పోరు తెలంగాణ
పత్రిక ప్రకటనల కోసం
మరియు
చందాదారులుగా
చేరండి చేర్పించండి
వివరాలకు
సంప్రదించండి సెల్
8555918136

పోరు తెలంగాణ

డిజిటల్ తెలుగు దినపత్రిక

కరీంనగర్ సంపుటి : 11 సంచిక : 322 ఆదివారం 23-08-2026 ఎడిటర్ : కొండ ప్రవీణ్ కుమార్ పేజీలు : 04 వేల : 04

రిపోర్టర్లు కావలెను
పోరు తెలంగాణ
తెలుగు పత్రికా రంగంలో మరో సంచలనం
వినూత్న రీతిలో వెలువడుతూ విశేష ఆదరణ పొందుతున్న
పోరు తెలంగాణ తెలుగు పత్రికకు జిల్లా వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు,
నియోజకవర్గాల వారిగా ఆర్.సి. ఇంచార్జీలు
మండలాల వారిగా విలేకరులు కావలెను.
సీనియర్లకు ప్రాధాన్యత, కొత్తవారికి అవకాశం ఉంటుంది.
R.N.I. No. TEL TEL/2014/57720
PORU TELANGANA Telugu Daily
పోరు తెలంగాణ
మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి
9440019875, 8555918136

తెలుగు రాష్ట్రాలకు వర్ష సూచన.. తెలంగాణలో 28 వరకు వానలు!

- బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన మరో అల్పపీడనం
- తెలంగాణాలోని 16 జిల్లాలకు ఎల్లో అలర్ట్ జారీ
- ఏపీలోని పలు జిల్లాల్లో పిడుగులతో కూడిన వర్షాలు
- కోస్తాలో తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వానలు

బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన అల్పపీడన ప్రభావంతో తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వర్షాలు కురుస్తాయని వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది. దీని ప్రభావం కారణంగా తెలంగాణలో నేటి (ఆగస్టు 21) నుంచి ఈ నెల 28వ తేదీ వరకు వర్షాలు కొనసాగే అవకాశం ఉందని అధికారులు స్పష్టం చేశారు. - మిగతా 2 లో

టెక్సాస్ స్కూళ్లలో H-1B ఉద్యోగులపై నిషేధం? గవర్నర్ సంచలన ప్రతిపాదన

- « టెక్సాస్ స్కూళ్లలో H-1B ఉద్యోగులను నిషేధించాలని గవర్నర్ ప్రతిపాదన
- « విదేశీ ప్రభావాన్ని అరికట్టడమే లక్ష్యమన్న గవర్నర్ గ్రెగ్ అబాట్
- « ప్రస్తుతం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 340 మంది H-1B టీచర్లు ఉన్నట్లు అంచనా
- « టీచర్ల కొరతతోనే వారిని నియమించుకుంటున్నామన్న స్కూళ్లు
- « చట్టంగా మారాలంటే 2027లో శాసనసభ ఆమోదం తప్పనిసరి

అమెరికాలోని టెక్సాస్‌లో H-1B వీసాదారులను లక్ష్యంగా చేసుకుని ఆ రాష్ట్ర గవర్నర్ గ్రెగ్ అబాట్ ఒక కీలక ప్రతిపాదన చేశారు. రాష్ట్రంలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో (ఖ-12) ఎ-1బీ వీసాలపై పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులను - మిగతా 2 లో

చివరి నిమిషంలో రేవంత్ అమెరికా

టూర్ రద్దు అసలేం జరిగింది?

- 8 అమెరికా సమావేశాలకు కేంద్రం అనుమతి నిరాకరణ
- 8 ఈ నెల 23న లండన్ నుంచి హైదరాబాద్ చేరుకోనున్న సీఎం
- 8 వచ్చే నెలలో అమెరికా వెళ్లే యోచన
- 8 అమెరికా భేటీలకు అధికారులను పంపే అవకాశం
- 8 'తెలంగాణ రైజింగ్' ఆగదని సీఎం స్పష్టీకరణ

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అమెరికా పర్యటన చివరి నిమిషంలో రద్దయింది. అమెరికాలో నిర్వహించాల్సిన 'తెలంగాణ రైజింగ్' సమావేశాలకు కేంద్ర విదేశాంగ శాఖ అనుమతి ఇవ్వకపోవడంతో ఈ నిర్ణయం మిగతా 2 లో

పోలీస్ స్టేషన్ ముందు రాహుల్ గాంధీ ధర్నా

- 1 పెల్లెట్ గన్ బాధితుడితో కలిసి ఎఫ్ఐఆర్ కోసం డిమాండ్
- 1 పెల్లెట్ గన్ బాధితుడితో పోలీస్ స్టేషన్‌కు రాహుల్ గాంధీ
- 1 ఎఫ్ఐఆర్ కోసం సీనియర్ పోలీస్ అధికారి కార్యాలయం ముందు ధర్నా
- 1 జూలై 20 నిరసనల్లో పెల్లెట్లు తగిలాయని యువకుడి ఆరోపణ
- 1 పెల్లెట్ గన్స్ వాడలేదని ఢిల్లీ పోలీసుల వాదన

పెల్లెట్ గన్ గాయాల వ్యవహారంలో ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ - మిగతా 2 లో

కీలక జలమార్గాలపై త్వరలో పూర్తి నియంత్రణ సాధిస్తాం

- 8 ఇరాన్‌కు అణ్వాయుధం దక్కనివ్వబోమని స్పష్టీకరణ
- 8 యుద్ధ ప్రభావంతో ఇంధన ధరలు పెరగవచ్చని అంగీకారం
- 8 ఇరాన్ నౌకా, వైమానిక శక్తి బలహీనపడిందని వ్యాఖ్య

ఇరాన్ అణ్వాయుధం పశ్చిమాసియాకు ముప్పు అని హెచ్చరిక ఇరాన్‌కు చెందిన కీలక జలమార్గాలపై

పాక్ తక్షణ ముప్పు చైనా భవిష్యత్ సవాలు

- చైనాను శత్రువుగా కాకుండా పోటీదారుగా చూడాలన్న నరవణే
- చైనాతో విభేదాల పరిష్కారానికి చర్చలే తొలి మార్గమని సూచన
- దౌత్యానికి బలమైన సైనిక శక్తి తోడుగా ఉండాలని వ్యాఖ్య
- పొరుగు దేశాల్లో అశాంతి భారత్‌కూ ముప్పేనని హెచ్చరిక
- శాంతి కోసం కూడా యుద్ధ సన్నద్ధత అవసరమని స్పష్టీకరణ

భారత్‌కు ప్రస్తుతం పాకిస్థాన్ నుంచి ఉగ్రవాద ముప్పు ఎక్కువగా - మిగతా 2 లో

జగన్‌కు ఏపీపీఎస్సీ, డీఎస్సీకి తేడా తెలియదు

- v ఏపీపీఎస్సీ, డీఎస్సీకి తేడా తెలియని వ్యక్తి జగన్ అని విమర్శ
- v గత ఐదేళ్లలో ఒక్క డీఎస్సీ నిర్వహించలేదని ఆరోపణ
- v జగన్‌కు వయోజన విద్య కింద చదువు చెప్పించాలని లోకేశ్‌కు విజ్ఞప్తి
- v గొడ్డలి పార్టీ నాయకులకు నిరుద్యోగుల కన్నీళ్లు కనపడవని వ్యాఖ్య

మాజీ ముఖ్యమంత్రి, వైసీపీ అధినేత వైఎస్ జగన్ మోహన్ రెడ్డిపై మాచర్ల ఎమ్మెల్యే - మిగతా 2 లో

ప్రణయ్ తేజ్ ఘటన నుంచి ఇంకా తేరుకోలేకపోతున్నాను

- విశాఖ చిన్నారి ప్రణయ్ తేజ్ మృతి ఘటనపై మంత్రి లోకేశ్ తీవ్ర ఆవేదన
- ఒక తండ్రిగా ఆ తల్లిదండ్రుల బాధను ఊహించలేకపోతున్నానని వ్యాఖ్య
- పాఠశాలల్లో శారీరక దండనలకు చోటులేదని స్పష్టీకరణ
- ఘటనపై పూర్తిస్థాయి విచారణ జరిపి కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశం

పాఠశాల విద్యార్థి ప్రణయ్ తేజ్ మృతి ఘటనపై ఆంధ్రప్రదేశ్ విద్యాశాఖ మంత్రి - మిగతా 2 లో

అందరిపై వరలక్ష్మీ దేవి ఆశీస్సులు ఉండాలి

- 8 వరలక్ష్మీ వ్రతం సందర్భంగా ఏపీ ప్రజలకు సీఎం చంద్రబాబు శుభాకాంక్షలు
- 8 అందరిపై వరలక్ష్మీ దేవి ఆశీస్సులు ఉండాలని ఆకాంక్ష
- 8 పాడిపంటలతో రాష్ట్రం సుభిక్షంగా ఉండాలని కోరుకున్న సీఎం
- 8 కుటుంబ సౌభాగ్యం కోసం శ్రమించే మహిళలకు ప్రత్యేక శుభాకాంక్షలు

వరలక్ష్మీ వ్రతం పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు రాష్ట్ర

కొండా ఫ్యామిలీపై రేవంత్ రెడ్డి సీరియస్

మొదటిపేజీ తరువాయి - స్పందించారు. పార్టీలో క్రమశిక్షణారాహిత్యాన్ని ఏమాత్రం సహించేది లేదని, బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తప్పవని ఢిల్లీ పర్యటన నుంచే ముఖ్య నేతలకు ఆయన గట్టి హెచ్చరికలు పంపినట్లు తెలిసింది. ఈ వ్యవహారాన్ని కాంగ్రెస్ అధిష్ఠానం కూడా అత్యంత తీవ్రంగా పరిగణిస్తున్నట్లు పార్టీ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. మూడు రోజుల క్రితం సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాలో పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా పరకాలలో జరిగిన బహిరంగ సభలో మాట్లాడుతూ.. వచ్చే ఎన్నికల్లో ఎమ్మెల్యే రేవూరి ప్రకాశ్ రెడ్డిని భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని ప్రజలను కోరారు. తద్వారా రేవూరి అభ్యర్థిత్వాన్ని దాదాపు ఖరారు చేస్తూ స్పష్టమైన సంకేతాలిచ్చారు. అయితే, ముఖ్యమంత్రి తీసుకున్న ఈ నిర్ణయాన్ని సవాల్ చేసేలా.. ఆ మరుసటి రోజే మంత్రి కొండా సురేఖ కుమార్తె సుస్మితా పటేల్ పరకాల నియోజకవర్గంలో సభ నిర్వహించారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే రేవూరిపై తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. అంతేకాకుండా, వచ్చే ఎన్నికల్లో పరకాల నుంచి తానే పోటీ చేస్తానని ప్రకటించుకోవడం కాంగ్రెస్ పార్టీలో తీవ్ర ప్రకంపనలు సృష్టించింది. సీఎం పర్యటనకు స్థానిక మంత్రిగా ఉన్న కొండా సురేఖ గైర్హాజరు కావడం, ఆ వెంటనే ఆమె కుమార్తె ఈ వ్యాఖ్యలు చేయడం ఒక ప్రణాళిక ప్రకారమే జరిగిందని పార్టీ నాయకత్వం భావిస్తోంది. ఈ పరిణామాలపై బుధవారం ఢిల్లీలో జరిగిన సీడబ్ల్యూసీ సమావేశంలో పాల్గొన్న సీఎం రేవంత్.. అక్కడే కొందరు ముఖ్య నేతల వద్ద తీవ్ర అసహనం, ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసినట్లు తెలిసింది. ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్కతో పాటు మరికొందరు సీనియర్ మంత్రులతో ఫోన్‌లో మాట్లాడి, ఈ వ్యవహారంపై సీరియస్‌గా ఉన్నట్లు చెప్పారని సమాచారం. సీఎం ఆదేశాల మేరకు పీసీసీ క్రమశిక్షణా కమిటీ వెంటనే రంగంలోకి దిగింది. మంత్రి కొండా సురేఖకు షోకాజ్ నోటీసులు జారీ చేసింది. కుమార్తె చేసిన వ్యాఖ్యలకు వివరణ ఇవ్వాలని కోరింది. అయితే, "కుమార్తె చేసిన వ్యాఖ్యలకు నేనెలా బాధ్యురాలిని అవుతాను?" అని మంత్రి సురేఖ గురువారం సమాచారం ఇచ్చినట్లు తెలిసింది. ఈ విషయంపై పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్‌కుమార్ గౌడ్ స్పందిస్తూ.. "సుస్మిత వ్యాఖ్యలను తీవ్రంగా పరిగణిస్తున్నాం. ఎవరికి వారు పోటీ చేస్తామని ప్రకటించుకోవడం సరికాదు. పార్టీకి వ్యతిరేకంగా ఎవరు మాట్లాడినా క్రమశిక్షణ చర్యలు తప్పవు. మంత్రి సురేఖ వివరణను పరిశీలించాక తదుపరి చర్యలపై అధిష్ఠానం నిర్ణయం తీసుకుంటుంది" అని స్పష్టం చేశారు.

జగన్‌కు ఏపీపీఎస్సీ, డీఎస్సీకి తేడా తెలియదు

మొదటిపేజీ తరువాయి - జూలకంటి బ్రహ్మానంద రెడ్డి తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. ఏపీపీఎస్సీకి, డీఎస్సీకి మధ్య తేడా తెలియని ఫస్ట్ క్లాస్ స్టూడెంట్ జగన్ రెడ్డి అని ఆయన ఎద్దేవా చేశారు. నెల రోజుల పాటు పరిశోధన చేసి, ఏపీపీఎస్సీ, డీఎస్సీ రెండూ ఒకటేనని కనుగొన్న గొప్ప మేధావి జగన్ అంటూ సెటైర్లు వేశారు. ఈ సందర్భంగా బ్రహ్మానంద రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. "ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నిర్వహించే పరీక్షలపై జగన్‌కు కనీస అవగాహన లేదు. టీచర్ పోస్టులకు, గ్రూప్-1 పోస్టులకు తేడా తెలియని గొడ్డలి పార్టీ అధినేత ఆయన. గత ఐదేళ్ల పాలనలో ఒక్క డీఎస్సీ కూడా నిర్వహించకుండా యువతను గంజాయికి బానిసలను చేశారు. నిరుద్యోగుల జీవితాలతో రాజకీయం చేయడం మాత్రం వారికి బాగా తెలుసు" అని ఆరోపించారు. "కూటమి ప్రభుత్వం నోటిఫికేషన్ ఇస్తే కోర్టు కేసులు వేయించడం, గతంలో ఉద్యోగం అడిగితే వాలంటీర్ పోస్టులు ఇవ్వడం గొడ్డలి పార్టీ నైజం. గొడ్డలి వేటు లెక్కలు తెలిసిన వారికి నిరుద్యోగి కన్నీటి విలువ ఏం తెలుస్తుంది?" అని ఆయన ప్రశ్నించారు. విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ పెద్ద మనసు చేసుకుని, వయోజన విద్యా పథకం కింద జగన్‌కు చదువు చెప్పించాలని బ్రహ్మానంద రెడ్డి విజ్ఞప్తి చేశారు. లేదంటే.. టీచర్లను మద్యం షాపుల దగ్గర కాపలా పెట్టినట్లు, భవిష్యత్తులో మెకానిక్‌లను డాక్టర్లుగా, డాక్టర్లను తాపీ మేస్త్రీలుగా చెప్పే ప్రమాదం ఉందని ఆయన వ్యంగ్యంగా వ్యాఖ్యానించారు.

తెలుగు రాష్ట్రాలకు వర్ష సూచన.. తెలంగాణలో 28 వరకు వానలు!

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని పలు జిల్లాలకు వాతావరణ కేంద్రం ఎల్లో అలర్ట్ జారీ చేసింది. ప్రధానంగా అదిలాబాద్, ఆసిఫాబాద్, మంచిర్యాల, నిర్మల్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, కరీంనగర్, సిరిసిల్ల, భూపాలపల్లి, ములుగు, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, సంగారెడ్డి, మెదక్, కామారెడ్డి, వికారాబాద్ జిల్లాల్లో వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని అధికారులు వెల్లడించారు. ఈ ప్రాంతాల్లోని ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. మరోవైపు, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోనూ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని రాష్ట్ర విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ తెలిపింది. ఏలూరు, పోలవరం ప్రాంతాల్లో అక్కడక్కడ పిడుగులతో కూడిన మోస్తరు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని హెచ్చరించింది. అలాగే కాకినాడ, కోనసీమ, తూర్పు గోదావరి, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాల్లో తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కురుస్తాయని, మిగిలిన కోస్తా జిల్లాల్లో చెదురుమదురు జల్లులు పడతాయని వివరించింది. వర్షాల నేపథ్యంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు కోరారు.

చివరి నిమిషంలో రేవంత్ అమెరికా టూర్ రద్దు.. అసలేం జరిగింది?

మొదటిపేజీ తరువాయి - తీసుకున్నట్లు సమాచారం. దీంతో బ్రిటన్ పర్యటన ముగించుకొని సీఎం ఈ నెల 23న లండన్ నుంచి నేరుగా హైదరాబాద్‌కు తిరిగి రానున్నారు. తెలంగాణకు భారీ పెట్టుబడులు తీసుకురావడమే లక్ష్యంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి లండన్, అమెరికాలో 'తెలంగాణ రైజింగ్' పేరుతో సమావేశాలు నిర్వహించేందుకు ప్రణాళిక రూపొందించారు. ఇందులో భాగంగా అమెరికాలోని బోస్టన్, న్యూయార్క్‌లో సీఎం పర్యటనకు ఏర్పాట్లు పూర్తయ్యాయి. ముఖ్యమంత్రి కార్యాలయం షెడ్యూల్ కూడా సిద్ధం చేసింది. అయితే చివరి నిమిషంలో కేంద్ర విదేశాంగ శాఖ నుంచి అనూహ్య పరిణామం ఎదురైంది. యూకేలో జరిగే సమావేశాలకు మాత్రమే అనుమతి లభించింది. అమెరికాలో నిర్వహించాల్సిన సమావేశాలకు గ్రీన్‌సిగ్నల్ రాలేదు. దీంతో సీఎం తన పర్యటనను కుదించుకుని హైదరాబాద్‌కు తిరిగి రావాలని నిర్ణయించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. అయితే, కేంద్రం నిర్ణయం వెనక కారణం ఏంటనేది మాత్రం ఇంకా అధికారికంగా తెలయరాలేదు. ప్రస్తుతం రద్దయిన అమెరికా పర్యటనను వచ్చే నెలలో చేపట్టాలని సీఎం భావిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఈసారి అమెరికాలో జరగాల్సిన భేటీలకు సీఎం స్వయంగా వెళ్లకుండా అధికారుల బృందాన్ని పంపే యోచన కూడా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. తన అమెరికా పర్యటనకు అనుమతి నిరాకరణపై స్పందించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాజకీయాలకు అతీతంగా తెలంగాణ యువత భవిష్యత్తు, రాష్ట్ర అభివృద్ధే తన తొలి ప్రాధాన్యమని స్పష్టం చేశారు. ఎన్ని ఆటంకాలు ఎదురైనా 'తెలంగాణ రైజింగ్' ప్రయాణం ఆగదని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

కొండా సురేఖను మంత్రి పదవి నుంచి బర్తరఫ్ చేయాలి

మొదటిపేజీ తరువాయి - ముదురుతోంది. ఈ అంశంపై ఉమ్మడి వరంగల్, నల్లగొండ జిల్లాలకు చెందిన 15 మంది ఎమ్మెల్యేలు, ఐదుగురు ఎమ్మెల్సీలు సీఎల్పీ వేదికగా సమావేశమై చర్చించారు. అనంతరం కొండా సురేఖను రాష్ట్ర మంత్రివర్గం నుంచి వెంటనే తొలగించాలని డిమాండ్ చేసినట్లు సమాచారం. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్‌ను టార్గెట్ చేస్తూ కొండా సురేఖ కుమార్తె కొండా సుస్మిత చేసిన వ్యాఖ్యలపై సమావేశంలో తీవ్ర చర్చ జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. ఆమె వ్యాఖ్యలపై పార్టీ అధిష్ఠానం ఇప్పటికే ఆగ్రహంతో ఉన్న నేపథ్యంలో ఎమ్మెల్యేలు కూడా సురేఖకు వ్యతిరేకంగా గళం విప్పారు. సమావేశం అనంతరం ఎమ్మెల్యేలు మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. తన కుమార్తె చేసిన వ్యాఖ్యలను కొండా సురేఖ ఇప్పటివరకు ఖండించకపోవడాన్ని ఎమ్మెల్యేలు తీవ్రంగా తప్పుబట్టారు. మంత్రి పదవిలో ఉన్న వ్యక్తి ఇలాంటి వ్యాఖ్యలపై బాధ్యత వహించాల్సిందేనని అభిప్రాయపడ్డారు. సీఎంను వ్యతిరేకించే వారికి పార్టీలో ఉండే అర్హత లేదని స్పష్టం చేశారు. మీ భాష ఎప్పుడూ పార్టీకి నష్టం కలిగించేలా ఉందని కొండా ఫ్యామిలీని ఉద్దేశించి అన్నారు. సుస్మిత వ్యాఖ్యలతో తనకు సంబంధం లేదని సురేఖ చెప్పడంపైనా ఎమ్మెల్యేలు అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. ఇచ్చిన వివరణ తమకు ఆమోదయోగ్యంగా లేదని తేల్చారు. సీఎం రేవంత్ ఎంతో కష్టపడి పార్టీని అధికారంలోకి తీసుకొచ్చారని అన్నారు. అలాంటి వ్యక్తిని విమర్శించినప్పుడు ఖండించడం కనీస బాధ్యత అని వ్యాఖ్యానించారు. కాంగ్రెస్ పార్టీని బలహీనపర్చాలనే ప్రతిపక్షాల కుట్రలకు బలం చేకూర్చుతున్నారని మండిపడ్డారు. అలాంటి వ్యక్తులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని అధిష్ఠానాన్ని కోరారు.

ప్రణయ్ తేజ్ ఘటన నుంచి ఇంకా తేరుకోలేకపోతున్నాను

మొదటిపేజీ తరువాయి - నారా లోకేశ్ తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి, ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఘటన తనను తీవ్రంగా కలచివేసిందని, క్రమశిక్షణ పేరుతో చిన్నారులపై హింసకు పాల్పడటాన్ని ఎట్టిపరిస్థితుల్లోనూ సహించబోమని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ మేరకు ఆయన తన సోషల్ మీడియా ఖాతాలో ఒక పోస్ట్ పెట్టారు. "ఒక తండ్రిగా, విశాఖ చిన్నారి ప్రణయ్ తేజ్‌కు జరిగిన ఘటన గురించి నేను ఇంకా తేరుకోలేకపోతున్నాను. అతని తల్లిదండ్రులు అనుభవిస్తున్న బాధను ఊహించుకోలేను. మన పాఠశాలల్లో శారీరక దండనలకు ఏమాత్రం చోటు లేదు. క్రమశిక్షణ పేరుతో ఏ బిడ్డపైనా హింస జరగకూడదు" అని లోకేశ్ తన పోస్టులో పేర్కొన్నారు. ఈ దురదృష్టకర ఘటనపై ఇప్పటికే పూర్తిస్థాయి విచారణకు ఆదేశించినట్లు మంత్రి తెలిపారు. బాధ్యులుగా తేలిన వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. ఈ తీవ్రమైన దుఃఖ సమయంలో ప్రణయ్ కుటుంబానికి తన ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేస్తున్నట్లు లోకేశ్ పేర్కొన్నారు. ఈ ఘటనకు సంబంధించి ఇండియా టుడేలో ప్రచురితమైన కథనాన్ని తన సోషల్ మీడియా ఖాతాలో పంచుకుంటూ లోకేశ్ ఈ విధంగా స్పందించారు. మంత్రి ఆదేశాలతో విద్యాశాఖ అధికారులు ఈ ఘటనపై దృష్టి సారించినట్లు తెలుస్తోంది.

పోలీస్ స్టేషన్ ముందు రాహుల్ గాంధీ ధర్నా

మొదటిపేజీ తరువాయి - కాంగ్రెస్ ఎంపీ, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ శుక్రవారం ఢిల్లీలో ఆందోళనకు దిగారు. జులై 20న జరిగిన జెన్-జీ విద్యార్థుల నిరసనల్లో పెల్లెట్ గన్ గాయాలయ్యాయని ఆరోపిస్తున్న సాహిల్ లోచాబ్‌ను వెంటబెట్టుకుని పార్లమెంట్ స్ట్రీట్ పోలీస్ స్టేషన్‌కు వెళ్లారు. అనంతరం సీనియర్ పోలీస్ అధికారి కార్యాలయం బయట బాధితుడితో కలిసి ధర్నాకు కూర్చున్నారు. జులై 20న పరీక్షల పేపర్ లీక్‌లకు నిరసనగా వందలాది మంది విద్యార్థులు పార్లమెంట్ వైపు మార్చ్ చేపట్టిన విషయం తెలిసిందే. ఆ సమయంలో హింసాత్మక ఘటనలు చోటుచేసుకున్నాయి. 'ర్యాపిడ్ యాక్షన్ ఫోర్స్' (ఆర్ఏఎఫ్) సిబ్బంది పెల్లెట్ గన్స్ ఉపయోగించారని కాంగ్రెస్ ఆరోపిస్తోంది. ఈ ఘటనలో గాయపడినట్లు పలువురు నిరసనకారులు చెప్పడంతో పాటు వైద్య నివేదికలు కూడా ఉన్నాయని కాంగ్రెస్ పేర్కొంది. అయితే జులై 20న పెల్లెట్ గన్స్ ఉపయోగించలేదని ఢిల్లీ పోలీసులు పలుసార్లు తెలిపారు. ఈ అంశంపై సీఆర్‌పీఎఫ్ మాత్రం ఇప్పటివరకు స్పందించలేదు. మరోవైపు, గాయపడిన నిరసనకారుల వాంగ్మూలాలు, వైద్య నివేదికలు పెల్లెట్ గన్స్ వాడలేదన్న వాదనపై ప్రశ్నలు లేవనెత్తుతున్నాయని కాంగ్రెస్ పేర్కొంది.

టెక్సాస్ స్కూళ్లలో H-1B ఉద్యోగులపై నిషేధం? గవర్నర్ సంచలన ప్రతిపాదన

మొదటిపేజీ తరువాయి - పూర్తిగా నిషేధించాలని పిలుపునిచ్చారు. తరగతి గదుల నుంచి విదేశీ ప్రభావాన్ని తొలగించేందుకే ఈ చర్య అవసరమని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ఆస్టిన్‌లో మంగళవారం జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో మాట్లాడిన గ్రెగ్ అబాట్, ఈ కొత్త విధానాన్ని ప్రకటించారు. "టెక్సాస్ పబ్లిక్ స్కూళ్లలో H-1B వీసాలపై ఒక్క ఉద్యోగి కూడా ఉండకూడదు. ఇది ఇప్పటికే రాష్ట్ర ఏజెన్సీలు, యూనివర్సిటీలలో కొత్త H-1B పిటిషన్లను నిలిపివేస్తూ నేను జారీ చేసిన ఆదేశాలకు కొనసాగింపు" అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ నిషేధం ప్రస్తుతం పనిచేస్తున్న ఉద్యోగులతో పాటు, వీసా పునరుద్ధరణ కోరుకునే వారికి, కొత్తగా దరఖాస్తు చేసుకునే వారికి కూడా వర్తిస్తుందని తెలిపారు. అంతేకాకుండా, విదేశీ సంస్థల నుంచి పాఠశాలలు నిధులు, ఆస్తులు స్వీకరించడం లేదా వారితో ఒప్పందాలు చేసుకోవడాన్ని కూడా నిషేధించాలని ప్రతిపాదించారు. "విదేశీ ప్రభావం ఏ రూపంలో ఉన్నా మన తరగతి గదుల్లో దానికి స్థానం లేదు" అని అబాట్ అన్నారు. గత జనవరి 2026లో, అమెరికన్ల ఉద్యోగాలకు నష్టం వాటిల్లుతోందన్న కారణంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఏజెన్సీలు, యూనివర్సిటీలలో కొత్త ఎ-1దీ పిటిషన్లను అబాట్ నిలిపివేశారు. అయితే ఆ ఆదేశాలు పాఠశాలలకు వర్తించలేదు. ఇప్పుడు పాఠశాలలకూ ఈ నిబంధనలను విస్తరిస్తున్నట్లు తెలిపారు. "ఎ-1దీ వీసాలపై పరిమితులు విధించడంలో ఫెడరల్ ప్రభుత్వం విఫలమైంది. అందుకే టెక్సాస్ కఠినంగా వ్యవహరించాల్సి వస్తోంది. మన విద్యార్థులకు బోధించడానికి టెక్సాస్ వాసులను లేదా అమెరికన్లను మనం నియమించుకోవాలి" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఫెడరల్ డేటా ప్రకారం, టెక్సాస్‌లోని దాదాపు 50 స్కూల్ డిస్ట్రిక్ట్‌లలో సుమారు 340 మంది H-1B వీసాదారులు ఉపాధ్యాయులుగా పనిచేస్తున్నారు. వీరిలో అత్యధికంగా డల్లాస్ ఇండిపెండెంట్ స్కూల్ డిస్ట్రిక్ట్ (×ూణ) లో 171 మంది ఉన్నారు. ముఖ్యంగా బైలింగ్వల్ (ద్విభాషా) విద్య, స్పెషల్ ఎడ్యుకేషన్ వంటి విభాగాల్లో ఉపాధ్యాయుల కొరత తీవ్రంగా ఉండటంతో విదేశీ నిపుణులను నియమించుకుంటున్నామని స్కూల్ డిస్ట్రిక్ట్‌లు చెబుతున్నాయి. గవర్నర్ ప్రతిపాదనపై స్పందించిన డల్లాస్ ISD, "ఈ ఉపాధ్యాయులను తొలగించాలనుకుంటే, ముందుగా స్థానికంగా ఆ ఖాళీలను భర్తీ చేసేందుకు తగినంత మంది ఉపాధ్యాయులను సిద్ధం చేయాలి" అని పేర్కొంది. ఈ ప్రతిపాదనలు చట్టరూపం దాల్చాలంటే 2027లో సమావేశమయ్యే టెక్సాస్ శాసనసభ ఆమోదం తెలపాల్సి ఉంటుంది. ఒకవేళ ఇది అమలైతే, పబ్లిక్ స్కూళ్లలో H-1B ఉద్యోగులను నిషేధించిన తొలి అమెరికన్ రాష్ట్రంగా టెక్సాస్ నిలుస్తుంది. నవంబర్‌లో జరగనున్న ఎన్నికల్లో అబాట్ మరోసారి పోటీ చేస్తుండగా, ఆయన ప్రత్యర్థి గినా హినోజోసా ఈ ప్రతిపాదనను విమర్శించారు. విఫలమైన విద్యా విధానాల నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించేందుకే అబాట్ ఇలాంటి చర్యలకు పాల్పడుతున్నారని ఆమె ఆరోపించారు.

పాక్ తక్షణ ముప్పు.. చైనా భవిష్యత్ సవాలు

మొదటిపేజీ తరువాయి - ఉందని మాజీ ఆర్మీ చీఫ్ జనరల్ మనోజ్ నరవణె అన్నారు. అయితే రాబోయే రోజుల్లో భారత్‌కు చైనానే ప్రధాన పోటీదారుగా మారుతుందని చెప్పారు. రాజకీయాలు, ఆర్థిక వ్యవస్థ, వాణిజ్యం, సైనిక రంగాల్లో చైనాతో పోటీ పెరుగుతుందని అంచనా వేశారు. తన కొత్త పుస్తకం 'ది క్యూరియస్ అండ్ ది క్లాసిఫైడ్' ఆవిష్కరణ కార్యక్రమంలో గురువారం ఆయన మాట్లాడారు. పాకిస్థాన్, చైనాలతో భారత్ గతంలో యుద్ధాలు చేసిందని గుర్తు చేశారు. రెండు దేశాలతోనూ సరిహద్దు సమస్యలు ఇంకా ఉన్నాయని తెలిపారు. ఉగ్రవాదానికి పాకిస్థాన్ మద్దతు కొనసాగుతుండటంతో ప్రస్తుతం పశ్చిమ సరిహద్దుపైనే భారత్ ఎక్కువ దృష్టి పెట్టాల్సి వస్తోందన్నారు. అందుకే పాకిస్థాన్ తక్షణ భద్రతా సవాలుగా ఉందని చెప్పారు. అయితే దీర్ఘకాలంలో చైనాతో పోటీ మరింత పెరుగుతుందని నరవణె అన్నారు. చైనాను తాను 'శత్రువు'గా కాకుండా 'పోటీదారు'గా చూస్తున్నట్లు చెప్పారు. పోటీ ఉన్నచోట విభేదాలు రావడం సహజమేనన్నారు. చైనాతో ఉన్న సమస్యలను చర్చలు, సంభాషణల ద్వారానే పరిష్కరించేందుకు ప్రయత్నించాలని సూచించారు. బలప్రయోగం చివరి మార్గంగా ఉండాలని చెప్పారు. అదే సమయంలో దేశ భద్రత కోసం బలమైన సైనిక శక్తి అవసరమని స్పష్టం చేశారు. ఎలాంటి దుస్సాహసాన్నైనా అడ్డుకునే స్థాయిలో సైన్యం సిద్ధంగా ఉండాలని అన్నారు. నేపాల్, భూటాన్, బంగ్లాదేశ్, మయన్మార్ వంటి పొరుగు దేశాల్లో స్థిరత్వం ఉండేలా భారత్ సహకరించాలని నరవణె పేర్కొన్నారు. పొరుగు దేశంలో అశాంతి పెరిగితే శరణార్థులు, అక్రమ రవాణా, మాదకద్రవ్యాలు, అక్రమ ఆయుధాల సమస్యలు భారత్‌పైనా ప్రభావం చూపుతాయని హెచ్చరించారు. శాంతే భారత్ ప్రధాన లక్ష్యమని, అయితే దేశ ప్రయోజనాల రక్షణకు పూర్తి సైనిక సన్నద్ధత ఉండాలని నరవణె అన్నారు. "శాంతి కావాలంటే యుద్ధానికి సిద్ధంగా ఉండాలి" అంటూ తన అభిప్రాయాన్ని వెల్లడించారు.

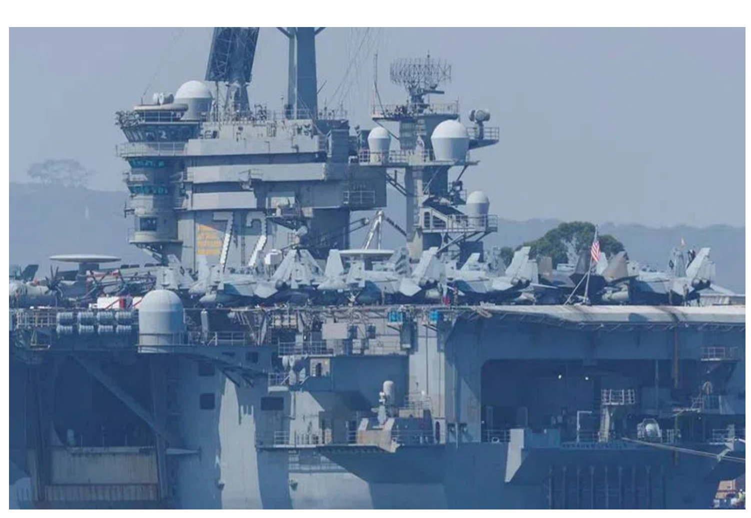
అందరిపై వరలక్ష్మీ దేవి ఆశీస్సులు ఉండాలి: సీఎం చంద్రబాబు

మొదటిపేజీ తరువాయి - ప్రజలకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ మేరకు శుక్రవారం ఆయన సోషల్ మీడియా వేదిక 'ఎక్స్' ద్వారా తన సందేశాన్ని పంచుకున్నారు. "వరలక్ష్మీ వ్రతం సందర్భంగా మీకు, మీ కుటుంబ సభ్యులకు నా శుభాకాంక్షలు" అని చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. సిరిసంపదలు, సౌభాగ్యానికి అధిదేవత అయిన వరలక్ష్మీ దేవి దివ్య ఆశీస్సులు రాష్ట్ర ప్రజలందరిపై ఎల్లవేళలా ఉండాలని ఆయన ఆకాంక్షించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం పాడిపంటలతో, సుఖసంతోషాలతో సుభిక్షంగా, సమృద్ధిగా ముందుకు సాగాలని మనస్ఫూర్తిగా కోరుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. కుటుంబ సౌభాగ్యం కోసం శ్రమించే మహిళలందరికీ ఈ పవిత్ర పండుగ విశేషమైన శుభాలను, శాంతిని ప్రసాదించాలని ఆశిస్తున్నట్లు తన పోస్టులో పేర్కొన్నారు.

కీలక జలమార్గాలపై త్వరలో పూర్తి నియంత్రణ సాధిస్తాం

మొదటిపేజీ తరువాయి - అమెరికా ఇప్పటికే గణనీయమైన నియంత్రణ సాధించిందని అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తెలిపారు. త్వరలో పూర్తి నియంత్రణ తమ చేతికి వస్తుందని అన్నారు. అదే సమయంలో ఇరాన్ అణ్వాయుధాన్ని తయారు చేయనివ్వబోమని మరోసారి స్పష్టం చేశారు. మాజీ వ్యక్తిగత న్యాయవాది మైఖేల్ కోహెన్‌కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ట్రంప్ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఏ జలమార్గాల గురించి మాట్లాడుతున్నారన్నది మాత్రం ఆయన స్పష్టంగా చెప్పలేదు. ఇరాన్‌పై సైనిక చర్యల కారణంగా అమెరికన్లకు పెట్రోల్, ఇంధన ధరలు కొంత పెరగవచ్చని కూడా అంగీకరించారు. అయినా ఇరాన్‌ను అణ్వాయుధం తయారు చేయకుండా అడ్డుకోవడం మరింత ముఖ్యమని చెప్పారు. ఇరాన్ నౌకాదళం, వైమానిక దళం తీవ్రంగా బలహీనపడ్డాయని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు. అక్కడి కీలక నాయకులు కూడా లేకపోవడంతో చర్చల ద్వారా ఒప్పందం కుదుర్చుకోవడం కష్టంగా మారిందన్నారు. ఇరాన్ క్షిపణులు, డ్రోన్ల తయారీ సామర్థ్యం భారీగా దెబ్బతిందని ట్రంప్ వ్యాఖ్యానించారు. ఆ దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థపై కూడా తీవ్ర ఒత్తిడి ఉందన్నారు. ద్రవ్యోల్బణం పెరగడం, కరెన్సీ విలువ పడిపోవడం వంటి అంశాలను ప్రస్తావించారు. ఇరాన్ అణ్వాయుధం తయారుచేసే దశకు కేవలం రెండు వారాల దూరంలో ఉందని తమకు సమాచారం ఉందని ట్రంప్ చెప్పారు. అందుకే ఇరాన్ అణు కేంద్రాలపై బీ-2 బాంబర్లతో దాడి చేశామని తెలిపారు. ప్రతి బాంబు లక్ష్యాన్ని ఛేదించిందని పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ వద్ద అణ్వాయుధం ఉంటే ఇజ్రాయెల్‌తో పాటు పశ్చిమాసియా దేశాలకు భారీ ముప్పు ఉండేదని ట్రంప్ అన్నారు. ఇజ్రాయెల్ భద్రతలో తన పాత్ర కీలకమని కూడా వ్యాఖ్యానించారు.

9 నెలల తర్వాత పశ్చిమాసియాను వీడిన అమెరికా యుద్ధనౌక అబ్రహాం లింకన్



వాషింగ్టన్: అమెరికా యుద్ధ నౌక యూఎస్ఎస్ అబ్రహాం లింకన్(ఖూా ాాఎత్మీఘష్ఘుఎ ాఅఅఎశీశ్రీఅ).. పశ్చిమాసియా సముద్ర జలాల నుంచి తిరుగు ప్రయాణం మొదలుపెట్టింది. ఇరాన్‌తో యుద్ధం నేపథ్యంలో గడిచిన 9 నెలల నుంచి ఆ యుద్ధనౌక హోర్ముజ్ సమీపంలో ఉన్నది. అయితే ఇరాన్‌పై యుద్ధం చేసిన ఆ యుద్ధనౌక సైనికులు ప్రస్తుతం మానసికంగా, శారీరకంగా క్షీణించినట్లు తెలిసింది. ఆహార నిల్వలు కూడా తగ్గడంతో యుద్ధనౌక వెనుతిరుగుతున్నట్లు భావిస్తున్నారు. శాన్ డియాగోకు లింకన్ నౌక పయనమైనట్లు తెలుస్తోంది. దీని స్థానంలో యూఎస్ఎస్ జార్జ్ వాషింగ్టన్ యుద్ధనౌక అక్కడకు చేరుకున్నది. ఆ నౌక ఆపరేషనల్ డ్యూటీస్ నిర్వర్తించనున్నది. లింకన్ నౌకలో సుమారు 5వేల మంది సిబ్బంది పనిచేస్తారు. వాళ్లంతా ఇప్పుడు సేద తీరనున్నారు. 2025 నవంబర్ 21వ తేదీన అబ్రహాం లింకన్ నౌక శాన్ డియాగో నుంచి బయలుదేరి పశ్చిమాసియా ప్రాంతానికి చేరుకున్నది. ఇరాన్‌తో జరిగిన వార్‌లో ఆ సిబ్బంది పాల్గొన్నది. అమెరికా మిలిటరీ ఆపరేషన్స్‌కు లింకన్ నౌక కీలకంగా వ్యవహరించింది. వేలాది సంఖ్యలో ఆ నౌక సిబ్బంది సోర్టీలు నిర్వహించింది. దీని వల్ల సిబ్బంది చాలా వరకు అలసిపోయారు. సుదీర్ఘకాలం యుద్ధ నౌకలో ఉండడం వల్ల సిబ్బంది నిర్వీర్యం అవుతున్నట్లు తెలిసింది. కొందరు సైనికులు మానసిక క్షోభను తట్టుకోలేకపోతున్నట్లు గుర్తించారు. సుమారు 200 రోజుల పాటు ఆ యుద్ధనౌక ఎటువంటి పోర్టుతో లింకు లేకుండానే తన విధులు కొనసాగించింది.

సౌత్ జోన్ రాష్ట్ర స్థాయి క్రీడలకు కనగర్తి విద్యార్థులు ఎంపిక

పోరు తెలంగాణ ఓదెల ప్రతినిధి రవీంద్ర చారి : ఓదెల ఆగస్టు 22 శనివారం సుల్తానాబాద్ జూనియర్ కాలేజీ గ్రౌండ్ వేదికగా జరిగిన పెద్దపల్లి సౌత్ జోన్ జిల్లా స్థాయి అథ్లెటిక్స్ టోర్నమెంట్ లో ఓదెల మండలం కనగర్తి దాసరి పద్మ హన్మయ్య జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల విద్యార్థులు ఉత్తమ ప్రతిభ కనబరిచి రాష్ట్ర స్థాయి క్రీడలకు అర్హత సాధించారు. పథక విజేతలు యు 14 ట్రయథలిన్ దామ జయ శ్రీ గోల్డ్ మెడల్ పెండెం మహీదా సిల్వర్ మెడల్ ముద్దామళ్ళ అజయ్ కుమార్ సిల్వర్ మెడల్ ,యు 18 గర్ల్స్ షాట్ పుట్ వేల్పుల అక్షయ గోల్డ్ మెడల్ పథకాలు గెలిచిన విద్యార్థులకు ఓదెల మండల విద్యాధికారి వై. రమేష్ గ్రామ సర్పంచ్ చొప్పరి సంధ్యారాణి, పాఠాశాల సిబ్బంది శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఘనంగా హార్ట్ ఫుల్ మెడిటేషన్ సెంటర్ ప్రారంభం

మహేశ్వరం, ఆగస్టు 22, పోరు తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి : మహేశ్వరం మండల పరిధిలోని మాధవన్ జీ ఇంటిగ్రేటెడ్ హెల్త్ సిటీలో హార్ట్ ఫుల్ నెస్ మెడిటేషన్ సెంటర్ ను శనివారం అంగరంగ వైభవంగా ప్రారంభించారు. శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ప్రశాంతత ఆధ్యాత్మిక శ్రేయస్సును అందించాలనే లక్ష్యంతో హార్ట్ ఫుల్ నెస్ సెంటర్ ను ప్రారంభించడం జరిగిందని మాధవన్ జీ ఇంటిగ్రేటెడ్ హెల్త్ సిటీ ప్రతినిధులు పేర్కొన్నారు. ఈ సెంటర్ లో రోగుల సహాయకులు, వైద్యులు, నర్సులు, సిబ్బందికి ప్రతిరోజు ధ్యానం రిలాక్సేషన్ శిక్షణ ఒత్తిడి నివారణ కార్యక్రమాలను నిర్వహించడం జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. మాధవన్ జీ ఇంటిగ్రేటెడ్ హెల్త్ సిటీలో చికిత్స మాత్రమే కాకుండా శరీరం, మనసు, ఆత్మకు స్వస్థత చేకూర్చడం జరుగుతుందని అన్నారు. దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల నుండి కోరుకుంటున్నా రోగులకు ఒత్తిడిలో పనిచేసే మా సిబ్బందికి స్థానిక సమాజానికి ఇది ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని తెలిపారు. 350 పడకలతో మోడ్రన్ మెడిసిన్ కేరళ ఆయుర్వేదం మైండ్ బాడీ వెల్నెస్ కలిపినా సమగ్ర వైద్య కేంద్రాన్ని నిర్మించడం జరిగిందని అన్నారు. నూతనంగా ప్రారంభించిన హార్ట్ ఫుల్ నెస్ మెడిటేషన్ సెంటర్ సేవలు ప్రతిరోజు అందుబాటులో ఉంటాయని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ తరుణ్, డైరెక్టర్ కేతన్వి, ఎస్టేట్ మేనేజర్ వెంకన్న, మేనేజర్ గణేష్ పాల్గొన్నారు.

హరిపురం గ్రామంలో తప్పులున్న రేషన్ స్మార్ట్ కార్డుల పంపిణీ నిలిపివేత

సర్పంచ్ గ్యార వేణి విజయ నాగరాజు యాదవ్

పోరు తెలంగాణ ఓదెల ప్రతినిధి రవీంద్ర చారి : పెద్దపల్లి జిల్లా ఓదెల మండలం హరిపురం గ్రామంలో ప్రభుత్వం చేపట్టిన రేషన్ స్మార్ట్ కార్డుల పంపిణీ కార్యక్రమంలో పలు తప్పులు వెలుగులోకి వచ్చాయి. హరిపురం గ్రామానికి వచ్చిన రేషన్ స్మార్ట్ కార్డుల్లో గ్రామం పేరు, పిన్‌కోడ్ వివరాలు హరిపురం గ్రామానికి బదులుగా ఓదెల పేరుతో ముద్రించబడి ఉండటాన్ని గుర్తించారు. ఈ విషయాన్ని గమనించిన గ్రామ సర్పంచ్ గ్యారవేని విజయ నాగరాజు యాదవ్ తప్పులున్న రేషన్ స్మార్ట్ కార్డులను గ్రామస్తులకు పంపిణీ చేయకుండా తిరస్కరించారు. అనంతరం ఈ విషయాన్ని ఎమ్మార్వో వనజా నాయక్ దృష్టికి తీసుకెళ్లగా, ఈ సమస్యను ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి, తప్పులను సరిచేసేలా చర్యలు తీసుకుంటామని వారు తెలిపారు. హరిపురం గ్రామ ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా, తప్పులను పూర్తిగా సరిచేసి సరైన వివరాలతో రేషన్ స్మార్ట్ కార్డులను అందించాలని కోరుతూ గ్రామంలో చేపట్టిన రేషన్ స్మార్ట్ కార్డుల పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని తాత్కాలికంగా నిలిపివేయడం జరిగింది.

తీజ్ పండుగలో పాల్గొన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ నేతలు

మహేశ్వరం, ఆగస్టు 22, పోరు తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి : కందుకూరు మండలం మురళి నగర్ గ్రామంలో తీజ్ పండుగను పురస్కరించుకొని మహేశ్వరం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ కృష్ణా నాయక్, కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు కే. రాణా ప్రతాప్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో తీజ్ పండుగలో పాల్గొన్నారు. గిరిజనుల ఆరాధ్య దైవం తీజ్ పండుగని తీజ్ పండుగకు ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉంటుందని వారు అన్నారు. ఈ సందర్భంగా గిరిజనులకు తీజ్ పండుగ శు భాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ నేహా భాస్కర్, జిల్లా మైనార్టీ జనరల్ సెక్రెటరీ ఎండి అఫ్జల్ బేగ్, వార్డు సభ్యులు బాబు, సీనియర్ నాయకులు బుక్క పాండురంగారెడ్డి, వసంత నాయక్, పాండు నాయక్, రాములు, మంచాల భాస్కర్, దేవేందర్, రవి పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యకరమైన తెలంగాణ నిర్మాణంలో అందరూ భాగస్వాములు కావాలి

జమేష్ రంజన్....

పోరు తెలంగాణ ఆగస్టు 22: కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి : కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ఆరోగ్యకరమైన తెలంగాణ నిర్మాణంలో భాగంగా ప్రతి ఒక్కరికి శారీరక, భౌతిక అక్షరాస్యతపై అవగాహన కల్పించే చర్యలు తీసుకోవాలని రాష్ట్ర క్రీడా శాఖ ప్రత్యేక కార్యదర్శి జమేష్ రంజన్ తెలిపారు. హైదరాబాద్ నుండి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లు, నోడల్ అధికారులతో ఫిజికల్ లిటరసీపై జిల్లా స్థాయి కార్యక్రమాల అమలుపై వర్చువల్ ఓరియంటేషన్ నిర్వహించారు. నిత్యజీవితంలో యోగ, క్రీడలు, నడక, వ్యాయామం తప్పనిసరని, ప్రతి ఒక్కరూ శారీరక, భౌతిక అక్షరాస్యత కలిగి ఉండాలని పేర్కొన్నారు. యంగ్ ఇండియా ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్, స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ అనుసంధానంతో జిల్లా స్థాయిలో ఫిజికల్ లిటరసీ కార్యక్రమాలు చేపట్టాలని, ప్రణాళిక, సమన్వయం, అమలును పర్యవేక్షించాలని సూచించారు. జిల్లా కేంద్రంలోని కలెక్టరేట్ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ హాల్ నుండి జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు) యువరాజ్ మర్మాట్, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి సచ్చిదానంద చారి, జిల్లా యువజన క్రీడల శాఖ అధికారి అశ్వక్ అహ్మద్ హాజరయ్యారు. అధికారుల సమన్వయంతో ఫిజికల్ లిటరసీ కార్యక్రమాన్ని పకడ్బందీగా చేపడతామని, పాఠశాల విద్యాశాఖ, ఒలంపిక్ అసోసియేషన్, జాతీయ, అంతర్జాతీయ క్రీడాకారులు, క్రీడా క్లబ్బుల సభ్యులను భాగస్వామ్యం చేస్తామని అదనపు కలెక్టర్ తెలిపారు.

గిరిజన పాఠశాల బ్యాగ్‌లు పంపిణీ చేసిన సిర్పూర్ పేపర్ మిల్ జనరల్ మేనేజర్ ఎం.ఎస్. గిరి

పోరు తెలంగాణ ఆగస్టు 22: కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి : కొమురం భీమ్ ఆసిఫాబాద్ జిల్లా కాగజ్‌నగర్ మండలం మారుమూల ప్రాంతంలోని పర్ధన్‌గూడ గిరిజన సంక్షేమ శాఖ ప్రాథమిక పాఠశాలలో 20 మంది గిరిజన ఆదివాసీ విద్యార్థులు చదువుతున్నారు. గత వారం పాఠశాలను సందర్శించిన సిర్పూర్ పేపర్ మిల్ జనరల్ మేనేజర్ ఎం.ఎస్. గిరి, విద్యార్థుల వద్ద బ్యాగ్‌లు లేకపోవడం గమనించి, మళ్లీ వచ్చినప్పుడు బ్యాగ్‌లు తెస్తానని హామీ ఇచ్చారు. ఆ మేరకు నేడు గిరిజన విద్యార్థులకు పాఠశాల బ్యాగ్‌లు అందించారు. భవిష్యత్తులో గిరిజన విద్యార్థుల చదువులకు, పాఠశాల అభివృద్ధికి తన వంతు సహాయ సహకారాలు అందిస్తానని ఈ సందర్భంగా తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆసిఫాబాద్ స్కూల్ కాంప్లెక్స్ రీసోర్స్ పర్సన్ రాథోడ్ రవీందర్, ఉపాధ్యాయురాలు దుర్వ జీవా కిరీట, గ్రామపంచాయతీ వార్డ్ మెంబర్లు నైతం రోజా, గేడం సమత, నైతం సునీత, పెందూర్ శ్రీదేవి, నైతం లక్ష్మి నారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాల్కొండ మండల కేంద్రంలో 24 గంటల అఖండ శ్రీ రామ నామ స్మరణ

పోరు తెలంగాణ ప్రతినిధి (భూమేశ్వర్) : బాల్కొండ మండల కేంద్రంలోని శ్రీ దాస్ హనుమాన్ మందిరంలో ప్రారంభమైన 24 గంటల అఖండ "శ్రీ రామ జయ రామ జయ జయ రామ" నామ స్మరణ పారాయణం కార్యక్రమం జోరుగా జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో నవీన్,శ్రీ వెంకటేశ్వర, శాంభవి,మదర్ తెరిసా హై స్కూల్ విద్యార్థినీ, విద్యార్థులు భక్తిశ్రద్ధలతో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు శ్రీరామ నామస్మరణలో పాల్గొని ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని మరింత భక్తిమయంగా మార్చారు. చిన్నారుల్లో భక్తిభావాన్ని,ఆధ్యాత్మిక చింతనను పెంపొందించడంతో పాటు,మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాల పట్ల అవగాహన కల్పించే ఇటువంటి కార్యక్రమాలు ఎంతో ప్రశంసనీయమైనవని నిర్వాహకులు తెలిపారు.

అనుమతులు లేకుండా అక్రమంగా ఇసుక తరలిస్తున్న ట్రాక్టర్ పట్టివేత

యజమాని పై కేసు నమోదు.

పోరు తెలంగాణ, మంచిర్యాల, ఆగస్టు 22 : భీమారం పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని ఖాజీపల్లి గ్రామ శివారులో ఎస్సై ఎ . రాజేందర్ సిబ్బందితో కలిసి పెట్రోలింగ్ నిర్వహిస్తుండగా, ప్రభుత్వ సంబంధిత శాఖల నుండి ఎలాంటి ముందస్తు అనుమతులు లేకుండా అక్రమంగా ఇసుక తరలిస్తున్న ఒక ట్రాక్టర్‌ను గుర్తించి పట్టుకున్నారు. విచారణలో సదరు ట్రాక్టర్ బూరుగుపల్లి గ్రామానికి చెందినదిగా గుర్తించారు. ట్రాక్టర్ డ్రైవర్/యజమాని భూక్యా చంద్రశేఖర్ అనుమతులు లేకుండా అక్రమంగా ఇసుక రవాణా చేస్తున్నట్లు తేలడంతో, అతనిపై సంబంధిత చట్ట నిబంధనల ప్రకారం కేసు నమోదు చేసి ట్రాక్టర్‌ను సీజ్ చేసినట్లు భీమారం ఎస్సై ఎ . రాజేందర్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సై మాట్లాడుతూ, ఇసుక, మట్టి తదితర ఖనిజాలను రవాణా చేసే వారు సంబంధిత అధికారుల నుండి అవసరమైన అన్ని అనుమతులు పొందిన తరువాతనే రవాణా చేయాలని సూచించారు. ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా అక్రమంగా ఇసుక లేదా మట్టి రవాణా చేస్తే, అటువంటి వారిపై కఠిన చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు వాహనాలను సీజ్ చేస్తామనిశ్రీశ్రీశ్రీ హెచ్చరించారు.

కోమట్లగూడెంలో స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల పంపిణీ

పోరుతెలంగాణ,ఖమ్మం ,చింతకాని ఆగస్టు 22 : తెలంగాణ ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న ఆహార భద్రత స్మార్ట్ రేషన్ కార్డుల పంపిణీ కార్యక్రమంలో భాగంగా చింతకాని మండల పరిధిలోని కోమట్లగూడెం గ్రామంలో శనివారం లబ్ధిదారులకు స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను పంపిణీ చేశారు. గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ కొండూరు పరిశుద్ధరావు చేతుల మీదుగా కొత్తపల్లి నాగలక్ష్మి, వేముల రేణుకలకు స్మార్ట్ రేషన్ కార్డులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా అర్హులైన కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అందిస్తున్న రేషన్ సౌకర్యాలను సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ కార్యదర్శి కొడాల రాధారాణి, జీపీవో సంపత్ కుమార్, ఉపసర్పంచ్ ఆవుల రామిరెడ్డి, వార్డు సభ్యులు రాయల శ్రీను, వేముల వెంకటేశ్వర్లు, రాయల బాబు, బలవంతపు కుటుంబరావు, గ్రామ పెద్దలు బత్తుల వెంకటేశ్వర్లు, పల్లపు అంకాలు, వేముల సీతారాములుతో పాటు గ్రామ ప్రజలు, లబ్ధిదారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దోమల బెడద, వీధి దీపాల సమస్యలపై మున్సిపల్ కమిషనర్‌కు బీఆర్ఎస్ కౌన్సిలర్ల వినతి

పోరు తెలంగాణ ఆగస్టు 22: కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి : కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా కాగజ్‌నగర్ పట్టణంలో దోమల బెడద, వీధి దీపాల సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించాలని బీఆర్ఎస్ పార్టీ కౌన్సిలర్లు మున్సిపల్ కమిషనర్‌కు వినతిపత్రం సమర్పించారు. పలు వార్డుల్లో దోమల బెడద పెరుగుతుండటంతో ఫాగింగ్, యాంటీ-లార్వా మందుల పిచికారీ, డ్రైనేజీల శుభ్రత, నిల్వ నీటి తొలగింపు చర్యలు క్రమం తప్పకుండా చేపట్టాలని కోరారు. దోమల ద్వారా డెంగ్యూ, మలేరియా, చికున్‌గున్యా వ్యాధులు వ్యాపించే ప్రమాదం ఉందని పేర్కొన్నారు. పనిచేయని వీధి దీపాలను వెంటనే మరమ్మతు చేసి, దీపాలు లేని ప్రాంతాల్లో కొత్త ఎల్ఈడీ లైట్లు, ల్యాంప్‌పోస్టులు ఏర్పాటు చేయాలని, చీకటి ప్రాంతాల్లో భద్రత కోసం ప్రత్యేక సర్వే నిర్వహించాలని కోరారు. ప్రజల ఆరోగ్యం, భద్రతకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ ఈ రెండు సమస్యలపై తక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని బీఆర్ఎస్ కౌన్సిలర్లు డిమాండ్ చేశారు.

సూర్యగిరి రేణుక ఎల్లమ్మ బోనాలకు రావాలని బిజెపి నేతలకు ఆహ్వానం

మహేశ్వరం, ఆగస్టు 22, పోరు తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి: అంబోజీ శ్రీకాంత్ యాదవ్ రావిరాలలో నిర్వహించే సూర్యగిరి రేణుక ఎల్లమ్మ బోనాల ఉత్సవాలకు, ఘటం కార్యక్రమానికి రావాలని మల్కాజిగిరి పార్లమెంట్ సభ్యుడు ఈటల రాజేందర్ కు, మాజీ జాతీయ బీసీ కమిషన్ సభ్యుడు ఆచారి కి, ఎమ్మెల్సీ ఏవియన్ రెడ్డికి, రంగారెడ్డి జిల్లా బిజెపి మాజీ అధ్యక్షుడు బొక్క నరసింహ రెడ్డిలను ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తుక్కుగూడ మున్సిపాలిటీ మాజీ చైర్మన్ కాంటేకార్ మధుమోహన్, బిజెపి నాయకులు పాల్గొన్నారు.

ఉద్యోగుల మహా ధర్నా కార్యక్రమం నకు అనుమతి ఇవ్వండి

జిల్లా కలెక్టర్ కు వినతి పత్రం సమర్పణ.

పోరు తెలంగాణ, మంచిర్యాల, ఆగస్టు 22 : ఉద్యోగుల సమస్యల పరిష్కారం కొరకు 27.08.2026 రోజున ఉదయం 11గంటల నుండి తలపెట్టిన మహా ధర్నా కార్యక్రమం అనుమతి కొరకు మంచిర్యాల జిల్లా కలెక్టర్ మరియు ఏసీపీ మంచిర్యాల ను కలసి వినతిపత్రంను టీజీజేఏసీ చైర్మన్ గడియారం శ్రీహరి, సెక్రటరీ జనరల్ కే. వనజ రెడ్డి సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా గడియారం శ్రీహరి ఉద్యోగుల సమస్యలను జిల్లా కలెక్టర్ కి తెలియజేయడం జరిగింది. టీజీజేఏసీ రాష్ట్ర చైర్మన్ శ్రీ మారం జగదీశ్వర్, సెక్రటరీ జనరల్ ఏలూరి శ్రీనివాస్ రావు, కార్యవర్గం తీసుకున్న నిర్ణయం మరియు మంచిర్యాల అన్ని వర్గాల ఉద్యగుల అభీష్టం మేరకు ఐ డి ఓ సి నస్పూర్ లో మహా ధర్నా కార్యక్రమం శాంతియుతంగా అన్ని భాగస్వామ్య సంఘాలు చేపట్టడం జరుగుతుందని తెలిపారు. అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ ఉద్యోగుల గోంతుక పత్రిక ను ఆవిష్కరించారు ఈ కార్యక్రమంలో టీజీజేఏసీ శ్రీనాయకులు శ్రీనివాస్ దేశపాండే, అత్తె సుధాకర్, పొన్న మల్లయ్య, శ్రీపతి బాపు రావు, శ్రవణ్ కుమార్, గోపాల్ రాంకుమార్, తిరుపతి,నడిమెట్ల సత్యనారాయణ,ఎండీ యూసఫ్ రాజేందర్, వసంత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

శుభ కార్యక్రమానికి హాజరైన మాజీ ఎమ్మెల్యే దాసరి మనోహర్ రెడ్డి

పోరు తెలంగాణ ఓదెల ప్రతినిధి రవీంద్ర చారి : పెద్దపల్లి జిల్లా ఆగస్టు 22 శనివారం ఓదెల మండలం మడక గ్రామములో బిఆర్ఎస్ నాయకులు ఆసరి కుమార్ కూతురు నూతన వస్త్రాలంకరణ కార్యక్రమంనకు హాజరై చిన్నారిని ఆశీర్వధించిన మాజీ ఎమ్మెల్యే రాష్ట్ర హరిత మిత్ర అవార్డు గ్రహీత దాసరి మనోహర్ రెడ్డి ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ యూత్ మండలం అధ్యక్షులు మ్యాడగోని శ్రీకాంత్ గౌడ్,మాజీ ఎంపీటీసీ నోముల ఇంద్రారెడ్డి,ఆవుల రవీందర్, గోషిక లింగమూర్తి, సౌదరి రమేష్,తుడి సంపత్, బీరవేణి రవి, రమేష్, సమ్మిరెడ్డి, తదితరులు పాల్గొన్నారు

ప్రభుత్వ పాఠశాల ఆసుపత్రిలోలి పండ్ల పంపిణీ

దోమకొండ ఆగస్టు 22 (పోరు తెలంగాణ న్యూస్) : రాష్ట్ర యువజన కాంగ్రెస్ నాయకుడు ఇలియాస్ జన్మదిన సందర్భంగా దోమకొండ మండలం గ్రామంలో యువజన నాయకుడు దోమకొండ సుమన్ ఆధ్వర్యంలో గ్రామంలోని పలు పాఠశాలలో. దోమకొండ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో పండ్లను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు దోర్నాల లక్ష్మణ్ దోర్నాల గంగారం కొమ్ము రమేష్ హరీష్ పొందుర్తి లింగం ఉపసర్పంచ్ ప్రభాకర్ వార్డు సభ్యులు నరసవ్వ రవికుమార్ ప్రశాంత్ గౌడ్ నరసింహులు కుంటి రాజు తో పాటు పలువురు పాల్గొన్నారు.

సురవరం కు ఘన నివాళి

మహేశ్వరం, ఆగస్టు 22, పోరు తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి: సిపిఐ అగ్రనేత మాజీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి, ఉమ్మడి నల్లగొండ జిల్లా పార్లమెంట్ సభ్యుడు సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి మొదటి వర్ధంతి సందర్భంగా ఆయనకు ఘన నివాళులు అర్పించారు. హైదరాబాదులోని మగ్దూం భవన్ లో సిపిఐ రంగారెడ్డి జిల్లా కార్యవర్గ సభ్యుడు పల్నాటి యాదయ్య మల్కాజ్గిరి దశరథ పాల్గొని ఘన నివాళులు అర్పించారు.

ధర్మారం గ్రామ పంచాయతీ ని సందర్శించిన ఎంపీడీఓ

పోరు తెలంగాణ, మంచిర్యాల, ఆగష్టు 22 : భీమారం మండలం, ధర్మారం గ్రామపంచాయతీలో ఎంపీడీవో వీణ పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామంలోని అంగన్‌వాడీ కేంద్రం, ప్రాథమిక పాఠశాలను సందర్శించారు. విద్యార్థులకు అందిస్తున్న మధ్యాహ్న భోజనాన్ని (మిడ్ డే మీల్స్) తనిఖీ చేసి, భోజనం నాణ్యత, పరిశుభ్రత, విద్యార్థులకు అందుతున్న సౌకర్యాలపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థులకు మెనూ ప్రకారం నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని సూచించారు. అనంతరం గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలో నిర్వహించిన వనమహోత్సవ కార్యక్రమంలో పాల్గొని మొక్కలు నాటారు. పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగంగా ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటి, వాటిని సంరక్షించాలని అధికారులు, ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు. వీఈ కార్యక్రమంలో ధర్మారం గ్రామ సర్పంచ్ దాసరి మణిదీపక్ భీమారం మండల ఎంపీడీఓ వీణ ఎంపీఓ సతీష్ రెడ్డి ఏపీవో జీనత్ , పంచాయతీ కార్యదర్శి శ్రావణ్, మాజీ సర్పంచ్ మధునయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బాల్కొండ జెడ్ పి హెచ్ ఎస్ లో ప్యానల్ ఇన్స్పెక్షన్ బృందం తనిఖీ

పోరు తెలంగాణ ప్రతినిధి (భూమేశ్వర్) : తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పాఠశాలల్లో విద్యా ప్రమాణాలను మెరుగుపరచడంతో పాటు, విద్యార్థుల అభ్యసన స్థాయిలను పర్యవేక్షించేందుకు ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక ప్యానల్ ఇన్‌స్పెక్షన్ బృందం బాల్కొండ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలను శనివారం సందర్శించి సమగ్రంగా తనిఖీ నిర్వహించింది.నోడల్ అధికారి కే. శ్రీనివాస్ నేతృత్వంలో నిర్వహించిన ఈ తనిఖీలో ఉపాధ్యాయుల బోధనా విధానం,సిలబస్ పూర్తి చేసిన తీరు, విద్యార్థుల అభ్యసన స్థాయిలు తదితర అంశాలను బృందం పరిశీలించింది. అలాగే పాఠశాలలోని మౌలిక వసతులు,మధ్యాహ్న భోజన నాణ్యత, పాఠశాల పారిశుధ్యం, కిచెన్ గార్డెన్, ఖాన్ అకాడమీ ద్వారా డిజిటల్ బోధన, టీ.ఎల్.ఎం.ల వినియోగం, క్రీడల నిర్వహణ తదితర అంశాలను పరిశీలించడంతో పాటు సంబంధిత పాఠశాల రికార్డులను తనిఖీ చేశారు.విద్యార్థులతో మాట్లాడి వారి అభ్యసన స్థాయిలను అంచనా వేసిన ప్యానల్ బృందం, విద్యా ప్రమాణాలను మరింత మెరుగుపరిచేందుకు అవసరమైన సూచనలు చేసింది.విద్యార్థులలో అభ్యసన ఫలితాలను పెంపొందించేందుకు ఉపాధ్యాయులు నిరంతరం కృషి చేయాలని సూచించింది.ఈ తనిఖీ బృందంలో గంట అశోక్, తెడ్డు చిన్నయ్య,పి. గంగా మోహన్,గంగాధర్,ఆర్. గంగాధర్,కె.రమేష్,డి.విశ్వనాథ్, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు ఎస్. గంగాధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు బట్టు రాజేశ్వర్, సీనియర్ ఉపాధ్యాయులు ఎం. ప్రశాంత్ కుమార్, ఉపాధ్యాయినీ, ఉపాధ్యాయ బృందం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్యశాఖ అధికారి (DM&HO) , ఖమ్మం జిల్లా

పోరు తెలంగాణ, ఖమ్మం జిల్లా, ఆగస్టు 22 : విరోచనాలు (Diarrhoea), డీహైడ్రేషన్ నివారణకు ఓ ఆర్ ఎస్ (ORS) ప్రాముఖ్యత ప్రజలకు ఆరోగ్య జాగ్రత్తలు - డాక్టర్ డి రామారావు డి ఎం హెచ్ ఓ. విరోచనాలు, వాంతుల బారిన పడినప్పుడు శరీరంలో నీరు, ముఖ్యమైన లవణాలు కోల్పోవడం వల్ల ప్రాణాపాయం సంభవించే ప్రమాదం ఉంది. సకాలంలో ఓరల్ రీహైడ్రేషన్ సొల్యూషన్ (ORS) తీసుకోవడం ద్వారా డీహైడ్రేషన్‌ను అరికట్టి ప్రాణాలను కాపాడుకోవచ్చని ఖమ్మం జిల్లా వైద్య మరియు ఆరోగ్యశాఖ అధికారి తెలిపారు.

ORS ఎందుకు తాగాలి? దాని ఉపయోగాలు:

విరోచనాలు మరియు వాంతుల వల్ల శరీరం కోల్పోయిన నీరు, ఎలక్ట్రోలైట్లను (సోడియం, పొటాషియం మొదలైనవి) తక్షణమే భర్తీ చేస్తుంది.

గ్లూకోజ్ మరియు సోడియం కలయిక వల్ల ప్రేగులు నీటిని వేగంగా పీల్చుకుంటాయి.

రక్తపోటు పడిపోకుండా కాపాడుతుంది, నీరసం రాకుండా శరీరానికి శక్తినిస్తుంది.

శరీరంలో సోడియం (Sodium) ప్రాముఖ్యత:

శరీరంలో ద్రవాల సమతుల్యతను (Fluid Balance) కాపాడటానికి సోడియం ఎంతో అవసరం. రక్తపోటును నియంత్రించడంలో, నరాల పనితీరులో, కండరాలు సరిగ్గా సంకోచించి పనిచేయడంలో సోడియం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. సోడియం మోతాదు తగ్గితే మూర్ఛ, స్పృహ కోల్పోవడం, తీవ్రమైన బలహీనత వంటి ప్రమాదకర పరిస్థితులు తలెత్తుతాయి. అదేవిధంగా సోడియం నార్మల్ వేల్యూ :-135 - 145 మీవల/లీ ఉండాలి.శరీరంలో నీటి శాతం ఎప్పుడు తగ్గుతుంది (Dehydration Causes)? తీవ్రమైన విరోచనాలు మరియు వాంతులు అయినప్పుడు.

వేసవిలో అధిక ఉష్ణోగ్రతల వల్ల వచ్చే వడదెబ్బ (Heat Stroke) మరియు అధిక చెమట వల్ల. అధిక జ్వరం, తీవ్రమైన శారీరక శ్రమ వల్ల. సరిపడా నీరు తాగకపోవడం, డయాబెటిస్ నియంత్రణలో లేనప్పుడు అధిక మూత్రవిసర్జన వల్ల.

విరోచనాల సమయంలో వయస్సు ప్రకారం ORS మోతాదు:

2 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలకు ప్రతి విరేచనం తర్వాత 50 నుండి 100 మిల్లీలీటర్లు, అంటే పావు నుండి అర గ్లాసు వరకు ౼౼ తాగించాలి. 2 నుండి 9 సంవత్సరాల పిల్లలకు ప్రతి విరేచనం తర్వాత 100 నుండి 200 మిల్లీలీటర్లు, అంటే అర నుండి ఒక గ్లాసు వరకు తాగించాలి. 10 సంవత్సరాలు మరియు ఆపై వయస్సు ఉన్న పిల్లలు, పెద్దలకు ప్రతి విరేచనం తర్వాత 200 నుండి 400 మిల్లీలీటర్లు, అంటే ఒకటి నుండి రెండు గ్లాసుల వరకు ORS తాగించాలి. పెద్దలు రోజుకు సుమారు 2 నుండి 3 లీటర్ల ద్రవాహారం తీసుకోవాలి. ఒక ప్యాకెట్ ORS పొడిని ఖచ్చితంగా 1 లీటర్ శుభ్రమైన తాగునీటిలో కలపాలి. కలిపిన ద్రావణాన్ని 24 గంటల లోపే వాడాలి.

ప్రత్యేక వర్గాల వారు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు:

చిన్న పిల్లలు: తల్లిపాలు తాగే పిల్లలకు పాలివ్వడం ఆపకూడదు. కొద్దికొద్దిగా చెంచాతో ORS పట్టించాలి.

గర్భిణీ స్త్రీలు: డీహైడ్రేషన్ వల్ల ఉమ్మనీటి శాతం తగ్గడం, నెలలు నిండకుండానే నొప్పులు రావడం జరిగే ప్రమాదం ఉంది. తగినంత ORS, కొబ్బరి నీళ్లు, మజ్జిగ తాగుతూ ఉండాలి.

వృద్ధులు: వృద్ధులలో దాహం వేసే లక్షణం తక్కువగా ఉంటుంది, కాబట్టి తరచుగా ద్రవాహారం అందించాలి. కిడ్నీలు దెబ్బతినకుండా వెంటనే వైద్య పర్యవేక్షణ అవసరం.

దీర్ఘకాలిక వ్యాధిగ్రస్తులు (బీపీ, షుగర్, కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు): వీరు విరోచనాలు మొదలైన వెంటనే సొంత వైద్యం చేసుకోకుండా వైద్యుడిని సంప్రదించి, వారి సలహా మేరకు లవణాల సమతుల్యత దెబ్బతినకుండా జాగ్రత్తపడాలి.

ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (ఔనూ) కీలక సూచనలు:

ORS ప్రారంభం: డయేరియా మొదలైన వెంటనే ఇంట్లోనే ORS ద్రావణం తాగించడం ప్రారంభించాలి.

జింక్ (Zinc) మాత్రలు: 5 సంవత్సరాల లోపు పిల్లలకు 14 రోజుల పాటు జింక్ సప్లిమెంట్లు ఇవ్వాలి (ఇది డయేరియా తీవ్రతను, మళ్లీ రాకుండా తగ్గిస్తుంది).

ఆహారం కొనసాగింపు: ద్రవాహారంతో పాటు తేలికగా జీర్ణమయ్యే పౌష్టికాహారాన్ని ఆపకుండా ఇవ్వాలి.

వ్యక్తిగత పరిశుభ్రత: చేతులను సబ్బుతో శుభ్రంగా కడుక్కోవడం, కాచి చల్లార్చిన నీటినే తాగడం తప్పనిసరి.

అత్యవసర సూచన: కళ్లు గుంటలు పడటం, మూత్ర విసర్జన బాగా తగ్గడం, విపరీతమైన మత్తు, మలంలో రక్తం పడటం వంటి తీవ్ర లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే సమీపంలోని ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం (PHC) లేదా ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించాలి. అన్ని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులలో ORS ప్యాకెట్లు ఉచితంగా అందుబాటులో ఉన్నాయి.

ఖమ్మం ప్రెస్ క్లబ్ లో ఘనంగా కలం యోధుడు షయాద్ సోయాబుల్లాఖాన్ 78వ వర్ధంతి వేడుకలు

టిడబ్ల్యూజేఎఫ్ హెచ్2843 వ్యవస్థాపకులు మామిడి సోమయ్య యూనియన్, ఖమ్మం జిల్లా అధ్యక్షులు నానబాల రామకృష్ణ, కార్యదర్శి అర్వపల్లి నగేష్ అసమాన కలం యోధుడు షహీద్ షోయబుల్లా ఖాన్

పోరు తెలంగాణ,ఖమ్మం,22 ఆగస్టులి : నిరంకుశత్వంపై అక్షరాన్నే ఆయుధంగా మలిచి, నిజాం పాలనకు వ్యతిరేకంగా పోరాడిన అసమాన కలం యోధుడు షహీద్ షోయబుల్లా ఖాన్. హైదరాబాద్ సంస్థానాన్ని భారత యూనియన్‌లో విలీనం చేయాలని, ప్రజాస్వామ్య పాలన రావాలని కోరుతూ తన రచనల ద్వారా ప్రజల్లో చైతన్యం తీసుకొచ్చిన ధీర జర్నలిస్టుగా ఆయన చరిత్రలో నిలిచిపోయారు. షోయబుల్లా ఖాన్ 1920 అక్టోబర్ 17న ఖమ్మం జిల్లాలోని సుబ్లేడు గ్రామంలో హబీబుల్లా ఖాన్, లాయహున్నిసా బేగం దంపతులకు జన్మించారు. ఆయన తండ్రి హబీబుల్లా ఖాన్ రైల్వే శాఖ లో పనిచేసేవారు. మహాత్మాగాంధీకి ఆయన వీరాభిమాని. గాంధీజీ పట్ల ఉన్న అభిమానంతో తన కుమారుడిని ప్రేమగా 'షోయబుల్లా గాంధీ' అని పిలిచేవారని చారిత్రక కథనాలు పేర్కొంటున్నాయి. బాల్యం నుంచే షోయబుల్లా ఖాన్ కు సమాజం పట్ల అవగాహన పెరిగింది. బొంబాయిలో ఇంటర్మీడియట్ వరకు చదువుకున్న ఆయన హైదరాబాద్ ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయంలో బీ.ఏ తో పాటు జర్నలిజం విద్యను అభ్యసించారు. మంచి ఉద్యోగం పొందే అవకాశాలు ఉన్నప్పటికీ నిరంకుశ పాలనను ప్రశ్నించేందుకు జర్నలిజాన్ని తన వృత్తిగా ఎంచుకున్నారు. జాతీయ భావాలను ప్రోత్సహిస్తున్న 'తేజ్' ఉర్దూ వారపత్రికలో సబ్‌ఎడిటర్‌గా చేరిన షోయబుల్లా ఖాన్ నిజాం పాలకులు, వారి అనుచరులైన భూస్వాములు, రజాకారులు ప్రజలపై సాగిస్తున్న దురాగతాలను తన రచనల ద్వారా ఎండగట్టారు. ఆయన రచనలు నిజాం పాలకులకు ఆగ్రహం తెప్పించడంతో 'తేజ్' పత్రిక నిషేధానికి గురైంది. ఆ తర్వాత మందుముల నరసింగరావు ఆధ్వర్యంలో నడిచిన 'రయ్యత్' ఉర్దూ పత్రికలో చేరి తన కలానికి మరింత పదును పెట్టారు. బెదిరింపు లేఖలు వచ్చినప్పటికీ ఆయన వెనక్కి తగ్గలేదు. చివరకు 'రయ్యత్' పత్రిక కూడా నిజాం ప్రభుత్వ ఆగ్రహానికి గురై మూతపడింది. అయినప్పటికీ ప్రజల తరఫున తన పోరాటాన్ని కొనసాగించాలని షోయబుల్లా ఖాన్ నిర్ణయించుకున్నారు.

'ఇమ్రోజ్' పత్రిక స్థాపన.

స్వయంగా జాతీయ భావాలతో కూడిన పత్రికను ప్రారంభించాలని నిర్ణయించుకున్న, షోయబుల్లా ఖాన్ తన తల్లి, భార్య నగలను విక్రయించి వచ్చిన డబ్బుతో, బూర్గుల రామకృష్ణారావు ఇంటిని అద్దెకు తీసుకుని 'ఇమ్రోజ్' అనే ఉర్దూ దినపత్రికను ప్రారంభించారు. 1947 నవంబర్ 15న 'ఇమ్రోజ్' తొలి సంచిక వెలువడింది.

ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదురైనా పత్రికను ప్రజల గొంతుకగా తీర్చిదిద్దారు. నిజాం నిరంకుశత్వం, రజాకారుల మతదురహంకారం, ప్రజలపై జరుగుతున్న దాడులను ఆయన తన సంపాదకీయాలు, కథనాల ద్వారా తీవ్రంగా విమర్శించారు.

దేశానికి 1947 ఆగస్టు 15న స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటికీ హైదరాబాద్ సంస్థానాన్ని భారత యూనియన్‌లో విలీనం చేయడానికి నిజాం నిరాకరించాడు. ఈ పరిస్థితుల్లో హైదరాబాద్ సంస్థానం భారతదేశంలో విలీనం కావాలని షోయబుల్లా ఖాన్ 'ఇమ్రోజ్' ద్వారా బలంగా డిమాండ్ చేశారు. జాతీయ ప్రయోజనాల దృష్ట్యా హైదరాబాద్ భారత యూనియన్‌లో విలీనం కావాల్సిన అవసరాన్ని వివరిస్తూ, ఆయన అనేక సంపాదకీయాలు రాశారు. హైదరాబాద్ ప్రజల్లో ఎక్కువమంది ఉర్దూ చదువుకున్నవారు కావడంతో 'ఇమ్రోజ్' రచనలు ప్రజలు, మేధావులపై గణనీయమైన ప్రభావం చూపాయి. 1948 జనవరి 29న 'ఇమ్రోజ్'లో ప్రచురించిన 'పగటి ప్రభుత్వం--రాత్రి ప్రభుత్వం' అనే సంపాదకీయం షోయబుల్లా ఖాన్ ధైర్యసాహసాలకు నిదర్శనంగా నిలిచింది. ఆయన రచనలు నిజాం ప్రభుత్వానికి, రజాకారులకు తీవ్ర ఆగ్రహాన్ని కలిగించాయి.

ఖాసిం రజ్వీ బెదిరింపులు.

షోయబుల్లా ఖాన్ పై రజాకార్ల నాయకుడు ఖాసిం రజ్వీ నుంచి బెదిరింపులు వచ్చాయి. అయినప్పటికీ ఆయన తన రచనా పోరాటాన్ని ఆపలేదు. అన్యాయం ఎక్కడ జరిగినా అక్కడికి వెళ్లి వాస్తవాలను వెలుగులోకి తెచ్చారు. 1948 ఆగస్టు 19న నిజాం వ్యతిరేకంగా వార్తలు, వ్యాసాలు రాస్తే చేతులు నరికేస్తామని, ఖాసిం రజ్వీ బహిరంగంగా హెచ్చరించినట్లు, చారిత్రక కథనాలు పేర్కొంటున్నాయి. అయితే షోయబుల్లా ఖాన్ మాత్రం వెనక్కి తగ్గలేదు. సత్యం కోసం పోరాడుతూ ప్రాణాలు కోల్పోవడం కూడా గర్వించదగ్గ విషయమేనని ఆయన ధైర్యంగా ప్రకటించారు.

ఆగస్టు 21 అర్ధరాత్రి దారుణ దాడి.

1948 ఆగస్టు 21 అర్ధరాత్రి కాచిగూడ ప్రాంతంలోని 'ఇమ్రోజ్' కార్యాలయంలో పని ముగించుకుని షోయబుల్లా ఖాన్ తన బావమరిది ఇస్మాయిల్ ఖాన్‌తో కలిసి ఇంటికి బయలుదేరారు.

చప్పల్ బజార్ ప్రాంతానికి చేరుకున్న సమయంలో సాయుధ దుండగులు వారిపై దాడి చేశారు. షోయబుల్లా ఖాన్‌పై కాల్పులు జరిపి తీవ్రంగా గాయపరిచారు. అనంతరం ఆయన చేతులను దారుణంగా నరికారు. దాడిని అడ్డుకునేందుకు ప్రయత్నించిన ఆయన బావమరిది ఇస్మాయిల్ ఖాన్ కూడా తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. కాల్పుల శబ్దాలు విని స్థానిక ప్రజలు ఇళ్ల నుంచి బయటకు రావడంతో దుండగులు అక్కడి నుంచి పారిపోయారు. తీవ్ర గాయాలతో రక్తపు మడుగులో ఉన్న షోయబుల్లా ఖాన్‌ను ఉస్మానియా ఆసుపత్రికి తరలించారు.

దేశం కోసం మరణిస్తున్నానని గర్వంగా చెప్పిన షోయబుల్లా.

ఆగస్టు 22 తెల్లవారుజామున షోయబుల్లా ఖాన్ స్పృహలోకి వచ్చారు. తన చివరి క్షణాల్లో కూడా ఆయన ధైర్యాన్ని కోల్పోలేదు. మరణం అనివార్యమని, మంచి లక్ష్యం కోసం ప్రాణాలు అర్పించడం గర్వించదగ్గ విషయమని తన తల్లిదండ్రులకు, భార్యకు ధైర్యం చెప్పినట్లు చారిత్రక కథనాలు పేర్కొంటున్నాయి. నిజాం నిరంకుశత్వాన్ని తన కలంతో సవాలు చేసిన షోయబుల్లా ఖాన్ 28 ఏళ్ల వయసులోనే 1948 ఆగస్టు

22న తుదిశ్వాస విడిచారు. షోయబుల్లా ఖాన్ తన మతానికి చెందిన నిజాం పాలకుడే అయినప్పటికీ నిరంకుశ పాలనను సమర్థించలేదు. రజాకారులు తన మతస్తులే అయినప్పటికీ వారి దారుణాలను ఖండించడంలో వెనుకాడలేదు. మతం పేరుతో జరిగే మతోన్మాదాన్ని ఆయన వ్యతిరేకించారు. హైదరాబాద్ సంస్థానం భారతదేశంలో విలీనం కావాలని, మతమౌఢ్యం లేని ప్రజాస్వామ్య పాలన ఏర్పడాలని ఆయన కలలు కన్నారు. ఆ లక్ష్యం కోసం నడిరోడ్డుపైనే తన ప్రాణాలను త్యాగం చేశారు. పత్రికా స్వేచ్ఛ, ప్రజాస్వామిక విలువలు, లౌకిక భావాలు, ప్రజల హక్కుల కోసం తన కలాన్ని ఆయుధంగా మార్చుకున్న షోయబుల్లా ఖాన్ త్యాగం నేటి జర్నలిస్టులకు, ప్రజాస్వామ్యవాదులకు స్ఫూర్తిదాయకం. ఆగస్టు 22న ఆయన వర్ధంతి సందర్భంగా ఈ అసమాన కలం యోధుడి సేవలను స్మరించుకోవడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత. షోయబుల్లా ఖాన్ అమరత్వం ప్రజాస్వామ్య పోరాటానికి చిరస్మరణీయం. ఈ కార్యక్రమంలో టీడబ్ల్యూజేఎఫ్ హెచ్-2843 కోశాధికారి వేములకొండ రమేష్, నేషనల్ కౌన్సిల్ మెంబర్ ఎలుగోటి వెంకట్, స్టేట్ కౌన్సిల్ మెంబర్ నల్లా రాకేష్ రెడ్డి, టీబీజేఏ జిల్లా కార్యదర్శి కాసోజు శ్రీధర్, వీడియో గ్రాఫర్ అసోసియేషన్ జిల్లా అధ్యక్షులు అమరబోయిన ఉపేందర్, టిడబ్ల్యూజేఎఫ్ నగర అధ్యక్షులు గంటేల కుమార్, కార్యదర్శి కప్పల మధు గౌడ్, ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు అంతోటి శ్రీనివాస్, కిరణ్ కుమార్, గుజ్జ గోపాలకృష్ణ, చిన్నంశెట్టి రాంబాబు, పాగా యోనా, మేకల రవి, మొగిలి నాగేశ్వరరావు, షేక్ మీరా, ఎలిశెట్టి రామకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

9వ తరగతి నుంచే 10వ తరగతి పరీక్షలకు సన్నద్ధం కావాలి

అదనపు కలెక్టర్ యువరాజ్ మర్మాట్.....

పోరు తెలంగాణ ఆగస్టు 22: కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి : కొమురం భీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న 9వ తరగతి విద్యార్థులు ఇప్పటి నుంచే 10వ తరగతి వార్షిక పరీక్షలకు సన్నద్ధం కావాలని జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు) యువరాజ్ మర్మాట్ తెలిపారు. తిర్యాణి మండల కేంద్రంలోని జిల్లా పరిషత్ బాలుర ఉన్నత పాఠశాలలో 9వ తరగతి విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులతో సమావేశమై విద్యా ప్రగతి, హాజరు, అభ్యసన సామర్థ్యాలు, క్రమశిక్షణ, భవిష్యత్ లక్ష్యాలపై చర్చించారు. 9వ తరగతి నుంచే విద్యా పునాదిని బలోపేతం చేసుకోవాలని, ప్రతిరోజూ క్రమం తప్పకుండా పాఠశాలకు హాజరవుతూ ఇంటి వద్ద కూడా పాఠ్యాంశాలు సాధన చేయాలని సూచించారు. విద్యార్థుల్లో ఆత్మవిశ్వాసం, సృజనాత్మకత, నాయకత్వ లక్షణాలు, కమ్యూనికేషన్ నైపుణ్యాలు, సమస్య పరిష్కార సామర్థ్యాలు పెంపొందించేందుకు పాఠశాల స్థాయిలో ప్రత్యేక కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని తెలిపారు. విద్యార్థుల సమగ్ర అభివృద్ధి కోసం చేపట్టిన "విద్యా ప్లస్" కార్యక్రమం గురించి వివరిస్తూ, విద్యార్థుల్లో దాగి ఉన్న ప్రతిభను గుర్తించి మార్గదర్శకత్వం, ప్రోత్సాహం అందించడమే దీని ఉద్దేశమని పేర్కొన్నారు. తల్లిదండ్రులు పిల్లల విద్యా ప్రగతిని క్రమం తప్పకుండా పరిశీలిస్తూ ఉపాధ్యాయులతో సమన్వయం చేసుకోవాలని, విద్యార్థులపై ఒత్తిడి లేకుండా వారి ఆసక్తులు, సామర్థ్యాలను ప్రోత్సహించాలని తెలిపారు.

బాల్కొండ జెడ్ పి హెచ్ ఎస్ లో ప్యానల్ ఇన్స్పెక్షన్ బృందం తనిఖీ

పోరు తెలంగాణ ప్రతినిధి (భూమేశ్వర్) : తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పాఠశాలల్లో విద్యా ప్రమాణాలను మెరుగుపరచడంతో పాటు, విద్యార్థుల అభ్యసన స్థాయిలను పర్యవేక్షించేందుకు ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక ప్యానల్ ఇన్‌స్పెక్షన్ బృందం బాల్కొండ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలను శనివారం సందర్శించి సమగ్రంగా తనిఖీ నిర్వహించింది.నోడల్ అధికారి కే. శ్రీనివాస్ నేతృత్వంలో నిర్వహించిన ఈ తనిఖీలో ఉపాధ్యాయుల బోధనా విధానం,సిలబస్ పూర్తి చేసిన తీరు, విద్యార్థుల అభ్యసన స్థాయిలు తదితర అంశాలను బృందం పరిశీలించింది. అలాగే పాఠశాలలోని మౌలిక వసతులు,మధ్యాహ్న భోజన నాణ్యత, పాఠశాల పారిశుధ్యం, కిచెన్ గార్డెన్, ఖాన్ అకాడమీ ద్వారా డిజిటల్ బోధన, టీ.ఎల్.ఎం.ల వినియోగం, క్రీడల నిర్వహణ తదితర అంశాలను పరిశీలించడంతో పాటు సంబంధిత పాఠశాల రికార్డులను తనిఖీ చేశారు.విద్యార్థులతో మాట్లాడి వారి అభ్యసన స్థాయిలను అంచనా వేసిన ప్యానల్ బృందం, విద్యా ప్రమాణాలను మరింత మెరుగుపరిచేందుకు అవసరమైన సూచనలు చేసింది.విద్యార్థులలో అభ్యసన ఫలితాలను పెంపొందించేందుకు ఉపాధ్యాయులు నిరంతరం కృషి చేయాలని సూచించింది.ఈ తనిఖీ బృందంలో గంట అశోక్, తెడ్డు చిన్నయ్య,పి. గంగా మోహన్,గంగాధర్,ఆర్. గంగాధర్,కె.రమేష్,డి.విశ్వనాథ్, వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు ఎస్. గంగాధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు బట్టు రాజేశ్వర్, సీనియర్ ఉపాధ్యాయులు ఎం. ప్రశాంత్ కుమార్, ఉపాధ్యాయినీ,ఉపాధ్యాయ బృందం తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యూత్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలోరాష్ట్ర కాంగ్రెస్ యువ జననాయకులు ఇలియాస్ పుట్టినరోజు వేడుకలు

కామారెడ్డి జిల్లా ప్రతి నిధి దోమకొండ ఆగస్టు 22. (పోరు తెలంగాణ న్యూస్:) : రాష్ట్ర యువజన కాంగ్రెస్ నాయకుడు ఇలియాస్ జన్మదిన వేడుకలను దోమకొండ మండల కేంద్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయం లోకాంగ్రెస్ యువ నాయకులు నిమ్మ వినీత్ దోమకొండ మండల యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు పిన్నం నాగేంద్ర వర్మ సుమన్ కిరణ్ సిరాజ్ పుర బాపురెడ్డి గాజులపల్లి శేఖర్ నరేష్ నత్తి ఎల్లం బట్ట మనోహర్ దశరథం ప్రశాంత్ గౌడ్ కె ప్రభాకర్ రవికుమార్ఆధ్వర్యంలో పుట్టినరోజు వేడుకలసంబరాలను నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కేక్ కట్ చేసిప్రభుత్వ ఆసుపత్రిలో పండ్లను పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు ఆశపోయిన శ్రీనివాస్. మండల యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు పిన్నం నాగేంద్ర వర్మ. సర్పంచ్ నరసయ్య. మాజీ జెడ్పిటిసి సభ్యుడు తిరుమల్ గౌడ్. కాంగ్రెస్ నాయకులు. శ్రీకాంత్. అనంత రెడ్డి. సుధాకర్ యాదవ్. మల్లేష్ యాదవ్. గోపాల్ రెడ్డి. వినూత్. కిరణ్.స్వామి మధు. ముత్త గౌడ్. తో పాటు పలువురు పాల్గొన్నారు.

అక్రమ ఇసుక తవ్వకాలపై మైనింగ్ సిబ్బంది సర్జికల్ స్ట్రైక్

జేసీబీ, రెండు ట్రాక్టర్లు సీజ్!

పోరు తెలంగాణ, మంచిర్యాల,చెన్నూరు ఆగస్టు 22 : అధికారుల కళ్లుగప్పి అక్రమంగా ఇసుక తరలిస్తున్న దందాలపై మైనింగ్ అధికారులు విరుచుకుపడ్డారు. శనివారం రోజున చెన్నూరు మండలంలోని కత్తరశాల వాగు నుండి ఎలాంటి అనుమతులు లేకుండా ఇసుక తవ్వకాలు జరుపుతున్న ఒక జేసీబీ, రెండు ట్రాక్టర్లను మైనింగ్ సిబ్బంది దాడులు చేసి అదుపులోకి తీసుకున్నారు. సీజ్ చేసిన వాహనాలను స్థానిక చెన్నూరు పోలీస్ స్టేషన్‌కు తరలించారు.వాహనాలను స్వాధీనం చేసుకునే క్రమంలో అధికారులకు, స్థానిక నాయకులకు మధ్య తీవ్ర వాగ్వాదం చోటుచేసుకుంది. అయినప్పటికీ, పోలీసుల సహకారంతో మైనింగ్ అధికారులు వాహనాలను స్టేషన్‌కు తరలించారు.నిబంధనలు ఉల్లంఘించి అక్రమ ఇసుక, మట్టి తవ్వకాలు జరిపితే ఎంతటి వారైనా ఉపేక్షించేది లేదని, కఠిన చర్యలు తప్పవని అధికారులు హెచ్చరించారు.

ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియను వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలి

జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) వి.రాములు

పోరు తెలంగాణ, మంచిర్యాల ఆగస్టు 22, 2026: జిల్లాలో చేపట్టిన ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియను వేగవంతం చేసి త్వరగా పూర్తి చేయాలని జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) వి.రాములు అన్నారు. శనివారం జిల్లాలోని నస్పూర్, మంచిర్యాల మండలాల తహసీల్దార్ కార్యాలయాలను సందర్శించి ప్రత్యేక ఓటరు సమగ్ర సవరణ ప్రక్రియపై సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) మాట్లాడుతూ ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియలో భాగంగా గుర్తించిన అనామోలీస్ ను పరిశీలించి, సంబంధిత వ్యక్తులకు నోటీసులు జారీ చేసే ప్రక్రియను చేపట్టాలని, నిర్ణీత గడువులోగా ప్రక్రియను పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. తహసిల్దార్ కార్యాలయాలలో పెండింగ్‌లో ఉన్న ధ్రువపత్రాల సంబంధిత దరఖాస్తులను త్వరితగతిన పరిశీలించి, క్షేత్రస్థాయిలో విచారణ చేసి నిర్ణీత సమయంలోగా జారీ చేయాలని తెలిపారు. సాదా బైనామా, భూభారతి, రెవెన్యూ సదస్సులలో వచ్చిన దరఖాస్తులను రికార్డులను అనుసరించి పరిష్కరించాలని తెలిపారు. పెండింగ్ వ్యవహారాలను త్వరితగతిన పరిష్కరించి, నిర్ణీత సమయంలో పూర్తి చేయాలని, ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియతో పాటు రెవెన్యూ సంబంధిత పెండింగ్ పనులపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి, ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆయా మండలాల తహసిల్దార్లు, సిబ్బంది, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చంపకుండానే 24 గంటల్లో ఎలుకలను తరిమికొట్టే సీక్రెట్.. తెలిస్తే షాక్ అవుతారు!

ఎలుకలు ఇంట్లో ఉంటే అవి చేసే చిలిపి పనులు, వాటి వల్ల కలిగే నష్టాలు చాలా ఇబ్బందిగా ఉంటాయి. ఇంట్లో ఉన్న ముఖ్యమైన పేపర్లు, బట్టలు వంటివి వాటి వల్ల పాడవుతుంటాయి. వాటిని చంపడానికి మందులు పెట్టడం చాలామందికి ఇష్టం ఉండదు. అలాంటి వారికి ఒక ఆయుర్వేద చిట్కా ఎంతో ఉపయోగపడుతుంది. ఎలుకలను చంపకుండానే ఇంట్లో నుంచి తరిమికొట్టే ఆ సులభ మార్గం ఏమిటో తెలుసుకుందాం. ఇళ్లలో ఎలుకల బెడద సర్వసాధారణం. ఎలుకలు గణేశు ని వాహనంగా భావించడం వల్ల చాలామంది వాటిని చంపడానికి ఇష్టపడరు. అలాంటి వారికి ఎలుకలను చంపకుండానే ఇంటి నుండి తరిమికొట్టే ఒక ఆయుర్వేద పద్ధతి ఉంది. నిజానికి, ప్రముఖ గురువు ప్రభు రవి బాబా యూట్యూబ్ లో ఒక ఆయుర్వేద పద్ధతిని పంచుకున్నారు. దాని ప్రకారం 24 గంటలలోపు ఎలుకలు ఇంట్లో లేకుండా పోతాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ చిట్కా ప్రభావవంతంగా ఉండటమే కాకుండా చాలా సులభం, చవకైనది. దీనికి ప్రత్యేకంగా ఏమీ కొనాల్సిన అవసరం లేదు.

కావాల్సినవి:

ప్రభు రవి బాబా చెప్పిన పద్ధతికి కేవలం రెండు వస్తువులు కావాలి:

ఒక పెద్ద బిర్యానీ ఆకు నెయ్యిజి నెయ్యి ఎలుకలను ఆకర్షిస్తుంది. బిర్యానీ ఆకు వాటికి ఇబ్బందిని కలిగిస్తుంది. ఈ పద్ధతి ఎలుకలను ఇంట్లో నుంచి బయటికి పంపిస్తుంది.

ఉపయోగించే విధానం:

మొదట, ఒక పెద్ద బిర్యానీ ఆకును ఏడు చిన్న ముక్కలుగా విరగ్గొట్టాలి. ఈ ముక్కల మీద కొన్ని చుక్కల నెయ్యి వేయాలి. ఎలుకలు ఎక్కువగా సంచరించే వంటగది, స్టోర్ రూమ్, డాబా లాంటి ప్రదేశాలలో ఈ నెయ్యి రాసిన ఆకులను పెట్టాలి.

ఇది ఎలా పని చేస్తుంది:

ఎలుకలకు నెయ్యి వాసన చాలా ఇష్టం. అది వాటిని వెంటనే ఆకర్షిస్తుంది. అవి ఆకులను తిన్నప్పుడు, ఒక వింత రుచిని గమనిస్తాయి. వాటికి అసౌకర్యంగా అనిపిస్తుంది. బిర్యానీ ఆకులలో కొన్ని రసాయనాలు ఉంటాయి. అవి ఎలుకల జీర్ణవ్యవస్థకు ఆటంకం కలిగిస్తాయి. ఇది ఎలుకలను నేరుగా చంపదు. కానీ, అవి అసౌకర్యంగా భావించి ఇంటి నుండి పారిపోతాయి. ఈ చిట్కా ఆయుర్వేద సూత్రాల ఆధారంగా చెప్పబడింది. దీనికి శాస్త్రీయ ఆధారం లేదు. పురాతన కాలం నుంచి ఇలాంటి ఇంటి చిట్కాలను ఉపయోగిస్తున్నారు.

ఇవి కూడా గుర్తుంచుకోండి:

ఎలుకలను తొలగించడానికి మీ ఇల్లు శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. మిగిలిపోయిన ఆహారం, మురికి ఎలుకల సంఖ్యను పెంచుతాయి. వాటికి ఆహారం దొరికితే గూళ్లు కట్టుకుంటాయి. శుభ్రత వల్ల ఇంట్లో సానుకూల వాతావరణం ఏర్పడుతుంది.

సెల్ పక్కకు పెట్టి ఈ సవాల్ స్వీకరించండి.. ఈ చిత్రంలోని 4 పదాలు 10 సెకన్లలో చెబితే మీరు మేధావి..

ఆరోగ్యంగా, ఫిట్‌గా ఉండటానికి వివిధ రకాల వ్యాయామాలు, యోగా అవసరం. అదే విధంగా మెదడును పదును పెట్టడానికి వ్యాయామం కూడా చాలా అవసరం. ఆప్టికల్ భ్రాంతులు వంటి చిత్రాలు మనసు ఆలోచన తీరుని పెంచడంలో సహాయపడతాయి. ఈ రోజు మేము మీ ముందుకు తీసుకువచ్చిన సవాలుకు సమాధానం కనుగొనడానికి కేవలం 10 సెకన్ల మాత్రమే సమయం. చిత్రంలో దాగున్న నాలుగు పదాలు మీ పిల్లలు కనిపెడితే మీరు మేధావి లెక్క.. ఈ రోజు సవాలు ఏమిటో తెలుసుకుందాం.

సెల్ పక్కకు పెట్టి ఈ సవాల్ స్వీకరించండి.. ఈ చిత్రంలోని 4 పదాలు 10 సెకన్లలో చెబితే మీరు మేధావి..

ఆప్టికల్ ఇల్యూషన్స్ ని పరిష్కరించడం ద్వారా మీరు మీ తెలివితేటలను పరీక్షించుకోవచ్చు. దీని సహాయంతో పరీక్షని కూడా నిర్వహించవచ్చు. ఇది పరిశీలనా నైపుణ్యాలను బలోపేతం చేయడమే కాదు ఈ చిత్రంలోని సవాల్ ని పరిష్కరించడం వలన మానసికంగా రిఫ్రెష్ అవుతారు. కనుక ఈ రోజు మేము మీ కోసం ఒక సరికొత్త సవాల్ ని తీసుకొచ్చాం. ఇది చాలా ఆసక్తికరంగా ఉంటుంది. మీరు కూడా మిమ్మల్ని మీరు పదునైన దృష్టిగలవారిగా భావిస్తే.. డ్రాయింగ్ రూమ్ ఈ చిత్రంలో దాగి ఉన్న 4 పదాలను కనుగొనడం ద్వారా మీ పరిశీలన శక్తిని తెలియజేయవచ్చు. ఈ ఆసక్తికరమైన సవాలును ఒకసారి పరిశీలించండి.

10 సెకన్లలో '4 పదాలు' కనుగొనండి

ఈరోజు మేము మీ ముందుకు తెచ్చిన సవాలుకు సమాధానం కనుగొనడం మీకు చాలా సరదాగా ఉంటుంది. మీ ముందు ఉన్న చిత్రం భార్యాభర్తలను చూపిస్తుంది. భర్త సోఫాలో కూర్చుని తన మొబైల్ ఫోన్‌ను ఉపయోగిస్తున్నాడు. భార్య ఒక పుస్తకాన్ని పట్టుకుని ఉంది.. ఆమె తన భర్త చూస్తున్న మొబైల్ నే చూస్తుంది. అదే డ్రాయింగ్ రూమ్‌లో సోఫాపైకి ఎక్కడానికి ప్రయత్నిస్తున్న ఒక పెంపుడు కుక్క కూడా కనిపిస్తుంది. ఈ చిత్రంలో ఉన్న దాగున్న సవాలు ఏమిటంటే ఈ చిత్రంలో నాలుగు పదాలు దాగి ఉన్నాయి మరియు వాటిని కనుగొనడం అందరికీ సాధ్యం కాదు. ఈ చిత్రంలో దాగి ఉన్న నాలుగు పదాలను మీరు 10 సెకన్లలో గుర్తించగలిగితే.. మీరు మేధావి లెక్క. మీ సమయం ఇప్పుడు ప్రారంభమయింది. 10 సెకన్ల లోపు ఈ ఫోటోలో దాగి ఉన్న పదాలను మీరు గుర్తించగలిగితే.. అభినందనలు. అయితే ఆ నాలుగు పదాలు ఏమిటో మీరు గుర్తించలేకపోతే మేము ఇక్కడ సమాధానం కూడా చెబుతున్నాం.

ఏఐవైఎఫ్ అధ్యక్ష, కార్యదర్శులుగా శ్రీనాథ్రెడ్డి, రమేష్

యువతను విస్మరిస్తున్న పాలకులు

ఏఐవైఎఫ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వలీ ఉల్లాఖాద్రి

పోరు తెలంగాణ,ఖమ్మం ఆగస్టు22: ఖమ్మం : అఖిల భారత యువజన సమాఖ్య (ఏఐవైఎఫ్) ఖమ్మం జిల్లా అధ్యక్ష, కార్యదర్శులుగా ఎం. శ్రీనాథ్ రెడ్డి, చింతల రమేష్ ఎన్నికయ్యారు. 60 మందితో జిల్లా కౌన్సిల్ను, 22 మందితో ఆఫీస్ బేరర్స్ ?స్ను ఎన్నుకున్నారు. ఆర్గనైజింగ్ కార్యదర్శిగా మద్దోజు శ్రవణ్, ఉపాధ్యక్షులుగా మామిడాల కిరణ్ సహ పలువురిని మహాసభలో ఎన్నుకున్నారు. ఈనెల 21న చింతకాని మండలం కొదుమూరులో ఏఐవైఎఫ్ మహాసభలు జరిగాయి. శనివారం సిపిఐ కార్యాలయంలో జరిగిన మీడియా - సమావేశంలో ఈ వివరాలను వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన మీడియా సమావేశంలో ప్రధాన కార్యదర్శి చింతల రమేష్ మాట్లాడుతూ మహాసభలో 17 తీర్మానాలను ఆమోదించడం జరిగిందని ఆ తీర్మానాల అమలు కోసం పోరాట కార్యాచరణ రూపొందించినట్లు ఆయన తెలిపారు. పాలకులు ఇచ్చిన హామీల అమలు కోసం పోరాడతామని స్పష్టం చేశారు.

యువతను విస్మరిస్తున్న పాలకులు : వలీ

పాలక వర్గాలు యువతను విస్మరించి పాలన చేస్తున్నాయని ఏఐవైఎఫ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వలీ ఉల్లా ఖాద్రి తెలిపారు. యేటా రెండు కోట్ల ఉద్యోగాలు ఇస్తామని ప్రకటించిన మోడీ ఉన్న ఉద్యోగాలను ఊడబికుతున్నారని, రెండు లక్షల ఉద్యోగాల కల్పన హామీతో అధికారంలోకి వచ్చిన రేవంత్రెడ్డి అరకొర నోటిఫికేషన్లు తప్ప భర్తీ చేసింది లేదని ఆయన ఆరోపించారు. మోడీ ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను ప్రైవేటుపరం చేస్తూ అంబానీ, అదానీలకు దేశ సంపదను దోచిపెడుతున్నారని ఆయన తెలిపారు. ముఖ్యంగా విద్యను కాషాయికరణ చేస్తూ హిందూ మతోన్మాద చర్యలకు పాల్పడుతున్నారని ఖాద్రి ఆరోపించారు. దేశ వ్యాప్తంగా యువజన -సమస్యలపై పోరాడుతున్న ఏకైక విద్యార్థి సంఘం ఏఐవైఎఫ్ మాత్రమేనని ఆయన తెలిపారు. మీడియా సమావేశంలో ఏఐవైఎఫ్ మాజీ నాయకులు, జిల్లా నిర్మాణ బాధ్యులు కొండపర్తి గోవిందరావు, ఏఐవైఎఫ్ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు మామిడాల కిరణ్, ఏఐవైఎఫ్ -నగర అధ్యక్షులు దుర్గానాథ్, కార్యదర్శి చిర్రా కృష్ణ ప్రసాద్, తుపాకుల శ్రీకాంత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రతి ఒక్కరిని గౌరవిద్దాం సంతోషంగా బ్రతుకుదాం

రాష్ట్ర హైకోర్టు న్యాయమూర్తి, జిల్లా పరిపాలన న్యాయమూర్తి నగేష్ భీమపాక

పోరు తెలంగాణ,మంచిర్యాల,ఆగస్టు 22, 2026: సమాజంలో తోటి వారిని గౌరవించుకుంటూ సంతోషంగా బ్రతకాలని రాష్ట్ర హైకోర్టు న్యాయమూర్తి, జిల్లా పరిపాలన న్యాయమూర్తి నగేష్ భీమపాక అన్నారు. శనివారం జిల్లాలోని మందమర్రి పట్టణంలో ఏర్పాటు చేసిన కోర్ట్ ఆఫ్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జ్ - కమ్ - జ్యుడీషియల్ మెజిస్ట్రేట్ ఆఫ్ ఫస్ట్ క్లాస్ కోర్టు ప్రారంభ కార్యక్రమానికి మంచిర్యాల కుమ్రంభీం ఆసిఫాబాద్ జిల్లాల ప్రధాన న్యాయమూర్తులు ఎ.వీరయ్య, శారదా దేవి, జిల్లా కలెక్టర్ కుమార్ దీపక్, మంచిర్యాల జిల్లా రెండవ అదనపు సీనియర్ సివిల్ జడ్జ్, మందమర్రి కోర్ట్ ఆఫ్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జ్ - కమ్ - జ్యుడీషియల్ మెజిస్ట్రేట్ ఆఫ్ ఫస్ట్ క్లాస్ కోర్టు ఇంచార్జ్ జడ్జ్ కె.నిరోష, రామగుండం కమిషనర్ ఆఫ్ పోలీస్ అంబర్ కిషోర్ ఝా, మందమర్రి ఏరియా జనరల్ మేనేజర్ రాధాకృష్ణ, మంచిర్యాల బార్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు కొత్త సత్తయ్య లతో కలిసి హాజరై గౌరవ వందనం స్వీకరించి మొక్కలు నాటిన అనంతరం 3 మతాల పెద్దల సమక్షంలో కోర్టు భవనాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర హైకోర్టు న్యాయమూర్తి, జిల్లా పరిపాలన న్యాయమూర్తి మాట్లాడుతూ కోర్టు భవనాన్ని ప్రారంభించే కార్యక్రమాన్ని పండుగలా జరుపుకోవడం ఆనందంగా ఉందని తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరూ పక్కవారిని గౌరవించాలని, సమాజంలో గొడవలకు, కేసుల నమోదుకు మనలోని అహం ప్రధాన కారణమని, ప్రతి ఒక్కరు ఒక్క క్షణం ప్రశాంతంగా ఆలోచిస్తే ఎలాంటి గొడవలకు అవకాశం ఉండదని తెలిపారు. మన ధర్మాలు, గ్రంథాల ప్రకారం ప్రజలలో శాంతి లేకపోవడమే శాంతి భద్రతల విఘాతానికి ప్రధాన కారణమని, ప్రతి ఒక్కరూ సోదర భావంతో మెలగాలని తెలిపారు. న్యాయస్థానాలలో కేసులలో వాయిదా కాలాన్ని తగ్గించి త్వరగా పరిష్కరించే విధంగా కృషి చేయాలని తెలిపారు. ప్రజలు చిన్న చిన్న విషయాలను పట్టించుకోకుండా అందరితో స్నేహభావంతో మెలగాలని, చైతన్యవంతంగా, శక్తివంతంగా, ఆనందంగా బ్రతకాలని తెలిపారు. సింగరేణి కార్మికుల గురించి మాట్లాడుతూ చీకటిలో భూమి పొరల్లో చెమటోడ్చి కష్టపడి దేశానికి వెలుగులు నింపుతున్నారని, వారి శ్రమ గుర్తించదగినదని తెలిపారు. జిల్లా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని మందమర్రి, బెల్లంపల్లి పట్టణాలలో కోర్టు భవనాలను ప్రారంభించడం ద్వారా కేసుల పరిష్కారం మరింత వేగవంతం అవుతుందని తెలిపారు. జిల్లాలో అవసరమైన న్యాయస్థానాలు, న్యాయమూర్తులు, పబ్లిక్ ప్రాసిక్యూటర్లు, ప్రభుత్వ ప్లీడర్లు, అందుబాటులో ఉన్నారని, కేసుల పరిష్కారంలో తమ వంతు సహకారం ఎల్లప్పుడూ ఉంటుందని తెలిపారు. అంతకుముందు మందమర్రి మండల కేంద్రంలోని శ్రీ వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో న్యాయస్థానాల అధికారులు, సిబ్బంది, బార్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నీటిలో నానబెట్టిన ఖర్జూరాలను ఉదయాన్నే పరగడుపునే తినండి.. ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి..!

ఖర్జూరాలను మనం ఎంతో ఇష్టంగా తింటాము. వీటిని పలు రకాల తీపి వంటకాల్లోనూ వేస్తుంటారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఉన్న అన్ని దేశాల ప్రజలకు ఖర్జూరాలు అందుబాటులో ఉంటాయి. అయితే ఆసియా దేశాలకు చెందిన వారు వీటిని ఎక్కువగా తింటారు. ఖర్జూరాలను తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. అయితే కొందరికి ఖర్జూరాలను నేరుగా తింటే సరిగ్గా జీర్ణం కావు. కనుక అలాంటి వారు ఖర్జూరాలను నానబెట్టి తింటే ఎంతో ప్రయోజనం కలుగుతుంది. ఖర్జూరాలను నేరుగా తినడం కంటే నానబెట్టి తింటే ఎక్కువ లాభం ఉంటుందని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఖర్జూరాలను 3 లేదా 4 తీసుకుని రాత్రి పూట నీటిలో నానబెట్టాలి. వాటిని మరుసటి రోజు ఉదయం పరగడుపునే తినాలి. ఇలా రోజూ తినడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

శక్తి స్థాయిలకు..

ఖర్జూరాల్లో గ్లూకోజ్, ఫ్రక్టోజ్, సూక్రోజ్ వంటి సహజసిద్ధమైన చక్కెరలు అధికంగా ఉంటాయి. కనుక ఉదయం వీటిని తింటే శరీరానికి తక్షణమే శక్తి లభిస్తుంది. ఉత్సాహంగా ఉంటారు. చురుగ్గా పనిచేస్తారు. రోజంతా శరీరంలో శక్తి స్థాయిలు అధికంగా ఉంటాయి. నీరసం, అలసట ఉండవు. బద్ధకం పోతుంది. ఖర్జూరాలను తినడం వల్ల వాటిల్లో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. దీని వల్ల మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. నానబెట్టిన ఖర్జూరాలు ప్రీబయోటిక్ ఆహారంగా కూడా పనిచేస్తాయి. అంటే వీటిని తింటే జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. ఇది జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. జీర్ణ సమస్యలు రాకుండా చేస్తుంది. ఖర్జూరాలలో ఐరన్ అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. కనుక వీటిని రోజూ తింటే శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలు పెరుగుతాయి. రక్తం వృద్ధి చెందుతుంది. రక్తహీనత తగ్గుతుంది. రక్తహీనత సమస్య ఉన్నవారికి నానబెట్టిన ఖర్జూరాలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి.

కొలెస్ట్రాల్ సమస్యకు..

ఖర్జూరాలలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బీపీని నియంత్రిస్తుంది. గుండె పనితీరు మెరుగు పడేలా చేస్తుంది. ఖర్జూరాలను తినడం వల్ల శరీరంలో ఉండే చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. దీని వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఖర్జూరాల్లో అధిక మొత్తంలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మెదడు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. ఖర్జూరాల్లోని సహజసిద్ధమైన చక్కెరలు మెదడుకు కావల్సిన శక్తిని అందిస్తాయి. దీని వల్ల మెదడు చురుగ్గా ఉంటుంది. యాక్టివ్‌గా పనిచేస్తారు. ఆలోచనా సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. చాలా త్వరగా అద్భుతమైన నిర్ణయాలు తీసుకునే శక్తి లభిస్తుంది. ఖర్జూరాల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు మెదడు కణాలు ఆక్సీకరణ ఒత్తిడికి గురి కాకుండా చూస్తాయి. దీని వల్ల మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

ఎముకల ఆరోగ్యానికి..

ఖర్జూరాల్లో ఎముకల ఆరోగ్యానికి అవసరం అయిన క్యాల్షియం, మెగ్నిషియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి పోషకాలు అధికంగా ఉంటాయి.

నమ్మరు గానీ నల్ల శనగలను ఇలా తింటే లెక్కలెనన్నీ లాభాలు తెలుసా..? నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారంటే..

నల్ల శనగలు తినడం వల్ల కలిగే అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి మీరందరూ బహుశా విని ఉంటారు లేదా చదివి ఉంటారు. నల్ల శనగలు ఇనుము, ఇతర పోషకాలకు సాటిలేని మూలం. ఇవి ఆరోగ్యానికి అనేక విధాలుగా మేలు చేస్తాయి. నల్ల శనగలను తరచుగా కూరగా లేదా ఉడకబెట్టి తింటారు. నానబెట్టిన శనగలు తీసుకోవడం వల్ల ఇంకా ఎక్కువ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయని మీకు తెలుసా..? ఉదయం పూట నానబెట్టిన శనగలు తినడం వల్ల లెక్కలేనన్ని ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని అనేక పరిశోధనలు చెబుతున్నాయి. నానబెట్టిన శనగలు ప్రోటీన్, ఫైబర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులకు గొప్ప మూలం. నానబెట్టిన నల్లశనగలు ఒక వంద గ్రాములు తింటే శక్తి పెరిగి జీర్ణవ్యవస్థ మెరుగుపడుతుంది. కండరాలు బలంగా మారుతాయి. ఆ రోజంతా మంచి ఎనర్జీతో ఉత్సాహంగా ఉంటారు.

నానబెట్టిన శనగలు ప్రోటీన్, ఫైబర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులకు గొప్ప మూలం. నానబెట్టిన నల్లశనగలు ఒక వంద గ్రాములు తింటే శక్తి పెరిగి జీర్ణవ్యవస్థ మెరుగుపడుతుంది. కండరాలు బలంగా మారుతాయి. ఆ రోజంతా మంచి ఎనర్జీతో ఉత్సాహంగా ఉంటారు.

1 / 5

నానబెట్టిన శనగలు ప్రోటీన్, ఫైబర్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులకు అత్యంత గొప్ప మూలం. అలాంటి నల్ల శనగలను నానబెట్టడం వల్ల అందులోని ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఇతర పోషకాల నాణ్యత మెరుగుపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పైగా అవి సులభంగా జీర్ణమవుతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక గుప్పెడు నానబెట్టిన నల్ల శనగలు తినడం వల్ల బోలెడు లాభాలు ఉన్నాయి.

2 / 5

అధిక బరువు, శరీరంలో చెడు కొలెస్ట్రాల్‌తో ఇబ్బంది పడుతున్న వారికి నల్ల శనగలు చాలా మంచిది. త్వరగా సన్న బడటానికి, అధిక బరువుతో పాటు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గడానికి నానబెట్టిన నల్ల శనగలు ఎంతగానో దోహదపడతాయి. శనగలు కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి మంచి పోషకాలతో నిండి ఉంటాయి. ఇవన్నీ ఎముకలకు బలాన్నిస్తాయి.

3 / 5

నల్ల శనగలలో పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. మిటమిన్ బీ 6, మెగ్నీషియం, పొటాషియం అధికంగా ఉండి మెదడు, గుండె ఆరోగ్యాన్ని మేలు చేస్తాయి. రక్తంలో చక్కెర అధికంగా ఉన్నవారికి షుగర్ నియంత్రణకు నల్ల శనగలు అద్భుతంగా పనిచేసే మంచి ఆహారం. కడుపు ఉబ్బరం, జీర్ణ సమస్యలు ఉన్నవారికి నల్ల శనగలు తినటం వల్ల ఉపశమనం కలుగుతుంది.

4 / 5

నల్ల శనగలతో గుండె ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది. నరాల బలహీనత ఉన్న వారికి నల్ల శనగలు దివ్య ఔషధంగా చెబుతున్నారు నల్ల శనగలలో పీచు పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. రోజు ఒక అరకప్పు నానబెట్టిన నల్ల శనగలు ఒక వారం రోజుల పాటు క్రమం తప్పకుండా తింటే జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. శనగలు చర్మ ఆరోగ్యానికే కాదు, జుట్టు ఆరోగ్యానికి కూడా దోహదం చేస్తుంది.

మీ కష్టార్జితాన్ని వెండిలో పెట్టుబడి పెడుతున్నారా? ముందు ఈ విషయాలు తెలుసుకోండి!

ఈ ఏడాది వెండి అద్భుతమైన రాబడిని ఇచ్చి, పెట్టుబడిదారులను ఆకర్షించింది. వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టేవారు దాని గత పనితీరును, భవిష్యత్ అవకాశాలను అర్థం చేసుకోవడం ముఖ్యం. డిజిటల్ వెండి, సిల్వర్ ETFల ద్వారా ఎలా పెట్టుబడి పెట్టాలో తెలుసుకోండి. బంగారం, వెండి మన సంప్రదాయంలోనూ, పెట్టుబడికి మంచి మార్గాలుగానూ ఉన్నాయి.

మీ కష్టార్జితాన్ని వెండిలో పెట్టుబడి పెడుతున్నారా? ముందు ఈ విషయాలు తెలుసుకోండి!

మీరు వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టాలని ఆలోచిస్తుంటే ముందుగా ఈ విషయాలు తెలుసుకోవాలి. ఈ సంవత్సరం వెండి తన పెట్టుబడిదారులకు చాలా మంచి, ఆకర్షణీయమైన రాబడిని ఇచ్చింది. అటువంటి పరిస్థితిలో ప్రజలు ఇప్పుడు వెండిలో పెద్ద మొత్తంలో పెట్టుబడి పెడుతున్నారు. మన దేశంలో ప్రజలు బంగారం, వెండి రెండింటినీ కొనడం శుభప్రదంగా భావిస్తారు, ప్రతి పండుగ లేదా పెళ్లి సమయంలో బంగారం, వెండిని కొనుగోలు చేస్తారు. అలాగే డబ్బును పెట్టుబడి పెట్టడానికి బంగారం, వెండిని మంచి మార్గంగా భావిస్తారు.ముఖ్యంగా వెండి గురించి మాట్లాడుకుంటే.. ఈ సంవత్సరం వెండి పెట్టుబడిదారులకు చాలా మంచి రాబడిని ఇచ్చింది. అటువంటి పరిస్థితిలో ప్రజలు ఇప్పుడు వెండిలో పెద్ద ఎత్తున పెట్టుబడి పెడుతున్నారు. గత 9 నెలల్లో వెండి ఎలా అయితే అద్భుతమైన రాబడి ఇచ్చిందో.. అదే కంటిన్యూ అవుతుందా లేదా అనేది తెలుసుకోవడం ముఖ్యం.2011లో వెండి ధర కిలోకు రూ.50,000 ఉండేది. ఈ ధర రెట్టింపు కావడానికి దాదాపు 14 సంవత్సరాలు పట్టింది, అంటే మార్చి 2025లో వెండి ధర కిలోకు దాదాపు రూ.1 లక్షకు చేరుకుంది. అలాంటి పరిస్థితిలో వెండి ధర మొదటిసారి రెట్టింపు కావడానికి 14 సంవత్సరాలు పట్టింది. మార్చి 2025లో వెండి ధర కిలోకు దాదాపు రూ.1 లక్ష ఉండేది. డిసెంబర్ 2025లో వెండి ధర కిలోకు దాదాపు రూ.2 లక్షలు పెరిగింది, అంటే వెండి ధర దాదాపు 9 నెలల్లో రెట్టింపు అయింది. మీరు 9 నెలల క్రితం వెండిలో రూ.1 లక్ష పెట్టుబడి పెట్టి ఉంటే, మీ డబ్బు ఈరోజు రూ.2 లక్షలు అయ్యేది.మీరు వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టాలనుకుంటే, మీరు డిజిటల్ వెండి, వెండి %జుఖీ%ల ద్వారా వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టవచ్చు. సిల్వర్ %జుఖీ% అనేది స్వచ్ఛమైన వెండిలో అంటే 99.9 శాతం స్వచ్ఛత లేదా వెండి సంబంధిత సాధనాలలో పెట్టుబడి పెట్టే ఒక రకమైన మ్యూచువల్ ఫండ్. అటువంటి పరిస్థితిలో, మీరు ఇక్కడ వెండిలో పెట్టుబడి పెట్టవచ్చు. అదే సమయంలో డిజిటల్ వెండిలో, మీరు డిజిటల్‌గా వెండిని కొనుగోలు చేసి, మీ అవసరాలకు అనుగుణంగా అమ్మవచ్చు. మీరు ఫిన్‌టెక్ యాప్‌ని ఉపయోగించి డిజిటల్ వెండిని సులభంగా కొనుగోలు చేయవచ్చు, అమ్మవచ్చు

రూ.1 లక్ష పెట్టుబడితో రూ. 3 లక్షల సంపాదన.. ఎప్పటికీ డిమాండ్ తగ్గని వ్యాపారం!

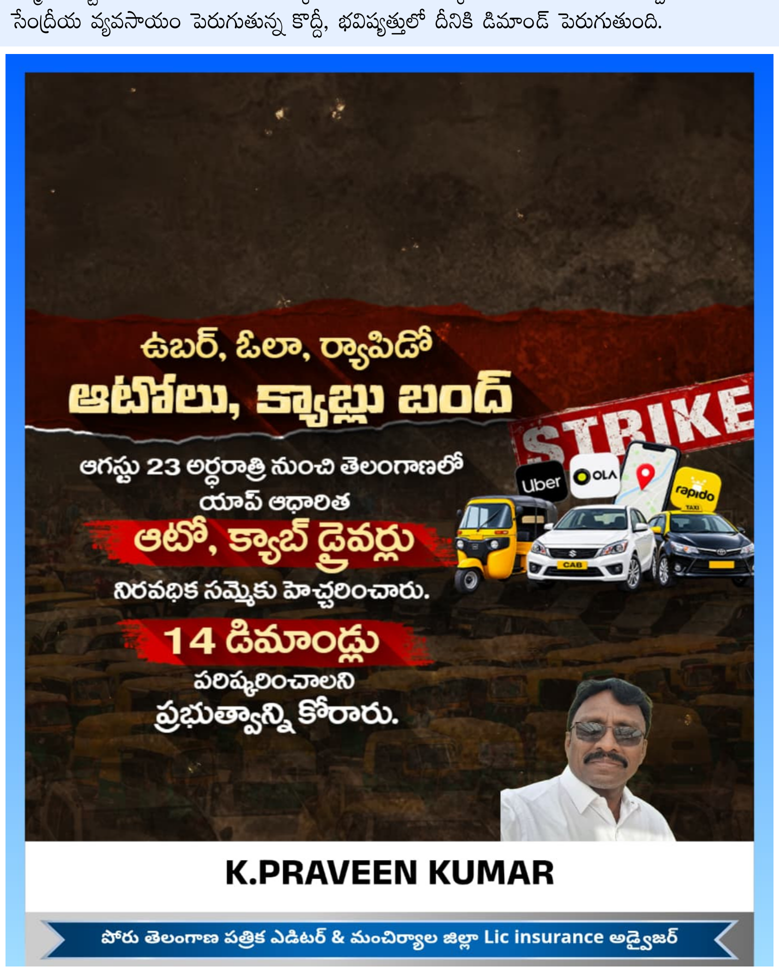
వ్యవసాయ నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. 100 మంది రైతులు ఈ నమూనాకు అనుసంధానించబడి, వారి వద్ద ఉన్న ఆవు పేడ నుండి వర్మీకంపోస్ట్ తయారు చేస్తే, ఈ యూనిట్‌ను సుమారు లక్ష రూపాయల ప్రారంభ పెట్టుబడితో ప్రారంభించవచ్చు. నలుగురు..

రూ.1 లక్ష పెట్టుబడితో రూ. 3 లక్షల సంపాదన.. ఎప్పటికీ డిమాండ్ తగ్గని వ్యాపారం!

వ్యవసాయం, పశుపోషణలో నిమగ్నమైన రైతులు సాధారణంగా పాల ఉత్పత్తిని తమ ప్రధాన ఆదాయ వనరుగా భావిస్తారు. అయితే పాల ఉత్పత్తి వాతావరణం, జంతువు ఆరోగ్యం, దాని వయస్సుపై ఆధారపడి ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు, పాల ఉత్పత్తి తగ్గుతుంది లేదా పూర్తిగా ఆగిపోతుంది. దీనివల్ల రైతులు ఆర్థిక సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొంటారు. కానీ తరచుగా పనికిరానిదిగా పరిగణించే ఆవు పేడ రైతులకు లక్షలాది ఆదాయాన్ని ఆర్జిస్తుందని మీకు తెలుసా? ఈ వ్యాపారం గురించి తెలుసుకుందాం.జంతు శాస్త్రవేత్త డాక్టర్ రాంపాల్ మాట్లాడుతూ, ఆవు పేడ లభ్యత ఏడాది పొడవునా దాదాపు ఒకే విధంగా ఉంటుందని అన్నారు. ఆవు పేడను పొలాలకు నేరుగా వేయడం వల్ల నేలకు హాని కలుగుతుంది. అయితే మార్కెట్లో సేంద్రియ ఎరువుల ధర నిరంతరం పెరుగుతోంది. అటువంటి పరిస్థితిలో రైతులు ఆవు పేడ నుండి వర్మీకంపోస్ట్ తయారు చేయడం ద్వారా రెట్టింపు ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. దానిని వారి స్వంత వ్యవసాయానికి ఉపయోగించడం, మార్కెట్లో అమ్మడం

వ్యాపార ఆలోచనను అర్థం చేసుకోండి:

వ్యవసాయ నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. 100 మంది రైతులు ఈ నమూనాకు అనుసంధానించబడి, వారి వద్ద ఉన్న ఆవు పేడ నుండి వర్మీకంపోస్ట్ తయారు చేస్తే, ఈ యూనిట్‌ను సుమారు లక్ష రూపాయల ప్రారంభ పెట్టుబడితో ప్రారంభించవచ్చు. నలుగురు నుండి ఐదుగురు కార్మికులను నియమించడం ద్వారా మొత్తం వ్యవస్థను సులభంగా నిర్వహించవచ్చు. అలాగే ఒక కార్మికుడికి 10,000 రూపాయల చొప్పున నలుగురికి 40,000 రూపాయలు శ్రమకు ఖర్చు చేయవచ్చు. 100 ఆవుల నుండి ఉత్పత్తి చేయబడిన వర్మీకంపోస్ట్ వార్షికంగా సుమారు 3 లక్షల రూపాయల టర్నోవర్‌ను ఉత్పత్తి చేస్తుంది.ఈ వ్యాపార ఆలోచన గురించి నేర్చుకుంటున్న డాక్టర్ వికాస్ కుమార్, ఎవరైనా రైతుల సమూహాన్ని ఏర్పాటు చేస్తే లేదా మోడల్ కింద పనిచేస్తే, నెలకు 250,000 నుండి 300,000 రూపాయల వరకు సంపాదించడం సాధ్యమవుతుందని వివరిస్తున్నారు. వర్మీకంపోస్ట్‌కు డిమాండ్ చాలా ఎక్కువగా ఉంది, మార్కెట్ సరఫరా దానిని తీర్చలేకపోతుంది. సేంద్రీయ వ్యవసాయం పెరుగుతున్న కొద్దీ, భవిష్యత్తులో దీనికి డిమాండ్ పెరుగుతుంది.



లాస్ట్ డేట్.. ఆలోపు ఈ ఒక్క పని చేయకపోతే మీరు డబ్బులు పోగొట్టుకునే ఛాన్స్..

డిసెంబర్ 31 లాస్ట్ డేట్.. ఆలోపు ఈ ఒక్క పని చేయకపోతే మీరు డబ్బులు పోగొట్టుకునే ఛాన్స్..కొత్త సంవత్సరం కొద్ది రోజుల్లో వచ్చేస్తోంది. దీంతో ఈ సంవత్సరంలో ఆర్థికంగా పూర్తి చేయాల్సిన పెండింగ్ పనులు చాలానే ఉన్నాయి. అందులో ఇన్‌కమ్ ట్యాక్స్ రిటర్న్ ఫైలింగ్ ఒకటి. డిసెంబర్ 31లోపు మీరు దాఖలు చేయకపోతే భారీగా నష్టపోవాల్సి ఉంటుంది. పూర్తి వివరాలు..

డిసెంబర్ 31 లాస్ట్ డేట్.. ఆలోపు ఈ ఒక్క పని చేయకపోతే మీరు డబ్బులు పోగొట్టుకునే ఛాన్స్..

డిసెంబర్ 31 వచ్చేస్తోంది. ఇంకో వారం రోజుల్లో ఈ ఏడాది ముగియనుంది. ఏడాది ముగిసేలోపు మన ఆర్థిక వ్యవహారాలకు సంబంధించి కొన్నింటికి గడువు ముగుస్తోంది. ఈ లోపు మీరు ఆ పనులు చేయకపోతే చాలా నష్టపోవాల్సి ఉంటుంది. మీకు రావాల్సిన డబ్బులను మీరు చేతులారా పొగోట్టుకున్నవారు అవుతారు. ఈ ఏడాది ముగియడానికి ఇంకా 8 రోజులు మాత్రమే మిగిలి ఉంది. మీరు ఉద్యోగులు లేదా వ్యాపారులు అయితే ఈ ఒక్క పని తప్పనిసరిగా చేయాల్సిందే. లేకపోతే కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి మీకు రావాల్సిన డబ్బులు ఎప్పటికీ రావు. అదేంటంటే.. ఇన్‌కమ్ ట్యాక్స్ రిటర్న్.

డిసెంబర్ 31తో గడువు ముగింపు

ఇన్‌కమ్ ట్యాక్స్ రిటర్న్ ఫైల్ చేయడానికి డిసెంబర్ 31 వరకు మాత్రమే గడువు ఉంది. ఆలస్య రుసుం చెల్లించి మీరు ఆ గుడువులోగా ఫైల్ చేయాల్సి ఉంటుంది. ఒకవేళ ఆ తర్వాత మీరు ఫైల్ చేసినా కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి వాపసు పొందలేరు. మీకు రావాల్సిన డబ్బులు ప్రభుత్వానికే వెళ్తాయి. 2024-25 ఆర్థిక సంవత్సరానికి సంబంధించిన రిటర్న్ ఇంకా ఫైల్ చేయకపోతే వెంటనే ఆ పని చేయండి. దీని వల్ల మీరు కట్టిన ట్యాక్స్ మనీ తిరిగి పొందుతారు. లేకపోతే మీకు నష్టమే.

సెప్టెంబర్‌తో ముగిసిన గడువు

ఎలాంటి ఛార్జీలు లేకుండా ఇన్‌కమ్ ట్యాక్స్ రిటర్న్(%ఐ=%) దాఖలు చేయడానికి సెప్టెంబర్ 16 వరకు కేంద్ర ప్రభుత్వం గడువు ఇచ్చింది. ఆ తర్వాత డిసెంబర్ 31 వరకు లేట్ ఛార్జీలు చెల్లించి ఐటీఆర్ దాఖలు చేసుకోవచ్చు. ఈ గడువు తర్వాత మీరు ఇక ట్యాక్స్ అమౌంట్‌ను క్లెయిమ్ చేసుకోరు. రూ.5 లక్షల కంటే తక్కువ ఆదాయం ఉన్నవారు రూ.వెయ్యి ఆలస్య రుసుం చెల్లించి దాఖలు చేయాలి. ఇక అంతకంటే ఎక్కువ ఇన్‌కమ్ ఉన్నవారు రూ.5 వేలు లేట్ ఫీజు చెల్లించాలి.

వీటిని రెడీ చేసుకోండి

ఐటీఆర్ దాఖలు చేయడానికి ముందుగా ఫారం 16, 26%AS ఫారంలను సిద్ధం చేసుకోవాలి. ఇక బ్యాంక్ స్టేట్మెంట్స్, ఎల్ఐసీ, పీపీఎఫ్ లాంటి పెట్టుబడి ఆధారాలు, ఇంటి రెంట్, లోన్ రసీదులు, బ్యాంక్ వడ్డీ సర్టిఫికేట్స్ వంటివి రెడీగా ఉంచుకోవాలి. ఇన్‌కమ్ ట్యాక్స్ వెబ్‌సైట్ incometax.govవెళ్లి ఈఫైలింగ్‌పై క్లి చేసి పాన్ వివరాలు ఇవ్వాలి. మీ ఆదాయానికి తగ్గట్లు అప్లికేషన్ ఫారంను పూర్తి చేసి సబ్మిట్ చేయాలి. రిటర్న్ దాఖలు చేసి 30 రోజుల్లోపే ఆధార్ ఓటీపీ, నెట్ బ్యాంకింగ్, డీ అకౌంట్ల వాటిని వెరిఫికేషన్ చేయాల్సి ఉంటుంది. ఈ ప్రక్రియ పూర్తి చేస్తేనే మీరు రిటర్న్ పొందగలిగే అవకాశం ఉంటుంది.

షాకింగ్ న్యూస్.. ఒకేసారి రూ.2 వేలకుపైగా పెరిగిన బంగారం ధర.. ఇక కొనడం కష్టమే

బంగారం, వెండి ధరలు మంగళవారం భారీగా పెరిగాయి. తులం బంగారం లక్షా 40 వేల మార్క్‌కు చేరుకుంది. ఇక వెండి ధర రికార్డు స్థాయిలో పెరుగుతోంది. సోమవారం నుంచి బంగారం ధరలకు బ్రేకులు పడటం లేదు. భారీ స్థాయిలో పెరుగుతూ షాక్ ఇస్తున్నాయి.బంగారం ధరలు సోమవారం నుంచి భారీగా పెరుగుతున్నాయి. ఎవరూ ఊహించని స్థాయిలో మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. ఏకంగా వేలకు వేలు పెరుగుతూ కొనుగోలు చేసేవారికి షాక్ ఇస్తున్నాయి. సోమవారం రూ.వెయ్యి వరకు పెరిగిన గోల్డ్ రేటు.. మంగళవారం ఏకంగా రూ.2400 పెరిగింది. తులం బంగారం రూ.లక్షా 40 వేల మార్క్‌కు చేరుకుంది.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మంగళవారం గోల్డ్ రేట్లు ఎలా ఉన్నాయో చూద్దాం.బంగారం ధరలు సోమవారం నుంచి భారీగా పెరుగుతున్నాయి. ఎవరూ ఊహించని స్థాయిలో మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. ఏకంగా వేలకు వేలు పెరుగుతూ కొనుగోలు చేసేవారికి షాక్ ఇస్తున్నాయి. సోమవారం రూ.వెయ్యి వరకు పెరిగిన గోల్డ్ రేటు.. మంగళవారం ఏకంగా రూ.2400 పెరిగింది. తులం బంగారం రూ.లక్షా 40 వేల మార్క్‌కు చేరుకుంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మంగళవారం గోల్డ్ రేట్లు ఎలా ఉన్నాయో చూద్దాం.

హైదరాబాద్‌లో ఇవాళ 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల ప్యూర్ గోల్డ్ రూ.1,38,550గా ఉంది. నిన్న ఈ ధర రూ.1,36,150గా ఉంది. నిన్నటితో పోలిస్తే ఏకంగా రూ.2400 పెరిగింది. ఇక 22 క్యారెట్ల గోల్డ్ రూ.1,27,000గా వద్ద కొనసాగుతోంది. నిన్న ఈ ధర రూ.1,24,800గా ఉంది. నిన్నటితో పోలిస్తే ఏకంగా రూ.2200 పెరిగింది.విజయవాడలో 24 క్యారెట్ల తులం బంగారం రూ.1,38,550గా ఉంది. సోమవారం రూ.1,36,150 వద్ద ఉండగా.. నిన్నటితో పోలిస్తే రూ.2,400 పెరిగింది. 22 క్యారెట్ల గోల్డ్ రూ.1,27,000 వద్ద కొనసాగుతోంది. ఇక విశాఖపట్నంలో కూడా ఈ ధరలే కొనసాగుతున్నాయి.

హైబీపీ హైబీపీ ఉన్నవారు తీసుకోవాల్సిన ఆహారాలు ఇవే.. వీటిని తింటే మీ గుండె సేఫ్..!

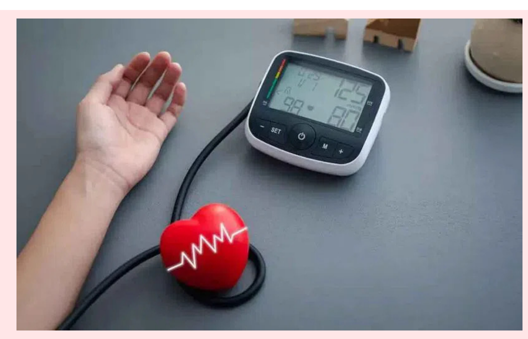
ప్రస్తుత తరుణంలో అధిక శాతం మంది ప్రజలు హైబీపీ సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. అందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నాయి. అధిక ఒత్తిడి, ఆహారపు అలవాట్లు, అస్తవ్యస్తమైన జీవన విధానం, దీర్ఘకాలిక అనారోగ్య సమస్యలు వంటివన్నీ హైబీపీ వచ్చేందుకు కారణం అవుతున్నాయి. పూర్వం హైబీపీ అంటే కేవలం వయస్సు మీద పడిన వారికి మాత్రమే వచ్చేది. కానీ ప్రస్తుతం యుక్త వయస్సులో ఉన్న వారు కూడా హైబీపీ బారిన పడుతున్నారు. అయితే హైబీపీ ఉందని తేలితే కచ్చితంగా డాక్టర్ సూచన మేరకు జీవితాంతం మందులను వాడాల్సిందే. దీనికి మరో ప్రత్యామ్నాయం లేదు. ఓ వైపు మందులను క్రమం తప్పకుండా వాడుతూనే మరోవైపు వ్యాయామంపై దృష్టి పెట్టాలి. అలాగే పోషకాహారం కూడా తీసుకోవాలి. బీపీని నియంత్రించడంలో ఆహారం ఎంతగానో ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుంది. కనుక హైబీపీ ఉన్నవారు కచ్చితంగా పౌష్టికాహారం తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.

పండ్లు, కూరగాయలు..

బ్లూబెర్రీలు, స్ట్రాబెర్రీలు, రాస్ప్ బెర్రీలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఈ బెర్రీ పండ్లలో ఆంథో సయనిన్స్ అనబడే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి బీపీని నియంత్రించడంలో సహాయం చేస్తాయి. కనుక హైబీపీ ఉన్నవారు ఈ బెర్రీ పండ్లను రోజువారి ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే మేలు జరుగుతుంది. అరటి పండ్లలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. బీపీని తగ్గిస్తుంది. హైబీపీ ఉన్నవారు రోజుకు ఒక అరటి పండును తింటున్నా ఉపయోగం ఉంటుంది. పాలకూర, తోటకూర, కొత్తిమీర, పుదీనా వంటి ఆకుకూరల్లో పొటాషియం, మెగ్నిషియం అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటి జ్యూస్‌ను రోజూ తాగుతున్నా కూడా బీపీని నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు. హైబీపీ తగ్గేందుకు బీట్ రూట్ సైతం మేలు చేస్తుంది. బీట్ రూట్‌లో నైట్రేట్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో నైట్రిక్ ఆక్సైడ్‌గా మారుతాయి. ఇవి రక్త నాళాలను ప్రశాంత పరుస్తాయి. రక్త సరఫరా మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. దీంతో బీపీ తగ్గుతుంది. రోజూ బీట్ రూట్ జ్యూస్‌ను తాగుతుంటే హైబీపీ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది.

తృణ ధాన్యాలు, చేపలు..

నారింజ, గ్రేప్ ఫ్రూట్, నిమ్మ వంటి సిట్రస్ పండ్లలో విటమిన్ సి, ఇతర సమ్మేళనాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కూడా రక్త నాళాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచి బీపీ తగ్గేలా చేస్తాయి. యాపిల్, కివి, అవకాడోలు, డ్రై యాప్రికాట్స్ వంటి పండ్లను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. చిలగడ దుంపలు, టమాటాలు, బ్రోకలీని కూడా ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. ఇవి కూడా బీపీని అదుపులో ఉంచుతాయి. ఓట్స్, బ్రౌన్ రైస్, హెూల్ వీట్ బ్రెడ్, పాస్తా, కినోవా, బార్లీ వంటి తృణ ధాన్యాలు కూడా బీపీ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. రక్త సరఫరాను మెరుగు పరిచి బీపీని తగ్గిస్తాయి. చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరుస్తాయి. బీపీ నియంత్రణలో ఉండేలా



చేస్తాయి. వారంలో ఒకటి లేదా 2 సార్లు చేపలను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది. పప్పు దినుసులు, శనగలను రోజువారి ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే బీపీని అదుపులో ఉంచుకోవచ్చు.

గింజలు, విత్తనాలు..

హైబీపీ ఉన్నవారు టోఫు, సోయా ఉత్పత్తులను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. సోయా టోఫు, సోయా పాలు, మీల్ మేకర్ వంటివి మేలు చేస్తాయి. వీటిల్లో ఉండే వృక్ష సంబంధ ప్రోటీన్లు గుండె ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తాయి. హైబీపీ ఉన్నవారు కొవ్వు ఉన్న పాలను తాగకూడదు. కొవ్వు లేని పాలను తాగాలి. పెరుగు కూడా కొవ్వు లేని పాలతో తయారు చేసింది అయితే మంచిది. ఇక హైబీపీ ఉన్నవారికి బాదంపప్పు, పిస్తా, వాల్ నట్స్, అవిసె గింజలు, చియా విత్తనాలు, గుమ్మడికాయ విత్తనాలు మేలు చేస్తాయి.

బంగారం ధర రూ.3 లక్షల మార్కును దాటుతుందా? అమెరికన్ ఆర్థికవేత్త షాకింగ్ కామెంట్స్!

అమెరికన్ స్టాక్ మార్కెట్‌లో ప్రముఖ సూచిక అయిన ఎస్అండ్‌పి 500 ఇండెక్స్ కూడా ఆల్ టైమ్ గరిష్ట స్థాయికి చేరుకుంటుందని అంచనా వేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం న్యూయార్క్‌లోని కామెక్స్‌లో అంతర్జాతీయ మార్కెట్ బంగారం ధర ఔన్సుకు 4400గా ఉంది. డిసెంబర్..అమెరికన్ ఆర్థికవేత్త, అనుభవజ్ఞుడైన మార్కెట్ వ్యూహకర్త ఎడ్ యార్డేని బంగారం ధరల గురించి పెద్ద ప్రకటన చేశారు. ఈ దశాబ్దం చివరి నాటికి బంగారం ధరలు గణనీయంగా పెరుగుతాయని యార్డేని అంచనా వేశారు. సీఎన్‌బీసీ టీవీ నివేదిక ప్రకారం.. 2029 నాటికి అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో బంగారం ధరలు ఔన్సుకు 10,000కి చేరుకోవచ్చని యార్డేని రీసెర్చ్ అధ్యక్షుడు ఎడ్ యార్డేని అన్నారు. అమెరికన్ స్టాక్ మార్కెట్‌లో ప్రముఖ సూచిక అయిన ఎస్అండ్‌పి 500 ఇండెక్స్ కూడా ఆల్ టైమ్ గరిష్ట స్థాయికి చేరుకుంటుందని అంచనా వేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం న్యూయార్క్‌లోని కామెక్స్‌లో అంతర్జాతీయ మార్కెట్ బంగారం ధర ఔన్సుకు 4400గా ఉంది. డిసెంబర్ 22న బంగారం ధరలు గరిష్ట స్థాయికి చేరుకున్నాయి. అదే 23న భారీగా పెరిగింది. ఈ పెరుగుదలకు కారణం యూఎస్ ఫెడరల్ రిజర్వ్ సమీప భవిష్యత్తులో వడ్డీ రేటును తగ్గిస్తుందనే అంచనా. బంగారాన్ని సురక్షితమైన పెట్టుబడి ఎంపికగా పరిగణిస్తారు. డాలర్ బలహీనపడటం కూడా బంగారం ధరలు పెరగడానికి ఒక కారణమని భావిస్తారు. 2025లో బంగారం ధరలు 67 శాతం పెరిగాయి.

బంగారం రూ.3 లక్షలకు చేరుతుందా?

అంతర్జాతీయంగా బంగారం ధర ఔన్సుకు %వి%4410. ఈ దశాబ్దం చివరి నాటికి బంగారం ధర ఔన్సుకు 10,000కి చేరుకుంటే, బంగారం ధర 127 శాతం పెరగవచ్చు. అంటే బంగారం ధర రెండున్నర రెట్లు పెరగవచ్చు. భారత మార్కెట్‌ను

పరిగణనలోకి తీసుకుంటే, %వీజ%లో బంగారం రేటు రూ. 135890. 2029 నాటికి ఇది 127 శాతం పెరిగితే, రేటు రూ. 3.08 లక్షలు అవుతుంది. యార్డేని ప్రకారం.. బంగారంలో పెట్టుబడి పెట్టడం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే బంగారం ధరలు పెరిగినప్పుడల్లా బంగారం పెట్టుబడిదారులకు ఆశించిన దానికంటే ఎక్కువ రాబడిని ఇచ్చింది. యార్డేనికి స్టాక్ మార్కెట్‌కు కూడా సానుకూల అంచనా ఉంది. ఎస్అండ్‌పి 500 ఇండెక్స్ 7700కి చేరుకోవచ్చని ఆయన అంచనా వేశారు.

ఈరోజు బంగారం ధరలు:

బులియన్ మార్కెట్లో బంగారం, వెండి ధరలు భారీగా పెరిగాయి. మంగళవారం వెండిపై ఏకంగా రూ. 4000 పెరిగి ప్రస్తుతం కిలో వెండి ధర రూ.2,23,000 వద్ద కొనసాగుతోంది. ఇక బంగారం ధర రూ.2400 పెరిగి తులం ధర రూ.1,38,550 వద్దకు చేరుకుంది.