెరికా సైనికులను ఎలా ఎదుర్కోవాలో తమ దళాలకు తెలుసు అని ఇటీవల ఇరాన్ సీనియర్ మిలిటరీ అడ్మిజరల్ అలీ అక్బర్ అహ్మద్ ని వార్తాంగి ఇచ్చిన విషయం తెలిసిందే.

అమెరికా ఏదైనా చేయగలదు' అని ట్రంప్ చెప్పారు. మరోవైపు ఇరాన్.. అమెరికాకు హోర్నజ్ జలసంధికి సంబంధించి ఓ పెద్ద గిట్ట ఇచ్చిందని ట్రంప్ తెలిపారు. అయితే.. ఆ బహుమతి ఏంటనే వివరాలను మాత్రం ఆయన వెల్లడించలేదు. అది చాలా విలువైన గిట్ట అని చెప్పుకొచ్చారు. అయితే.. ట్రంప్ వ్యాఖ్యలను పూర్తిగా తోసివేస్తున్నారు. అమెరికా తో ఇప్పటివరకు ఎలాంటి ప్రత్యక్ష చర్యలు జరగలేదని ఇరాన్ విదేశాంగ మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపింది. ఇదిలా ఉండగా.. పాకిస్తాన్, ఈజిప్ట్, టర్కీ వంటి దేశాలతో కలిసి ఇరాన్.. అమెరికాతో మధ్య మధ్యవర్తిత్వం వహించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ మేరకు పాక్ స్థానిక పత్రిక అసీమ్ మున్షీ ఇటీవల అగ్రరాజ్య అధ్యక్షుడు ట్రంప్ తో మాట్లాడినట్లు పాక్ వీ డి డ్రాయిన్ సంస్థలు వెల్లడించినట్లు సమాచారం. మరోవైపు.. సౌదీ అరేబియా యువరాజు మహమ్మద్ బిన్ సల్మాన్.. ఇరాన్ పై దాడులను కొనసాగించాలని ట్రంప్ ను కోరుకున్న న్యూయార్క్ టైమ్స్ తన కథనంలో రాసుకొచ్చింది. యుద్ధానికి ట్రంప్ 5 రోజుల విరామం ప్రకటించినప్పటికీ.. గల్ఫ్ దేశాలపై ఇరాన్ దాడులు కొనసాగుతున్నాయి. సౌదీ అరేబియా బాలిస్టిక్ క్షిపణి ఇరాన్ కు చెందిన 6 డ్రోన్లను కూల్చివేసింది. తూర్పు ప్రావిన్సులో తమ వాయు రక్షణ వ్యవస్థ ఒక బాలిస్టిక్ క్షిపణిని అడ్డుకుని నౌకాదళం, వైమానిక దళం పూర్తిగా ధ్వంసమవడం అదే ప్రాంతంలో కనీసం 6 డ్రోన్లను కూల్చివేసినట్లు సమాచారం. ఇజ్రాయెల్, కువైట్ దేశాలపై ఇరాన్ డ్రోన్ దాడి కొనసాగిస్తున్నట్లు అంతర్జాతీయ మీడియా కథనాల ద్వారా తెలుస్తోంది.

# నిశ్శబ్ద మహమ్మారి ముప్పు..!

“సూపర్ బ్యాక్టీరియా” ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలి  
డా. మానస ప్రభుత్వ వైద్యురాలు

ధర్మపురి, మార్చి 25 (నినాదం): దేశంలో యాంటిబయోటిక్స్ ప్రభావం తగ్గిపోతున్న పరిస్థితి వైద్య రంగాన్ని అంతోజనకు గురిచేస్తోంది. చిన్న ఇన్ఫెక్షన్లను సువి ప్రాణాపాయకమైన వరకు ఉపయోగించే యాంటిబయోటిక్స్ వనరులను పరిస్థితి ఏర్పడుతుండటం భవిష్యత్తులో పెద్ద ఆరోగ్య సమస్యగా మారుతుంది. ఈ పరిస్థితిని “యాంటిమైక్రోబయోటిక్స్ రెసిస్టెన్స్” అంటారు. దేశంలోని చెన్నై, ముంబై, కోల్కతా, ఢిల్లీ నగరాల్లో నిర్వహించిన తాజా శాస్త్రీయ అధ్యయనాలు ఈ సమస్య తీవ్రతను వెలుగులోకి తెచ్చాయి. ముఖ్యంగా మురుగునీటిలో యాంటిబయోటిక్స్ లోని “సూపర్ బ్యాక్టీరియా” పెరుగుతున్నట్లు గుర్తించారు. ఇక్కడ నుంచి ఆస్పత్రులు నుంచి, పరిశ్రమల నుంచి వచ్చే మురుగునీరు వివిధ రకాల సూక్ష్మజీవులకు కలయిక కేంద్రంగా మారి, బ్యాక్టీరియా ఒకదానితో ఒకటి జీన్స్ మార్చుకుంటున్న వేదికగా మారుతోంది. దీంతో యాంటి బయోటిక్స్ ప్రతిఘటన శక్తి వేగంగా పెరుగుతోంది.



పరిస్థితిని వేగంగా పెంచుతున్నాయి.

మరింత జాగ్రత్తగా...

ప్రజలు మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలని ధర్మపురి ప్రభుత్వ వైద్యురాలు డా. మానస ఎంటిబిఎస్ డివీసన్ పలు సూచనలు చేశారు. “డాక్టర్ సలహాతోనే యాంటిబయోటిక్స్ వాడాలి. ఫూర్స్ కోర్స్ తప్పనిసరిగా చేయాలి. స్వయంగా మందులు వాడడం ప్రమాదకరం.” అని ఆమె తెలిపారు. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి వ్యాయామం, యోగా, పాప్టికాహారం అటున రింపడం కూడా ముఖ్యమని సూచించారు.



బ్యాక్టీరియా యాంటిబయోటిక్స్ ను ఎదుర్కొనే విధానాలు కూడా వైద్యులను కలవర పెడుతున్నాయి. కొన్ని బ్యాక్టీరియా తమ కణ గోడలను బలపరచి మందుల లోపలికి రాకుండా అడ్డుకుంటుంది. మరి కొన్ని లోపలికి వచ్చిన మందులను బయటకు తోసివేస్తున్నాయి. ఇంకొన్ని యాంటి బయోటిక్స్ అణువులను పూర్తిగా ధ్వంసం చేసే సామర్థ్యాన్ని సంపాదించుకున్నాయి. దీంతో సాధారణ ఇన్ఫెక్షన్ ప్రాణాంతకంగా మారి పరిస్థితి వస్తుంది. ప్రజలు బాధ్యతగా మందులు వాడాలి,” అని సూచించారు.

అదేవిధంగా, యాంటిబయోటిక్స్ దుర్వినియోగం వల్ల భవిష్యత్తులో తీవ్రమైన పరిణామాలు ఎదురవుతాయని డా. వినయ్ కమ్యూనిటీ హెల్త్ సెంటర్ హెచ్చరించారు. “ఇప్పుడే నియంత్రణ చర్యలు తీసుకోకపోతే సాధారణ ఇన్ఫెక్షన్ ప్రాణాంతకంగా మారి పరిస్థితి వస్తుంది. ప్రజలు బాధ్యతగా మందులు వాడాలి,” అని సూచించారు.

ప్రభుత్వం మురుగునీటి పర్యవేక్షణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడం, జిప్సమ్ వినియోగం పై కఠిన నియంత్రణలు అమలు చేయడం, గ్రామ స్థాయిలో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం అత్యవసరమని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. మురుగునీటి విశ్లేషణ ద్వారా వ్యాధుల వ్యాప్తిని ముందుగానే గుర్తించే అవకాశం ఉందని, ఇది భవిష్యత్తులో పబ్లిక్ హెల్త్ అలర్ట్ సిస్టమ్ గా మారి అవకాశముందని చెబుతున్నారు.

వివిధ నగరాల్లో బ్యాక్టీరియా రకాలు వేరైనా, వాటిలో కోవిడ్ వైరస్ జీన్స్ ఒకటే ఉన్నట్లు అధ్యయనాలు వెల్లడించాయి. ఇది సమస్య దేశవ్యాప్తంగా వ్యాప్తి చెందడానికి సులువైన మార్గం. ఈ పరిస్థితి కొనసాగితే భవిష్యత్తులో సాధారణ జ్వరం కూడా తగ్గకపోవడం, చిన్న గాయాలు ప్రమాదకరమవడం, శస్త్రచికిత్సలు రిస్కగా మారడం వంటి పరిణామాలు సంభవించే అవకాశముందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

ఈ సమస్యకు ప్రధాన కారణంగా యాంటి బయోటిక్స్ ను అధికంగా, అవగాహన లేకుండా వినియోగించడం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. వైద్యుల సలహా లేకుండా మందులు వాడటం, ఫూర్స్ కోర్స్ చేయకపోవడం, పశువుల పెంపకం, వ్యవసాయంలో అధిక వినియోగం, మురుగునీటి శుద్ధి లోపాలు అన్ని కలిసి ఈ

# కొర్రల దెబ్బకు ఈ రోగాలన్నీ పరార్..

ప్రస్తుత కాలంలో ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెరుగుతోంది..  
పగర్, అధిక బరువు సహా.. ఎన్నో సమస్యలు వెంటాడుతున్న ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో శరీరానికి మేలు చేసే చిరుధాన్యాలను తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలని డైటీషియన్లు సూచిస్తున్నారు. అలాంటి చిరుధాన్యాలలో కొర్రలు ఒకటి..



చిరుధాన్యాలలో కొర్రలు ఒకటి.. ఫైబర్, ప్రోటీన్, ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉండే కొర్రలు ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి.. ఇవి మధుమేహం నియంత్రణకు, బరువు తగ్గడానికి, జీర్ణశక్తిని పెరుగుపరచడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తాయి.. అంతేకాకుండా సరాలకు బలాన్ని ఇచ్చి, రక్తపోషణను తగ్గిస్తాయి. డైటీషియన్లు ప్రకారం.. కొర్రలు, ఆంగులలో ఫాక్సిట్రో మిల్లెట్ లేదా ఇలాలియన్ మిల్లెట్ అని పిలిచే.. ఈ అద్భుతమైన నిరధాన్యం.. దాని విశేషమైన పోషక విలువలతో ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించడంలో ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తుంది. లేత పసుపు రంగులో ఉండే ఈ మిల్లెట్ ను గుర్తించడం సులభం. దీనిలో దాదాపు 8% ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థ పనితీరుకు తోడ్పడటమే కాకుండా, రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. బరువు నిరధాన్యాలలో కొర్రలు అత్యంత సమతుల్యమైన పోషకాలను అందిస్తాయని నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు.



సరాల సంబంధిత సమస్యలు:

కొర్రలు సహాయపడతాయి. ఫిట్నీస్ (ఎనిలెజ్), సయాటికా, వజ్రం (ట్రమర్), సడకలో సమస్యలు వంటి వాటికి కొర్రలు ఆహారంలో భాగం చేయడం మంచిదని సూచించబడింది. ఫార్మిస్ట్రీ, అలైమర్స్ వంటి దీర్ఘకాలిక సరాల క్షీణిత సంబంధిత వ్యాధులకు కూడా కొర్రలు ప్రయోజనకరంగా ఉంటాయి. సయాటికా గురించి మరింత వివరాలంటే, వెన్నెముకలోని రెండు వెర్టెబ్రల్ ఎముకల మధ్య దిన్నె స్పైన్ నన్నుగా మారినప్పుడు సరాలు ఒత్తిడికి గురి చేస్తూ కలుగుతుంది. దీనినే సయాటికా అంటారు. చిన్నపిల్లలలో తరచుగా కనిపించే టెన్ వెర్టెబ్రల్ సమస్యకు, అలాగే జ్వరం తీర్చడానికి ఉన్నప్పుడు వచ్చే ఫిట్నీస్ కూడా కొర్రలను అధిక ప్రమాణంలో వాడాలని సూచిస్తారు.



అయితే, కేవలం కొర్రలను మాత్రమే కాకుండా, అన్ని నిరధాన్యాలను సమతుల్య పద్ధతిలో ఆహారంలో చేర్చుకోవడం ఆరోగ్యానికి శ్రేయస్కరం. ఒకే రకమైన మిల్లెట్ ను మాత్రమే వాడటం అంత మంచిది కాదని, వారంలో వివిధ రకాల నిరధాన్యాలను మైక్రో బయోటిక్స్ వంటివి వాడటం వల్ల అన్ని పోషకాలు లభిస్తాయని నిపుణులు సూచిస్తారు. తద్వారా, మీ ఆరోగ్య

సమస్యలకు అనుగుణంగా సరైన ఆహార ప్రణాళికను మీరే రూపొందించుకోవచ్చు. కొర్రలు ఒక అద్భుతమైన ఆహారంగా పరిగణించబడి, సరాలు, కీళ్ల ఆరోగ్యాన్ని పెరుగుపరచడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు.



ఇలా తీసుకోండి..

కొర్రలను తీసుకోవడానికి.. ముందుగా 4-6 గంటల పాటు నానబెట్టి, ఆపై అన్నం, కిడిన్, ఉప్పు లేదా ఫులిహారకా వండుకోవచ్చు. బియ్యంలానే 1:3 నిష్పత్తిలో నీరు పోసి పొయ్యి మీద లేదా ప్రెస్డ కుక్కర్లో 2-3 ఏజిల్స్ వచ్చే వరకు ఉడికించి, కూరలు లేదా పప్పుతో కలిపి తీసుకోవడం వల్ల ఫైబర్, ప్రోటీన్ పుష్కలంగా ఉండటాన్ని పెంపొందించుతుంది. ముందుగా.. తాల్చింపు చేసి.. మసాలా, కారం ఉప్పు, జోడించి.. కుక్కర్లో ఉడికించాలి.. ఆ తర్వాత.. కొత్తమీర్ చేసి సర్వీ చేసుకోవాలి.. కొర్రలను ఉదయంనా తీసుకుంటే మంచిది. ఇంకా కొర్రల జాస్, కొర్రల ఇడ్లీ కూడా తయారు చేసుకోని తినవచ్చు..

## రెండో రోజు లాభాల్లో.. సెన్సెక్స్ 1200 పాయింట్లు జంప్

ముంబయి: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు లాభాల్లో ముగిశాయి. పశ్చిమోసియాలో యుద్ధం ముగింపు దిశగా సంతోషాలు, చమురు ధరలు తగ్గడం వంటి పరిణామాలు పాజిటివ్ సెంటిమెంట్ కారణమయ్యాయి. దీంతో అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో పాటు మన మార్కెట్ కూడా రాణింపింది. దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు వరుసగా రెండో రోజు లాభపడ్డాయి. మదుపర్ర సంపదగా భావించే బీఎస్ఈలో నమోదిత కంపెనీల మొత్తం మార్కెట్ విలువ రూ.8 లక్షల కోట్లు పెరిగి రూ.431 లక్షల కోట్లకు చేరింది.

ముంబయి: అటు తాజా పరిణామాలతో బంగారం ధరకు మళ్ళీ రెక్కలోచ్చాయి. బుధవారం అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో స్పాట్ గోల్డ్ బిస్మిట్ ధర 4,554 డాలర్ వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. అటు బిస్మిట్ వెండ్ ధర 72 డాలర్లకు పైకి కొనసాగుతోంది. అంతర్జాతీయ ధరలను అనుసరించి ప్రధానంగా లాభపడ్డాయి. టెక్ మహింద్రా, పవర్గ్రేడ్ కార్పొరేషన్, డిసీఎస్, బీఈఎల్ పేర్లు సుప్రసిద్ధిగా ఉన్నాయి. అంతర్జాతీయంగా ట్రెండ్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 99 డాలర్ వద్ద కొనసాగుతోంది.

ముగిసింది. డాలరుతో పోలిస్తే రూపాయి మారకం విలువ 93.96గా ఉంది. సెన్సెక్స్-30 సూచీలో అల్ట్రాబిక్ సిమెంట్, బజాజ్ ఫైనాన్స్, ఎల్ఆండీ, బిఎస్, ఇండిగో కంపెనీల పేర్లు ప్రధానంగా లాభపడ్డాయి. టెక్ మహింద్రా, పవర్గ్రేడ్ కార్పొరేషన్, డిసీఎస్, బీఈఎల్ పేర్లు సుప్రసిద్ధిగా ఉన్నాయి. అంతర్జాతీయంగా ట్రెండ్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 99 డాలర్ వద్ద కొనసాగుతోంది.

బంగారానికి మళ్ళీ గొర్రాకి..

అటు తాజా పరిణామాలతో బంగారం ధరకు మళ్ళీ రెక్కలోచ్చాయి. బుధవారం అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో స్పాట్ గోల్డ్ బిస్మిట్ ధర 4,554 డాలర్ వద్ద ట్రేడ్ అవుతోంది. అటు బిస్మిట్ వెండ్ ధర 72 డాలర్లకు పైకి కొనసాగుతోంది. అంతర్జాతీయ ధరలను అనుసరించి ప్రధానంగా లాభపడ్డాయి. టెక్ మహింద్రా, పవర్గ్రేడ్ కార్పొరేషన్, డిసీఎస్, బీఈఎల్ పేర్లు సుప్రసిద్ధిగా ఉన్నాయి. అంతర్జాతీయంగా ట్రెండ్ క్రూడ్ బ్యారెల్ ధర 99 డాలర్ వద్ద కొనసాగుతోంది.

## బెండకాయ కూర జిగురు రాకుండా ఉండాలంటే..

ఈ సీక్రెట్ టిప్స్ త్రై చేయండి..! హోటల్ స్టైల్ రుచి

తేమ లేకుండా చూసుకోండి: బెండకాయలను కడిగిన వెంటనే కోయకూడదు. కడిగిన తర్వాత ఒక పొడి గుడ్డతో తుడిచి, కాసేపు ఫ్రైజర్ కింద ఆరబెట్టాలి. నీటి చుక్కలు ఉంటే జిగురు మరింత ఎక్కువవుతుంది. ముక్కలు ఎంత చిన్నగా ఉంటే జిగురు అంత ఎక్కువగా బయటకు వస్తుంది. కాబట్టి సాధ్యమైనంత వరకు ముక్కలను కొంచెం పెద్ద పరిమాణంలో కోయడానికి ప్రయత్నించండి.

నిమ్మరసం లేదా పెరుగు: వంట చేసేటప్పుడు కొద్దిగా నిమ్మరసం, ఆమ్లార్ పోడి లేదా పెరుగు కలపండి. కూర వేగుతున్న సమయంలో ఒక టీస్పూన్ నిమ్మరసం లేదా ఒక చెంచా పెరుగు కలపండి. వీటిలో ఉండే యానిక్ గుణం బెండకాయలోని జిగురును తగ్గగా విచ్ఛిన్నం చేస్తుంది.

పరిమాణంలో చేయించడం వల్ల ముక్కలు కరకరలాడతాయి.

మాత పెట్టకండి: బెండకాయ కూర వండేటప్పుడు బాణలిపై మాత పెట్టకూడదు. మాత పెడితే ఆవిరి నీరుగా మారి కూరలో చేరుతుంది. దీనివల్ల ముక్కలు సుత్తబడి జిగురుగా తయారవుతాయి. బాణలిలో మాత తీసి ఉడికించాలి. బాణలిలో బెండకాయ వేసిన తర్వాత వాటిమాలికి గరిటెట్ తిప్పకూడదు. ఎక్కువ కలిపితే ముక్కలు విరిగి లోపల ఉన్న విత్తనాలు, జిగురు బయటకు వస్తాయి.

అమ్మూర్ లేదా విసెగర్: మీరు పులుపు ఇష్టపడే వారైతే, వంట చివరలో కొంచెం అమ్మూర్ ముక్కలను విడిగా కొంచెం నూనెలో 5 నిమిషాల పాటు వేయించి వక్కన పెట్టుకోవడం వల్ల కూడా జిగురు తగ్గుతుంది. ఈ చిన్న లిటాలను పొడిస్తే మీ బెండకాయ వేపుడు హోటల్ స్టైల్లో పొడిపొడిగా, ఎంతో రుచిగా వస్తుంది.

తీసుకోవడం ఉత్తమం. ఎప్పుడు దూరంగా ఉండాలి? అయితే అందరి శరీర తత్వాల ఒకేలా ఉండవు. మీకు తీవ్రమైన గొంతు నొప్పి, డిస్టెండ్ వాపు లేదా జలుబు తీవ్రంగా ఉన్నప్పుడు కొన్ని రోజుల పాటు మజ్జిగ దూరంగా ఉండటమే మంచిది. అలాగే, మజ్జిగ తాగిన వెంటనే లక్షణాలు పెరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తే మీ వ్యక్తిగత సుస్థిత్వాన్ని బట్టి నిర్ణయం తీసుకోవాలి. జలుబు లేదా దగ్గు తగ్గుకుండా వేద్దామంటే, అది ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతం కావచ్చు. అటువంటప్పుడు ఆలస్యం చేయకుండా సంబంధిత వైద్యుడిని సంప్రదించి తగిన పరీక్షలు చేయించుకోవడం అవసరం.

## ఫార్ములా స్టైల్ కార్.. 2.8 సెకన్లలో 0-96 వేగం!

అమెరికా స్పోర్ట్స్ కంపెనీ రెస్ మోటర్స్ ఆటో మొబైల్ రంగంలో విస్తారం దిశ్చిస్తోంది. ఓ కారును విడుదల చేసింది. ఫార్ములా-1 రేసింగ్ కారు తరహాలో ఎఫ్ఎస్1 ఆనే కారును విడుదల చేసింది. అమెరికా రిజిస్ట్రేషన్ నిబంధనలను అనుసరించి ట్రిబిల్లింగ్ వస్తోంది. అవసరమైతే బల్బ్ 4 వేలకి పైగా చేసుకోవచ్చని కంపెనీ చెబుతోంది. ఇందులో సుజుకీ హారుసునా 1,340 సీసీ ఫోర్ సిలిండర్ ఇంజన్ అమర్చారు. ఇది 10,500 తీజుల వద్ద 210 ఫ్లూ, 9,800 తీజుల వద్ద 163 మిలీ లీటర్లను విడుదల చేస్తుంది. సిక్స్ స్పీడ్ ట్రాన్స్మిషన్తో వస్తోంది. దీని బరువు 517 కేజీలు. ఫైబర్ గ్లాస్ బాడీతో వస్తోంది. ఇది 2.8 సెకన్లలోనే 0-96 కిలోమీటర్ల వేగాన్ని అందుకుంటుంది. ఎఫ్ఎస్1 బేస్ మోడల్ 78,499 డాలర్లుగా కంపెనీ నిర్ణయించింది. అంటే దేశీయ కరెన్సీ ప్రకారం రూ.73.72 లక్షల నుంచి ప్రారంభమవుతుంది. బర్నో ఛార్జింగ్ మోడల్ ధర ఒక డాలర్లుగా కంపెనీ నిర్ణయించింది. అంటే దీని ధర రూ.95.32 లక్షలుగా ఉంటుంది. ఎఫ్ యాక్సెస్ డెలివరీలను ఈ విదాది సవరించితే, వచ్చే ఏడాది లాంచ్ ఎడిషన్ ను తీసుకొస్తారు.

## జలుబు, దగ్గు ఉన్నప్పుడు మజ్జిగ తాగితే ఏమవుతుంది..?

ఈ నిజాలు పక్కా తెలుసుకోండి..

మజ్జిగలో ఉండే ప్రోబయోటిక్స్ పేగు ఆరోగ్యాన్ని పెరుగుపరచడమే కాకుండా శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తాయి. మజ్జిగలోని వే ప్రోటీన్ శరీరానికి అవసరమైన పోషణను అందిస్తుంది.

చేస్తుంది. మజ్జిగ తాగలనుకునే వారు కొన్ని జాగ్రత్తలు పాటించాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. నేరుగా త్రాగడం వంటివి తీసిన వల్లనే మజ్జిగ తాగడం వల్ల గొంతు వికారాలు గురి దగ్గు పెరిగి అవకాశం ఉంది. కాబట్టి గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద ఉన్న మజ్జిగనే వాడాలి. మిరియాలు, జీలకర్ర వంటివి కలపడం వల్ల అది జీర్ణక్రియకు తోడ్పడటమే కాకుండా, శరీరానికి హానినిస్తుంది. అయితే రాత్రి సమయంలో కంటే, మధ్యాహ్న భోజన సమయంలో మజ్జిగ

వైద్యపరంగా చూస్తే.. జలుబు, దగ్గుల ప్రధానంగా వైరల్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల వస్తాయి. ఆహారం నేరుగా ఈ వ్యాధులను తీవ్రతరం చేస్తుందనడానికి ఎటువంటి నిద్రమైన శాస్త్రీయ ఆధారాలు లేవు. ప్రముఖ బెల్జియం డాక్టర్ పి. ప్రవీత్ కుమార్ రెడ్డి వివరణ ప్రకారం.. మజ్జిగను పూర్తిగా మూసుకోవాలని అవసరం లేదు. పైగా అది ఆరోగ్యానికి మేలు

పురపాలకలో సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి కమిషనర్ రమేష్ కుమార్



దుబ్బాక, మార్చి 25 (నినాదం): దుబ్బాక పురపాలకలో ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక చొరవ తీసుకుంటున్న పురపాలక కమిషనర్ కే. రమేష్ కుమార్ తెలిపారు. పాలకవర్గం సహకారంతో వార్డుల్లో మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి, పారిశుధ్య నిర్వహణపై నిర్మాణ పనులు దృష్టి సారీస్తున్నట్లు చెప్పారు. నగరాభివృద్ధి నిధులతో 18వ వార్డులో చేపట్టిన మురుగు కాల్వల నిర్మాణ పనులను బుధవారం వార్డు కౌన్సిలర్ శ్రీరాం సరస్వతితో కలిసి పరిశీలించారు. పనులు నాణ్యతతో పూర్తి చేయాలని గుర్తించారు. పురపాలకలో పారిశుధ్యాన్ని మెరుగుపరచేందుకు తడి, పొడి, హానికర చెత్త వేరు చేసే విధానంపై ప్రజలకు త్వరలో అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. స్వచ్ఛ దుబ్బాక సాధనలో ప్రజల సహకారం కీలకమని పేర్కొన్నారు. ఇంకా, ఈ నెల 31వ తేదీ లోపు పెండ్లిగోల్ కన్ను అన్ని అన్ని బకాయిలను చెల్లించాలని ప్రజలను కోరారు. వేసవి కాలంలో తాగునీటి సమస్యలు లేకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని తెలిపారు. మురుగు కాల్వల పనులు పూర్తైన అనంతరం రహదారి నిర్మాణ పనులు చేపడతామని వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు శ్రీరాం సరేందర్, ఆకుల భరత్, పల్లె ఇన్స్పెక్టర్ దిలీప్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

14-15 ఏళ్ల బాలికలకు హెచ్పీవీ వ్యాక్సిన తప్పనిసరి వేయించాలి

జిల్లా కలెక్టర్ ప్రాబీణ్య

సంగారెడ్డి జిల్లాలో, మార్చి 25 (నినాదం): గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ నివారణలో కీలకమైన హెచ్పీవీ వ్యాక్సినేషన్ జిల్లాలోని 14-15 సంవత్సరాల బాలికలందరికీ మిషన్ మోడ్లో అందించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ వైద్య అధికారులకు ఆదేశించారు. కలెక్టర్ మిన్ సమావేశ మందిరంలో బుధవారం జిల్లా కలెక్టర్ వైద్యశాఖ అధికారులతో హెచ్పీవీ వ్యాక్సినేషన్ అమలు, మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాల హెల్త్ ప్రామోటర్, డిజిటల్ హెల్త్ ప్రామోటర్, ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా నిర్వహిస్తున్న వైద్య శిబిరాలపై సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించి పలు కీలక సూచనలు చేశారు. గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ నివారణకు ప్రభుత్వం ఉచితంగా అందిస్తున్న హెచ్పీవీ వ్యాక్సినను 14-15 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు గల బాలికలందరికీ తప్పనిసరిగా వేయించాలని కలెక్టర్ స్పష్టం చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని సమర్థవంతంగా అమలు చేయడానికి డిఆర్డీఓ, మెమో, డీఓలతో సమన్వయ సమావేశాలు నిర్వహించి, బాలికలను సమీప పీహెచ్సీలకు తీసుకువచ్చేలా తల్లిదండ్రులకు అవగాహన కల్పించాలని ఆదేశించారు. జిల్లాలోని అర్బులైన అందరు బాలికలకు మిషన్ మోడ్లో వ్యాక్సినేషన్ పూర్తి చేయాలని సూచించారు. ప్రజారోగ్య పరిరక్షణ్ లక్ష్యంగా ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించాలన్నారు. ప్రజా పాలన ప్రగతి ప్రణాళికలో భాగంగా నిర్వహిస్తున్న వైద్య శిబిరాలను ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకునేలా విస్తృత ప్రచారం చేపట్టాలని సూచించారు. జిల్లాలో ఇప్పటివరకు పీహెచ్సీలు, యూపీహెచ్సీలలో సృష్టించిన వ్యాక్సినేషన్ క్యాంపులు, రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలల్లో



దీపిక్ సృష్టించిన వ్యాక్సినేషన్ క్యాంపులను వైద్య అధికారులకు కలెక్టర్ కు వివరించారు. శ్రీనింగి సమయంలో గుర్తించిన అనుమానాలను తేసుకునే తరువరి పరీక్షలు, చికిత్స కోసం రిఫర్ చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ప్రతిరోజూ ఒక పీహెచ్సీ/యూపీహెచ్సీలో సృష్టించిన వ్యాక్సినేషన్ క్యాంపులను నిర్వహించడంతో పాటు, రోజుకు 9 రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలల్లో దీపిక్ సృష్టించిన వ్యాక్సినేషన్ క్యాంపులు, ఆర్బీఎస్ కి బృందాలు వైద్య శిబిరాలు నిర్వహిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. స్వయం సహాయక సంఘాల మహిళల హెల్త్ ప్రామోటర్ అమలుకు సంబంధించి పూర్తి కార్యాచరణ ప్రణాళికతో షెడ్యూల్ సిద్ధం చేయాలని డిఆర్డీఓ అధికారులకు ఆదేశించారు. డిజిటల్ హెల్త్ ప్రామోటర్ అమలుకు అవసరమైన మౌలిక వసతులు, ఇంటర్నెట్ సదుపాయం, సమాధి ప్రక్రియలో ఎదురవుతున్న సమస్యలను తెలుసుకుని పరిష్కారానికి సూచనలు చేశారు. ఈ సమావేశంలో డిఆర్డీఓ జ్యోతి, డిఆర్డీఓ డి. సూర్యాప్రా, డి.పి.హెచ్.ఎస్ కమిత, జి.జి.హెచ్ సూపరింటెండెంట్ మురళీకృష్ణ, డాక్టర్ శశాంక తదితర వైద్యాధికారులు పాల్గొన్నారు.

అభివృద్ధిలో అన్ని ప్రాంతాలకు ప్రాధాన్యత మాజీ కార్పొరేటర్ రాజ్ జితేంద్రనాథ్



అల్వాల్, మార్చి 25 (నినాదం): మచ్చ బొల్లారం డివిజన్ అన్ని ప్రాంతాలకు ప్రాధాన్యత క్రమంలో అభివృద్ధి పనులు విస్తరించుకోవడం జరుగుతుందని మచ్చబొల్లారం డివిజన్ మాజీ కార్పొరేటర్ రాజ్ జితేంద్రనాథ్ వెల్లడించారు. మచ్చ బొల్లారం డివిజన్లోని మా సంతోషి, కాలనీ, బుధవారం రూ. 20 లక్షల వ్యయంతో చేపట్టనున్న సీని రోడ్డు పనులకు మాజీ కార్పొరేటర్ రాజ్ జితేంద్రనాథ్ కాల్ని వాసులతో కలిసి ప్రారంభించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ మాజీ ఎమ్మెల్యే మైసంపల్లి హనుమంతరావు సహకారంతో డివిజన్ లో మౌలిక వసతుల కల్పనకు ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నట్లు ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాలనీ అధ్యక్షుడు ప్రసాద్, కాలనీ వాసులు విజయకుమార్, బాలరాజు, ధర్మవీ, మొయియాదీన్, ఉషారాణి, సందిని, అంతిమ దాని, స్థానిక నాయకులు బిబ్బిలి సరేందర్ రెడ్డి, శ్రీశైలం యాదవ్, కొండల్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ గౌడ్, లద్దు రెడ్డి, స్వామి, దేవేందర్, సందీప్ రెడ్డి, వెంకట్, కాలనీ వాసులు పాల్గొన్నారు.

దోమడుగు అభివృద్ధికి సంపూర్ణ సహకారం



దోమడుగులో రూ.79 లక్షల రూపాయల అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్



చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ గుమ్మడిదల మున్సిపల్ అభివృద్ధి కోసం ఇప్పటికే 15 కోట్ల రూపాయల నిధులు మంజూరుయ్యాయి అని తెలిపారు. అతి త్వరలో ఇందుకు సంబంధించిన అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేయబోతున్నట్లు తెలిపారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా అర్బులైన ప్రతి ఒక్కరికీ సర్కేసు పథకాలు అందిస్తున్నామని తెలిపారు. అభివృద్ధిలో ప్రతి ఒక్కరు భాగస్వాములు కావాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. గ్రామం అభివృద్ధికి పరిశ్రమల యాజమాన్యాలు సంపూర్ణ సహకారం అందించడం పట్ల కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. రాజోయే రోజుల్లోనూ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలలో భాగస్వామ్యం కావాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ కుమార్ గౌడ్, వైస్ చైర్మన్ సంద్య గోపకన్ రెడ్డి, మున్సిపల్ కమిషనర్ దశరథ్, హెల్త్ డ్రగ్స్ పరిశ్రమ ప్రతినిధులు సుధాకర్ రెడ్డి, రామోహన్ రెడ్డి, దోమడుగు కౌన్సిల్ రాజశేఖర్, ఆయా వార్డుల కౌన్సిల్స్, సీనియర్ నాయకులు విజయ భాస్కర్ రెడ్డి, ప్రభాకర్ రెడ్డి, మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు పాల్గొన్నారు.

లా ఫై టెన్నిస్ సెంటర్ (జిమ్) ప్రారంభించిన మాజీ కార్పొరేటర్



అల్వాల్, మార్చి 25 (నినాదం): మచ్చ బొల్లారం డివిజన్ విలీనిటీ దగ్గరలో లా ఫై టెన్నిస్ సెంటర్ (జిమ్) ను నిర్మాణాలు సామ్యం కిరణ్, లక్ష్మీనారాయణతో కలిసి ప్రారంభించిన మాజీ కార్పొరేటర్ రాజ్ జితేంద్రనాథ్, ఆయన మాట్లాడుతూ క్రమం తప్పకుండా జిమ్మికి వెళ్లడం వలన బరువు తగడం బలం పెరగడం మానసక బద్ధి తగడం గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడడం గుండె బిల్లు ప్రమాదం నుండి తగ్గిస్తాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సానిక నాయకులు బొబ్బిలి సరేందర్ రెడ్డి, శ్రీశైలం యాదవ్, కొండల్ రెడ్డి, మల్లికార్జున గౌడ్, అజయ్ రెడ్డి, రాజరెడ్డి, లద్దురెడ్డి, బంధుమిత్రులు పాల్గొన్నారు.

ఇందిరమ్మ లబ్ధిదారులతో సమావేశం

పాలంపల్లి కొండె రాజ్యలక్ష్మి స్వామి మన గ్రామం ఆదర్శంగా ఉండాలి

చేగుంట : మార్చి 25 (నినాదం): చేగుంట మండలం శివారంలోని పాలంపల్లి గ్రామ పంచాయతీ సర్పంచ్ కొండె రాజ్యలక్ష్మి స్వామి, అధ్యక్షతన, ఆదర్శంగా ఉండాలి ఇంధు లబ్ధిదారులతో సమావేశం నిర్వహించి వారిలో మాట్లాడుతూ, లబ్ధిదారులకు త్వరగా ఇంధును పూర్తి చేయించాలని సూచించారు. ఏదైనా ఇబ్బందులు ఉంటే అందరికీ సేను అందుబాటులోనే ఉంటామని మన గ్రామం మండలం లోనే ఫస్ట్ గా ఇందిరమ్మ ఇంధు పూర్తి చేసి అందర్నూ సంతోషించాలని మన



గ్రామంలో ఇంకొందరు నిలువేదలకు రెండో విడుత అందరికీ ఇంధు వచ్చేలాగా, మీరు అందరినీ సహకారం చేస్తే మిగతా వారికి ఇంధును పూర్తి చేయించాలని సర్పంచ్ కొండె రాజ్యలక్ష్మి స్వామి, పేర్కొన్నారు.

గ్రామ దేవతల ఆశీస్సులతోనే జవహర్ నగర్ అభివృద్ధి

దైవానుగ్రహంతోనే మానసిక ప్రశాంతత బిఆర్ఎస్ పార్టీ మేడ్చల్ ఇంచార్జ్ మహేందర్ రెడ్డి



జవహర్ నగర్, మార్చి 25 (నినాదం): గ్రామదేవతల ఆశీస్సులు ప్రజలందరిపై ఉండాలని, గ్రామదేవతల ఆశీస్సులతో ప్రజలంతా సుఖ సంతోషాలతో మెలగాలని ప్రతి ఒక్కరు భక్తి మార్గంలో పయనంవాలని బిఆర్ఎస్ పార్టీ మేడ్చల్ నియోజకవర్గ ఇంచార్జ్ చామకూర మహేందర్ రెడ్డి అన్నారు. మల్లాజిగిరి మున్సిపల్ కౌన్సిల్లోని పరిధిలోని కీసర సర్పల్ జవహర్ నగర్ లోని ముత్తస్వామి కాలనీలో శ్రీ కల్ప మైసమ్మ అమ్మవారి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమం అలయ కమిటీ అధ్యక్షుల్లో బుధవారం అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా చామకూర మహేందర్ రెడ్డి హాజరై మాట్లాడుతూ దైవానుగ్రహంతోనే మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతుందని అన్నారు. అనంతరం మహావీర రావు కాలనీలోని అంజనేయస్వామి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మహేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ అంజనేయస్వామి, వాయు పుత్రుడు వీరాధిపతిని వ్యక్తించడం అయిన అంజనేయస్వామి కరుణాకాక్షాలు జవహర్ నగర్ ప్రజలందరిపై ఉండి జవహర్ నగర్ ముఖ్యంగా జిల్లా స్థాయిగా ఉండాలని కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కొండె ముదిరాజ్, యువజన విభాగం అధ్యక్షుడు మేకల భాగవత్ రామ్, ఉధ్యమకారులు భోరం జవహర్ నగర్ అధ్యక్షుడు సుధాకర్ చారి, జిల్లా నాయకుడు రాజశేఖర్, మాజీ కార్పొరేటర్లు పల్లవ రవి, నాయకులు మహావీ, మహేందర్ యాదవ్, దినకర్, సతీష్, ఉపేందర్, బాలస్వామి, భక్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



భూగర్భ నీటి సంరక్షణపై అవగాహన సదస్సు

చేగుంట: మార్చి 25 (నినాదం) : ప్రపంచ జల దినోత్సవం సందర్భంగా “నీరు ఒ రింగ్ నమానత్సం” అనే ప్రధాన థీమ్తో విజన్ స్వచ్ఛంద సంస్థ మరియు భూగర్భ జలావనరుల శాఖ అధ్యక్షులతో పంచాయతీ ప్రాధాన్యత కలగడం నీటి సంరక్షణపై అవగాహన సదస్సు మరియు రాష్ట్ర ఘనంగా నిర్వహించబడింది. ప్రస్తుతం భూగర్భ జలాలు మట్లం రోజురోజుకూ పడిపోతున్న పరిస్థితుల్లో, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నీటి వినియోగంపై అవగాహన కల్పించడం అత్యంత అవసరమని ఈ కార్యక్రమంలో నిపుణులు పేర్కొన్నారు. ముఖ్యంగా మహిళలు, రైతులు, విద్యార్థులు నీటి సంరక్షణలో కీలక పాత్ర పోషించగలరని వారు ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా పాఠశాల విద్యార్థులు గ్రామ వీధుల్లో రాష్ట్ర నిర్వహించి “నీటిని ఆదా చేద్దాం -- భవిష్యత్తును కాపాడుదాం, ప్రతి మక్క నీరు అమూల్యం, నీరు ఉంటేనే జీవం ఉంటుంది. వంటి నివాసాలలో ప్రజల్లో చైతన్యం తీసుకొచ్చారు. సదస్సులో ప్రాజెక్ట్ కోఆర్డినేటర్ శ్రీ శరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. భూగర్భ జలాలు పరిరక్షణ కోసం ప్రతి ఒక్కరినీ వచ్చు నీటి నిల్వ వ్యవస్థను విద్యార్థులు చేయాలని, అవసరానికి మించిన నీటి వినియోగాన్ని తగ్గించాలని, వ్యవసాయంలో మైక్రో ఇరిగేషన్ వ్యవస్థలు (డ్రీప్, స్ప్రింక్లర్) వినియోగించుకోవాలని సూచించారు. అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ పరమేశ్వర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ.. భూగర్భ జలాలు పునరుత్పత్తి కోసం చెరువులు, కుళాయిలు, శుభ్రపరచడం, ఇంకూరు,



గుంతల, నిర్మించడం, చెత్త నాటడం, వంటి చర్యలు, తప్పనిసరిగా చేపట్టాలని వివరించారు. గ్రామ స్వామి సమాహంగా ఈ కార్యక్రమాలు, చేపడితే మంచి ఫలితాలు వస్తాయని చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలోని ఆదర్శ రైతులను సన్మానించి, ఆశర్ రైతులకు ప్రేరణని నిలిపారు. కార్యక్రమంలో వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు, పాఠశాల హెడ్ మాస్టర్, పంచాయతీ సెక్రటరీ కృష్ణ , సర్పంచ్ మహేశ్వర్ సాయిబాబా , ఉప సర్పంచ్, ఏఎన్ డైరెక్టర్ తదితరులు పాల్గొని ప్రజలకు నీటి సంరక్షణపై అవగాహన కల్పించారు.

వైభవంగా ఆంజనేయ స్వామి విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన

ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించిన ఎమ్మెల్యే ప్రకాష్ గౌడ్

రాజేంద్రనగర్, మార్చి 25 (నినాదం): జిహెచ్ఎస్ శంషాబాద్ సర్పల్ పరిధిలోని ఇంద్రానగర్ దొడ్డి కాలనీలో శ్రీ ఆంజనేయ దేవస్థాన విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన, గృహస్థ ప్రతిష్ఠాపన కార్యక్రమాలు బుధవారం అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించబడ్డాయి. శంషాబాద్ మున్సిపల్ మాజీ వైస్ చైర్మన్ బండి గోపాల్ యాదవ్ అధ్యక్షుల్లో జరిగిన ఈ ధార్మిక కార్యక్రమానికి రాజేంద్రనగర్ ఎమ్మెల్యే ప్రకాష్ గౌడ్ ముఖ్యఅతిథిగా ఆయానీకీ చేరుకున్న ఆయనకు ఆయన కమిటీ సభ్యులు పుష్పస్వాగతం పలికారు. ఆయన స్వామివారిని దర్శించుకుని, వేద పండితుల మంత్రోచ్ఛారణల మధ్య శాస్త్రోక్తంగా జరిగిన విగ్రహ ప్రతిష్ఠాపన పూజా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్నారు. ఆలయ కమిటీ సభ్యులు, బండి గోపాల్ యాదవ్ ఎమ్మెల్యే ప్రకాష్ గౌడ్ ను కాలువారో ఘనంగా సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే ప్రకాష్ గౌడ్



మాట్లాడుతూ.. “భక్తి మార్గం మనిషికి మానసిక ప్రశాంతతను ఇస్తుంది. ఇంద్రానగర్ దొడ్డిలో ఇంతటి అద్భుతమైన దేవాలయాన్ని నిర్మించడం అభినందనీయం. కాలనీ ప్రజలందరిపై ఆంజనేయ స్వామి ఆశీస్సులు మంచుగా ఉండాలని కోరుకుంటున్నాను.” అని అన్నారు. ఈ అధ్యాత్మిక వేడుకలో స్థానిక మాజీ కౌన్సిలర్లు, ఆలయ కమిటీ ప్రతినిధులు, వివిధ పార్టీల నాయకులు కాలనీవాసులు పెద్దసంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

రూ. 60 లక్షల విలువైన అక్రమ మద్యం ధ్వంసం రంగారెడ్డి ఎక్సైజ్ అధికారుల చర్య



రాజేంద్రనగర్, మార్చి 25 (నినాదం): ఇతర రాష్ట్రాల నుండి నిబంధనలకు విరుద్ధంగా తెలంగాణలోకి తరలిస్తున్న భారీ పరిమాణంలో ఉన్న నాన్ డ్యూటీ పెయిడ్ లిక్కర్ ను ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు బుధవారం ధ్వంసం చేశారు. శంషాబాద్ ఎక్సైజ్ స్టేషన్ ప్రాంగణంలో రోల్లెట్ తోకొంది ఈ మద్యం సీసాలను నాశనం చేశారు. సుమారు రూ. 60 లక్షల విలువైన లిక్కర్ స్వాధీనం చేసుకున్నవి 6,859 మద్యం సీసాలు 3077 లిట్లకు, 44 బీరు బాటిళ్లు, గత ఆరు నెలల్లో శంషాబాద్ ఎయిర్పోర్ట్ పరిధిలో సమాధానం 103 కేసులకు సంబంధించిన స్టాక్, ఢిల్లీ, గోవా, హర్యానా వంటి ప్రాంతాల నుండి అక్రమంగా తరలిస్తుండగా పట్టుబడిన మద్యం. కఠిన చర్యలు తప్పవు: డిప్యూటీ కమిషనర్ హెచ్చరిక ఈ సందర్భంగా రంగారెడ్డి జిల్లా ఎక్సైజ్ డివిజన్ కమిషనర్, దశరథ్ మాట్లాడుతూ, ఇతర రాష్ట్రాల్లో మద్యం ధరలు తక్కువగా ఉన్నాయని ఆశచది నిబంధనలకు విరుద్ధంగా తెలంగాణకు తీసుకురావడం నేరమని స్పష్టం చేశారు. “అక్రమాల్లో కాకుండా, టూరిస్టులు కూడా ఇతర రాష్ట్రాల నుండి మద్యం బాటిళ్లను వెంట తెచ్చుకోవడం, ఎయిర్పోర్ట్ ఇతర మార్గాల ద్వారా అక్రమంగా మద్యం తెస్తూ పట్టుబడితే కఠినమైన కేసులు నమోదు చేస్తాం.” అని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రంగారెడ్డి డిప్యూటీ కమిషనర్ ఓ. దశరథ్ పాటు శంషాబాద్ ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ కృష్ణవీరు, ఏ.కె.ఎస్ శ్రీనివాసరెడ్డి, సిబి డేవేందర్ రావు ఇతర సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి పేదలకు వరం

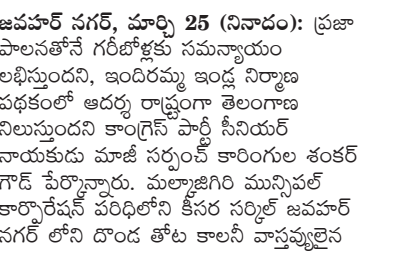
శాసనసభ్యులు దేవిరెడ్డి సుధీర్ రెడ్డి



ఎల్ బిసగర్, (నినాదం): ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి పేదలకు ఓ గొప్ప వరం అని ఎల్ బిసగర్ ఎమ్మెల్యే దేవిరెడ్డి సుధీర్ రెడ్డి అన్నారు. బుధవారం బాధిత తండ్రి షేక్ అబ్దుల్ హక్ కి ఆరు లక్షల రూపాయల ఎం.ఓ.సి. సుధీర్ రెడ్డి సుధీర్ రెడ్డి ని సందర్శించారు. వివరాలికి వెళితే.. మున్నూరాబాద్ డివిజన్ పరిధిలోని సెంట్రల్ బ్యాంక్ కాలనీ కి చెందిన షేక్ రుమాన్ మోహిద్(16 సంవత్సరాలు) చెవి వినికడి సమస్యలతో బాధపడుతున్న సేవభర్త అయితే వారి ఆర్థికస్థితులు బాగాతే వారు వారి కుటుంబసభ్యులు ఎమ్మెల్యే సుధీర్ రెడ్డి ని సందర్శించారు. వెంటనే స్పందించిన సుధీర్ రెడ్డి ఆర్థి ఆపరేషన్ కు కావలసిన డబ్బులు వివరాలను ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధికి దరఖాస్తు చేయించి వారికి 6,00,000(ఆరు లక్షల రూపాయలు)ఎం.ఓ.సి.అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా సుధీర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ పేదల ఆరోగ్య పరిరక్షణకు సీ.యం.సహాయనిధి హోదాపడతుందని అన్నారు. ఈ పథకం పేదలకు ఓ వరం లాంటిది అని అన్నారు. పేద ప్రజలకు నాణ్యమైన ఆయుర్వేద వైద్య సేవలను పొందేందుకు సీ.ఎం.సహాయనిధి అందుగా ఉంటుందని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మార్కెట్ కమిటీ మాజీ డైరెక్టర్ అనిల్ చౌదరి, సరేందర్, రామారావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజా పాలనతోనే గరీబోళ్లకు సమన్వయం

ఇందిరమ్మ ఇంధు నిర్మాణ పథకంలో ఆదర్శ రాష్ట్రంగా తెలంగాణ మాజీ సర్పంచ్ శంకర్ గౌడ్, కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు శ్రీకాంత్ యాదవ్



జవహర్ నగర్, మార్చి 25 (నినాదం): ప్రజా పాలనతోనే గరీబోళ్లకు సమన్వయం లభిస్తుందని, ఇందిరమ్మ ఇంధు నిర్మాణ పథకంలో ఆదర్శ రాష్ట్రంగా తెలంగాణ నిలుస్తుందని కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు మాజీ సర్పంచ్ కారింగుల శంకర్ గౌడ్ పేర్కొన్నారు. మల్లాజిగిరి మున్సిపల్ కౌన్సిల్లోని పరిధిలోని కీసర సర్పల్ జవహర్ నగర్ లోని దొండ తోట కాలనీ వాస్తుప్రజలైన



గొడుగు సంస్థ యాజుల దంపతులకు ఇటీవలే ఇందిరమ్మ గృహ నిర్మాణ పథకంలో భాగంగా ఇటీవల ఇల్లు నిర్మించుకొని సంతోషం గుహప్రవేశానికి సిద్ధమయ్యారు. ఈ మేరకు గృహప్రవేశానికి జవహర్ నగర్ మాజీ సర్పంచ్ శంకర్ గౌడ్, మల్లిపాల శ్రీకాంత్ యాదవ్ తదితరులు హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ సర్పంచ్ శంకర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా

చేపట్టిన 6 గ్యారంటీ పథకాలలో భాగంగా ఇందిరమ్మ గృహ నిర్మాణ పథకానికి జవహర్ నగర్ లో పెద్ద ఎత్తున లబ్ధిదారులు ఎంపిక అయ్యడం ఆనందంగా ఉందన్నారు. పేద ప్రజలకు నిలువమైన జవహర్ నగర్ లో ప్రభుత్వ పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకోవడం ముదాభావమన్నారు. తెలంగాణలో ప్రజా పాలనతోనే గరీబోళ్లకు సమన్వయం జరుగుతుందని ఇందిరమ్మ ఇంధు నిర్మాణ పథకంలో తెలంగాణ రాష్ట్రం ఆదర్శ రాష్ట్రంగా నిలిచిందన్నారు. అనంతరం కాంగ్రెస్ అధ్యక్షునితో రిభిన్న కలి చేసే గృహప్రవేశ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఇంధు మల్లిపాల శ్రీకాంత్ యాదవ్, మాజీ కార్పొరేటర్ బిల్లి శ్రీనివాస్ గుప్తా, మాట్ల వినయ్, ఆరిల అనిల్ ముదిరాజ్, ఆశోక్ గుప్తా, కాలనీవాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో విస్తృత పరీక్షలు

మల్లాజిగిరి, మార్చి 25 (నినాదం): మల్లాజిగిరి లోని ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో బోటిస్, మైక్రో బయోటెక్నికల్ విభాగాల అధ్యక్షుల్లో విస్తృత పరీక్షలను ఘనంగా నిర్వహించామని కళాశాల ఇంకా ప్రెసిడెంట్ ఇంచార్జ్ ఎం గుజారత్ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమాల విద్యార్థులలో శాస్త్రీయ అవగాహన పెంపొందించేందుకు బోటిస్ విభాగం అధ్యక్షుల్లో విభాగాధిపతి డాక్టర్ ఆర్. లలిత అధ్యక్షతన వివేకానంద ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల నుండి డాక్టర్ ఓ. పద్మజ ఎం.బి.యాలజీ ఆఫ్ యాంజనీయోస్కోపీ అనే అంశపై వివరించారు. ఫిబ్రవరి మొక్కల అభివృద్ధి ప్రక్రియ, గడ్డుకత్తి నిర్మాణం వంటి అంశాలను సులభంగా వివరించి విద్యార్థులకు స్పష్టమైన అవగాహనతో, అధ్యాపకులూ బి.రూప మైక్రో బయోటెక్నికల్ విభాగంలో విస్తృత పరీక్షలను నిర్వహించారు. బిఆర్ఎల్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల, జనగ్రంథాలయం అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ ఎ. మారుతి



“ఎంపావే సి మాచిక్కాల్లో మరయు ఆలో ఇమ్మూన్ డిజిజెస్” అనే అంశపై రోగనిరోధక వ్యవస్థ పనితీరు, ఆలో ఇమ్మూన్ వ్యాధుల కారణాలు మరియు నివారణపై విలువైన సమాచారం అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఐక్యాపిసి కో ఆర్డినేటర్ డాక్టర్ ఎస్ రాజ్ కి కుమార్, కళాశాల అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.







