www.hamsakalam.com
PRGI TGTEL/26/A3129

హంసకలం వార్త
HAMSAKALAM VARTHA
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక
ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్ చారి

యశ్ సినిమాకు కోర్టు రక్షణ.. 'టాక్సిక్'పై నెగెటివ్ ప్రచారానికి బ్రేక్ 4

ఆగస్టు 27 గురువారం 2026 | సంపుటి : 1 | సంచిక : 99 | పేజీలు : 4 | వెల రూ. 2.00/- | ఎడిటర్ : వడ్ల మధుసూదన్ చారి

THURSDAY AUGUST 27 2026 | VOL:1 | ISSUE: 99 | PAGES:4 | Rs. 2:00 | EDITOR:VADLA. Madhusudan chary

తెలంగాణ సమీక్షకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు

తెలంగాణ సమీక్షకు అధికారులకు కీలక ఆదేశాలు

పెండింగ్ అంశాలపై సమగ్రంగా సమీక్షించాలని సూచన

అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో ముందుకు సాగాలి

అభివృద్ధి కార్యక్రమాల పురోగతిపై నిరంతర పర్యవేక్షణ

హైదరాబాద్,ఆగస్ట్26:

తెలంగాణ రైజింగ్ గ్లోబల్ సమ్మిట్ 2026–ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ సమ్మిట్ నిర్వహణలో భాగంగా ప్రజాభవన్‌లో తక్షణమే ప్రత్యేక వార్ రూమ్‌ను ఏర్పాటు చేయాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క అధికారులను ఆదేశించారు. ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ సమ్మిట్ కోసం అతిథులకు ఆహ్వాన పత్రాలను ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా త్వరగా పంపించే పక్రియను వేగవంతం చేయాలన్నారు. బుధవారం ప్రజాభవన్ లో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క అధ్యక్షతన మంత్రివర్గ ఉపసంఘం సమావేశమైంది. ఈ సమావేశంలో మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు సహా పలువురు అధికారులు పాల్గొన్నారు. సీనియర్ అధికారి ఆధ్వర్యంలో ఈ వార్ రూమ్ పర్యవేక్షణ బాధ్యతలను సీఎస్ పటిష్టం చేయాలని సూచించారు. సమ్మిట్ కోసం ఏర్పాటు చేసిన వివిధ కమిటీలలో అవసరమైన నిపుణులను కీలక అధికారులను తీసుకోవలని ఆయన చెప్పారు. గతంలో జరిగిన గ్లోబల్ సమ్మిట్ సందర్భంగా

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

నేపాల్‌లో వరద బీభత్సం.. 95 మంది మృతి

టిబెట్ నుంచి ఒక్కసారిగా దూసుకొచ్చిన వరద

403 మంది గల్లంతు.. 133 మంది భారతీయులు

కొట్టుకుపోయిన ఇళ్లు, రహదారులు, వంతెనలు

సహాయక చర్యల్లో నేపాల్, భారత్, చైనా బృందాలు

కాఠ్మాండు, ఆగస్టు 26:

నేపాల్‌లో భారీ వరద బీభత్సం సృష్టించింది. చైనా ఆక్రమిత టిబెట్ సరిహద్దులోని భోటెకోషి నదిలో బుధవారం ఉదయం ఒక్కసారిగా వచ్చిన వరదతో రసువా జిల్లాలోని పలు ప్రాంతాలు తీవ్రంగా దెబ్బతిన్నాయి. వరద ప్రవాహం ఇళ్లు, రహదారులు, వంతెనలు, మార్కెట్లు, విద్యుత్ మౌలిక వసతులను కొట్టుకుపోయింది. రసువా జిల్లాలోని టిమురే, స్యాఫ్రుబేసి ప్రాంతాలు తీవ్రంగా ప్రభావితమయ్యాయి. వరద నీరు భోటెకోషి నుంచి త్రిశూలి నదిలోకి ప్రవహించడంతో దిగువ ప్రాంతాల్లోనూ అప్రమత్తత ప్రకటించారు.

95 మంది మృతి.. 403 మంది గల్లంతు

నేపాల్ పోలీసుల తాజా సమాచారం ప్రకారం ఇప్పటివరకు 95 మంది మృతదేహాలను

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

గ్రేటర్ హైదరాబాద్‌లో ఒకే రోజు 17 అక్రమ కట్టడాల కూల్చివేత

అంజయ్యనగర్ ఘటనతో మేల్కొన్న ప్రభుత్వం

అక్రమ నిర్మాణాలపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆగ్రహం

భవన ప్రమాదం కేసులో కాంట్రాక్టర్ మహ్మద్ ఖాజామియా అరెస్ట్

అనుమతులు లేని నిర్మాణాలను నోటీసులు లేకుండా కూల్చేయాలని నిర్ణయం

హైదరాబాద్‌లోని అంజయ్యనగర్‌లో

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

కేసీఆర్ పాలన ప్రజా సంక్షేమంగా సాగితే.. రేవంత్ పాలన భూముల వ్యాపారంగా సాగుతోంది: హరీశ్ రావు

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్ణయాల వల్ల హైదరాబాద్ బ్రాండ్ ఇమేజ్ దెబ్బతింటోందన్న హరీశ్

పార్కులు, ప్లాట్లు, ప్రభుత్వ స్థలాలు కనిపిస్తే అక్కడ భూములను అమ్మేస్తున్నారని ఆరోపణ

లక్షల ఎకరాల అసైన్డ్ భూములను లాక్కొంటున్నారని మండిపాటు

నాడు కేసీఆర్ పాలన ప్రజా సంక్షేమ కేంద్రంగా సాగితే, ప్రస్తుత సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పాలన భూముల వ్యాపారం కేంద్రంగా నడుస్తోందని మాజీ మంత్రి, బీఆర్ఎస్ నేత హరీశ్ రావు తీవ్రస్థాయిలో

విమర్శించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న నిర్ణయాల వల్ల హైదరాబాద్ బ్రాండ్ ఇమేజ్ దెబ్బతింటోందని ఆయన ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. హైదరాబాద్‌లోని కూకట్‌పల్లిలో ఈరోజు ఏర్పాటు చేసిన 22ఏ బాధితుల సమావేశంలో ఆయన పాల్గొన్నారు.

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

నేపాల్‌లో జల విలయం.. ప్రధాని బాలేన్ షాతో మాట్లాడిన మోదీ

నేపాల్‌ను ముంచెత్తిన ఆకస్మిక వరదలు

105 మంది భారతీయులు సహా 384 మంది పర్యాటకులు గల్లంతు

సహాయక చర్యలు ముమ్మరం

నేపాల్ ప్రధానితో ఫోన్ లో మాట్లాడిన మోదీ, సాయానికి సిద్ధమని ప్రకటన

పొరుగు దేశం నేపాల్‌ను భారీ వరదలు ముంచెత్తాయి. రసువా ప్రాంతంలోని భోటే కోశీ

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

ఇందిరమ్మ ఇళ్లకు లక్కీ డ్రా.. 28 నుంచి ఫ్లాట్ల కేటాయింపు

హైదరాబాద్‌లో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల టవర్స్‌కు లక్కీ డ్రా

మొత్తం 40,900 మందిని అర్హులుగా గుర్తించిన ప్రభుత్వం

మరో నాలుగు నియోజకవర్గాల్లో కొత్తగా ఇళ్ల నిర్మాణం

టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తయిందని వెల్లడించిన మంత్రి పొంగులేటి

హైదరాబాద్ కోర్ అర్బన్ రీజియన్ (క్యూర్) పరిధిలో పేదలకు సొంతింటి కలను నెరవేర్చేందుకు నిర్మిస్తున్న ఇందిరమ్మ ఇళ్ల టవర్స్ లబ్ధిదారుల ఎంపికకు ప్రభుత్వం సిద్ధమైంది. ఈ నెల 28 నుంచి 31 వరకు అర్హులైన దరఖాస్తుదారుల సమక్షంలోనే లక్కీ డ్రా ద్వారా ఫ్లాట్లను కేటాయించనున్నట్లు రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి ప్రకటించారు. మంగళవారం

(మిగతా 6వ పేజీలో..)

కోదాడలో బస్సు ప్రమాదం.. స్పందించిన మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి

మృతుల కుటుంబాలకు ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపిన మంత్రి

ప్రమాదంలో ఐదుగురు మహిళలతో సహా ఆరుగురు మృతి

హైదరాబాద్ నుంచి ఏలూరు వెళుతుండగా తెల్లవారుజామున ఘటన

సూర్యాపేట జిల్లా కోదాడ మండలం ద్వారకుంట వద్ద ప్రైవేటు బస్సు ప్రమాదానికి గురైన ఘటనపై

(మిగతా 6వ పేజీలో..)

హంసకలం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

సంపాదకీయం

ఆర్థికపతనం దిశగా

..అమెరికా ఫస్ట్ నినాదం !

ఇరాన్‌తో జరిగిన యుద్ధం, అంతర్జాతీయంగా వివిధ దేశాలతో అనుసరిస్తున్న విధానా వల్ల అమెరికా ఆర్థిక వ్యవస్థ అతలాకుతలం అవుతోంది. ద్రవ్యోల్బణం, ధరల పెరుగుదల సామాన్య పౌరులను చికాకు పెట్టిస్తోంది. ఇప్పటికే అక్కడ గ్యాస్ ధరలు విపరీతంగా పెరిగాయి. నిత్యాసవర ధరలు కూడా పెరిగాయి. ఇరాన్‌తో యుద్ధం వల్ల అమెరికా ఓ రకంగా చతికిలపడిందనే చెప్పాలి. ఈ అనుభవం రష్యాకు కూడా వచ్చింది. ఉక్రెయిన్‌పై దాడులు రష్యానూ దెబ్బతీసాయి. యుద్ధాలతో విజయం దక్కకపోగా... ఆర్థిక రంగంలో వైఫల్యాలలు తీవ్రమవుతున్నాయి. దేశంలో సగటు పౌరులు ట్రంప్‌ను ఎన్నుకున్నందుకు బాధ పడుతున్నారు. ప్రపంచంతో సక్రమమైన సంబంధాలు కోల్పోవడంతో వారు అనేక రంగాల్లో ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.వలసలపై ఆంక్షలు, ప్రపంచ దేశాలపై విచక్షణారహిత సుంకాల సమరం అమెరికాను అన్ని విధాల దెబ్బతీస్తున్నాయి. భౌగోళిక రాజకీయాలలోను, అంతర్జాతీయ ఆర్థిక రంగంలోనూ అభ్యుదయానికి కాకుండా అరాచకానికి ట్రంప్ కారకుడు అవుతున్నారు. భారత్ సహా వర్థమాన దేశాలన్నీ ఆర్థిక సంక్షోభం అంచుకు చేరుతున్నాయి. ఇవన్నీ ప్రత్యక్షంగా పరోక్షంగా అమెరికాను కూడా ముంచుతున్నాయి. అయినా ట్రంప్ ఇవేవీ గమనించడం లేదు. వచ్చే నవంబర్‌లో మధ్యంతర ఎన్నికలకు వెళ్లుతున్న అమెరికా ట్రంప్‌కు మద్దతుగా నిలుస్తుందా అనుమానాలు బయలుదేరాయి. లేక కొత్త ప్రస్థానాన్ని ప్రారంభిస్తుందా అని ప్రపంచమంతా ఎదురుచూస్తున్న విషయమిది. అమెరికాకు ఈ పరిస్థితి ఎందుకు వచ్చిందన్నది వేరుగా చర్చించుకోవాల్సిన అవసరం లేదు. నిరంతర యుద్ధ వ్యయాలు, సంపన్న వర్గాలకు పెద్ద ఎత్తున పన్ను కోతలు, పెరుగుతున్న ద్రవ్యోల్బణం ఉక్కిరి బిక్కిరి చేస్తోంది. ఉక్రెయిన్, ఇరాన్ యుద్దాల మూలంగా తీవ్రమవుతున్న ఇంధన, సరఫరాల సంక్షోభాలు కూడా తోడయ్యాయి. అంతర్జాతీయ కరెన్సీగా డాలర్ ప్రాబల్యం తగ్గడం మొదలైంది. అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ అనుసరిస్తున్న అంతర్జాతీయ వాణిజ్య విధానాలు పరిస్థితిని మరింతగా దిగజార్చి వేస్తున్నాయి. ఫలితంగా అమెరికా జాతీయ రుణం ఆ దేశ స్థూల దేశియోత్పత్తిలో **126** శాతంగా ఉన్నది. పోటీదారు అయిన చైనా జాతీయ రుణం జీడీపీలో **83** శాతంగా మాత్రమే ఉండగా జపాన్ జాతీయ రుణం జీడీపీలో ఇంచుమించు **250** శాతంగా ఉన్నది. అయితే జపాన్ ప్రభుత్వం తీసుకున్న రుణాలలో అత్యధికం దేశీయ బ్యాంకులు, మదుపుదారుల నుంచి తీసుకున్నవే. అమెరికా తనకు అవసరమైన నిధులను చాలా వరకు ఫెడరల్ రిజర్వ్ బాండ్లను విక్రయించడం ద్వారా సమకూర్చుకుంటున్నది. ఈ బాండ్ల కొనుగోలుదారు లలో అత్యధికులు విదేశీ సంస్థలు, మదుపుదారులే కావడం గమనార్హం. ఈ భారీ రుణంపై ఏటా **1** లక్ష కోట్ల డాలర్లకు పైగా వడ్డీ చెల్లిస్తున్నారు. అమెరికా ప్రభుత్వ బాండ్లను కొనుగోలు చేసినవారు నష్టాలు వాటిల్ల వచ్చునే భయంతో వాటిని విక్రయిస్తున్నారు. తక్కువ వడ్డీ రేట్లకు ఆ బాండ్లను మరిన్ని కొనడానికి నిరాకరి స్తున్నారు. ఈ పరిస్థితి కూడా అమెరికా రుణ సంక్షోభానికి దారితీసింది. దీని నుంచి బయట పడేందుకు తాను అమ్మిన బాండ్లను తానే కొనుగోలు చేసేందుకు అమెరికా సంసిద్ధమయినప్పటికీ పరిస్థితి మెరుగు పడడం లేదు. ఫెడరల్ ప్రభుత్వం తీసుకునే రుణం గరిష్ఠంగా **41.1** ట్రిలియన్ డాలర్లకు మించకూడదని గత ఏడాది అమెరికా కాంగ్రెస్ పరిమితి విధించింది. అయితే అంతకంతకూ పెరుగుతోన్న జాతీయ రుణ పరిమాణం ఆ గరిష్ఠ పరిమితిని **2027** ద్వితీయార్థంలో దాటుతుందని ఆర్థికవేత్తలు విశ్లేషిస్తున్నారు. ఇదంతా కూడా వాణిజ్య విధానాల కారణంగానే అని చెప్పుకోవాలి. వివిధ దేశాలపై వాణిజ్య యుద్ధం ప్రకటించడంతో స్వేచ్ఛా వాణిజ్యం దెబ్బతింది. ప్రతిసెకనూ **90**వేల డాలర్ల మేరకు, దినసరిన **7.8** బిలియన్ డాలర్ల మేరకు జాతీయ రుణం పెరుగుతుందని

కాంగ్రెస్ జాయింట్ ఎకనామిక్ కమిటీ వెల్లడించింది. **2036** సంవత్సరం నాటికి ఈ రుణభారం **64** ట్రిలియన్ డాలర్లకు పెరుగుతుందని కూడా ఆ కమిటీ పేర్కొంది ప్రతి అమెరిన్ పౌరుడిపై తలసరి రుణభారం **1,19,686** డాలర్లుగా లెక్క కట్టింది. అమెరికాకు ఈ రుణ దుస్థితి దాపురించడానికి డెమొక్రాటిక్, రిపబ్లికన్ ప్రభుత్వాలు రెండూ కారణమయినప్పటికీ డొనాల్డ్ ట్రంప్ అనుసరిస్తున్న విధానాలు మరింత దిగజార్చా యని అమెరికన్‌లే గగ్గోలు పెడుతున్నారు. అమెరికాను మళ్లీ గొప్ప దేశంగా చేస్తానన్న ట్రంప్ నిజానికి అమెరికా పతనాన్ని మరింత వేగవంతం చేస్తున్నారని అనేకులు వాపోతున్నారు. అమెరికా ఫస్ట్ నినాదం ఇప్పుడు ఆర్థిక పనం దిశగా సాగుతోంది.

తెలంగాణ సమీక్షకు పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కుదుర్చుకున్న అవగాహన ఒప్పందాల ప్రస్తుత పురోగతిపై సమగ్ర విశ్లేషణ చేసేందుకు ప్రత్యేకంగా కమిటీకి బాధ్యతలు అప్పగించాలన్నారు. డిసెంబర్ లో జరగనున్న సమ్మిట్ కోసం దేశీయంగా, అంతర్జాతీయంగా విస్తృతంగా రోడ్ షోలు నిర్వహించి పెట్టుబడి దారులను ఆకర్షించాలని చెప్పారు. ఇన్వెస్ట్ తెలంగాణ సమ్మిట్ కోసం అతిథులకు ఆహ్వాన పత్రాలను ఏమాత్రం ఆలస్యం చేయకుండా త్వరగా పంపించే ప్రక్రియను వేగవంతం చేయాలన్నారు. సమ్మిట్ పనుల పురోగతిపై ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి రోజుకు కనీసం ఒక గంట కేటాయించి రోజువారీ సమీక్షలు నిర్వహించాలని, ప్రతి కమిటీకి కేటాయించిన బాధ్యతలను టైమ్‌లైన్ ప్రకారం పూర్తి చేయాలని డిప్యూటీ సీఎం స్పష్టం చేశారు.

నేపాల్‌లో వరద బీభత్సం.. 95 మంది మృతి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

వెలికితీశారు. మరో 403 మంది గల్లంతైనట్లు నమోదైంది. అయితే గల్లంతైన వారి జాబితా ప్రాథమికమైనదని, సహాయక చర్యలు కొనసాగుతున్న నేపథ్యంలో సంఖ్యల్లో మార్పులు ఉండొచ్చని అధికారులు చెబుతున్నారు.

133 మంది భారతీయులు

గల్లంతైన 403 మందిలో 341 మంది విదేశీయులు ఉన్నారు. వారిలో 133 మంది భారతీయులు ఉన్నట్లు తాజా సమాచారం. వీరిలో కొందరు కైలాస్--మానస సరోవర యాత్రకు వెళ్తున్నవారిగా అధికారులు గుర్తించారు. అమెరికా, బ్రిటన్, ఆస్ట్రేలియా, కెనడా తదితర దేశాలకు చెందిన పర్యాటకులు కూడా గల్లంతైన వారి జాబితాలో ఉన్నారు.

ఒక్కసారిగా పెరిగిన నదీ ప్రవాహం

బుధవారం ఉదయం సుమారు 8.30 నుంచి 9 గంటల మధ్య భోటెకోషి నదిలో నీటిమట్టం ఒక్కసారిగా పెరిగింది. టిబెట్ వైపు ల్వొండే నదీ పరివాహక ప్రాంతంలో భారీ మంచు--రాళ్ల కొండచరియ విరిగిపడటం వల్ల నీటి ప్రవాహం ఒక్కసారిగా ఉధృతమైనట్లు ప్రాథమిక అంచనాలు ఉన్నాయి. దీనికి ముందు సంభవించిన 4.4 తీవ్రత కలిగిన భూకంపం కూడా ఈ ఘటనకు కారణమై ఉండొచ్చని అధికారులు పరిశీలిస్తున్నారు. అయితే పూర్తి కారణాన్ని శాస్త్రీయంగా నిర్ధారించాల్సి ఉంది.

ధ్వంసమైన రహదారులు.. నిలిచిన రాకపోకలు

వరద ఉధృతికి అనేక రహదారులు, వంతెనలు కొట్టుకుపోవడంతో ప్రభావిత ప్రాంతాలకు చేరుకోవడం సహాయక బృందాలకు కష్టంగా మారింది. విద్యుత్, కమ్యూనికేషన్ వ్యవస్థలకు కూడా తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడింది. పలు జలవిద్యుత్ ప్రాజెక్టులు దెబ్బతిన్నట్లు అధికారులు తెలిపారు.

ఐదు జిల్లాలకు హై అలర్ట్ వరద ప్రభావం మరింత దిగువ ప్రాంతాలకు విస్తరించే అవకాశం ఉండటంతో రసువా, నువాకోట్, ధాదింగ్, చిత్వన్, గోర్ఖా జిల్లాలను అప్రమత్తం చేశారు. భోటెకోషి, త్రిశూలి, నారాయణి నదుల పరివాహక ప్రాంతాల్లోని ప్రజలు నదీ తీరాలకు వెళ్లవద్దని, సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలివెళ్లాలని అధికారులు సూచించారు.ముమ్మరంగా సహాయక చర్యలునేపాల్ సైన్యం, సాయుధ పోలీసు, పోలీసు బలగాలు సహాయక చర్యల్లో పాల్గొంటున్నాయి. హెలికాప్టర్ల ద్వారా గాలింపు, తరలింపు చర్యలు చేపడుతున్నారు. అయితే భారీగా పేరుకుపోయిన బురద, తెగిపోయిన రహదారులు, ప్రతికూల వాతావరణం కారణంగా సహాయక చర్యలకు ఆటంకాలు ఎదురవుతున్నాయి. భారత్, చైనా కూడా సహాయక చర్యలకు మద్దతు అందిస్తున్నాయి.

వైద్య సహాయం అందిస్తున్న డబ్ల్యూహెచ్ఓ

వరద బాధిత ప్రాంతాల్లో అత్యవసర వైద్య సేవలకు సహకరించేందుకు ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ (ఔనూ) మందులు, బహుళ ప్రయోజన టెంట్లు తదితర అత్యవసర సామగ్రిని పంపించింది. వ్యాధుల వ్యాప్తి నివారణ, ఆరోగ్య పరిస్థితుల పర్యవేక్షణకు కూడా చర్యలు చేపడుతున్నట్లు ఔనూ తెలిపింది.

కేసీఆర్ పాలన ప్రజా సంక్షేమంగా సాగితే.. రేవంత్ పాలన భూముల వ్యాపారంగా సాగుతోంది: హరీశ్ రావు

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. రాష్ట్రంలో ఎక్కడ పార్కులు, ప్లాట్లు, ప్రభుత్వ స్థలాలు కనిపిస్తే అక్కడ భూములను విక్రయిస్తూ భావి తరాలకు కనీసం స్థలం కూడా లేకుండా చేస్తున్నారని హరీశ్ రావు ఆరోపించారు. సామాన్య ప్రజల ఆస్తులనేమో 22ఏ నిషేధిత జాబితాలోకి నెడుతూ, ప్రభుత్వ భూములను మాత్రం ముఖ్యమంత్రి సోదరుల చేతుల్లోకి వెళ్లేలా చేస్తున్నారని విమర్శించారు. లక్షలాది ఎకరాల అసైన్డ్ భూములను పేదల వద్ద నుంచి లాక్కొని, కమీషన్ల కోసం పారిశ్రామికవేత్తలకు కట్టబెడుతున్నారని మండిపడ్డారు. ఎప్పుడు 'హైడ్రా' వచ్చి ఇళ్లను కూలుస్తుందో, ఎప్పుడు 22ఏ పేరుతో తమ భూములను గుంజుకుంటారోనని ప్రజలు భయాందోళనలతో బతుకుతున్నారని తెలిపారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా దాదాపు కోటి ఎకరాలను, ఒక్క హైదరాబాద్‌లోనే లక్షలాది ఆస్తులను రేవంత్ ప్రభుత్వం 22ఏ జాబితాలో చేర్చిందని ఆరోపించారు. ప్రభుత్వం చేసిన తప్పుకు ప్రజలను ప్రభుత్వ ఆఫీసుల చుట్టూ తిప్పుతూ... జాబితా నుంచి భూములను తొలగించడానికి 30 శాతం వరకు కమీషన్లు వసూలు చేస్తున్నారని విమర్శించారు. సెప్టెంబర్ 7వ తేదీ నుంచి ప్రారంభం కానున్న అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో ఈ 22ఏ అంశంపై ప్రభుత్వాన్ని తీవ్రంగా నిలదీస్తామని స్పష్టం చేశారు. బాధితులు ఎవరూ బ్రోకర్లకు ఒక్క రూపాయి కూడా ఇవ్వొద్దని, ప్రజల ఆస్తులను కాపాడే బాధ్యతను బీఆర్ఎస్ పూర్తిగా తీసుకుంటుందని హామీ ఇచ్చారు.

గ్రేటర్ హైదరాబాద్‌లో ఒకే రోజు 17 అక్రమ కట్టడాల కూల్చివేత

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఏడంతస్తుల భవనం కుప్పకూలిన ఘటన.. నగరం ఎదుర్కొంటున్న పెను ప్రమాదాన్ని కళ్లకు కట్టింది. ఒకప్పుడు అటవీ ప్రాంతంగా ఉన్న ఈ ప్రదేశం, ఐటీ అభివృద్ధి పుణ్యమా అని రియల్ ఎస్టేట్ కేంద్రంగా మారి, ఇప్పుడు అక్రమ నిర్మాణాలకు అడ్డాగా మారింది. 50-60 గజాల చిన్న స్థలాల్లో సైతం కనీస భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించకుండా ఏడంతస్తుల దాకా భవనాలు నిర్మించడమే తాజా దుర్ఘటనకు కారణమని స్పష్టమవుతోంది.ఈ ఘటనలో ఇద్దరు మృతి చెందడంపై ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సమీక్ష సమావేశంలో అధికారుల తీరుపై ఆయన అసహనం వ్యక్తం చేసినట్లు తెలిసింది. పౌరుల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడితే సహించేది లేదని, అక్రమ నిర్మాణాలపై ఉక్కుపాదం మోపాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. సీఎం ఆదేశాలతో జీహెచ్ఎంసీ, సైబరాబాద్, మల్కాజిగిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ల అధికారులు రంగంలోకి దిగారు.మంగళవారం ఒక్కరోజే గ్రేటర్ హైదరాబాద్ పరిధిలో 17 అనధికార కట్టడాలను కూల్చివేశారు. శేరిలింగంపల్లి, కూకట్‌పల్లి, కుత్బుల్లాపూర్ జోన్లలో ఈ కూల్చివేతలు జరిగాయి. ఇప్పటివరకు మూడు జోన్లలో 54 అక్రమ నిర్మాణాలను గుర్తించగా, నిర్మాణ దశలో ఉన్నవాటిని నోటీసులు ఇవ్వకుండానే కూల్చివేయాలని అధికారులు నిర్ణయించారు.ఇదిలా ఉండగా, అంజయ్యనగర్ భవన ప్రమాద ఘటనలో ప్రధాన నిందితుడైన కాంట్రాక్టర్ మహ్మద్ ఖాజామియాను పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. నాసిరకం సామగ్రితో నిర్మాణం చేపట్టడంతో పాటు, ప్రమాదాన్ని ముందే పసిగట్టినా అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వకుండా పరారైనట్లు దర్యాప్తులో తేలింది. గచ్చిబౌలి టీఎన్‌జీవో కాలనీ వంటి ఇతర ప్రాంతాల్లోనూ ఇదే తరహా అక్రమ నిర్మాణాలు ప్రమాద ఘంటికలు మోగిస్తున్నాయని స్థానికులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

నేపాల్‌లో జల విలయం.. ప్రధాని బాలేన్ షాతో మాట్లాడిన మోదీ

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

నదిలో బుధవారం ఆకస్మికంగా సంభవించిన వరదల కారణంగా పెను విషాదం చోటుచేసుకుంది. ఈ ఘటనలో 100 మందికి పైగా భారతీయులతో సహా వందలాది మంది పర్యాటకులు గల్లంతయ్యారు. ఈ విపత్కర పరిస్థితుల్లో నేపాల్‌కు అండగా నిలుస్తామని భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ప్రకటించారు.బుధవారం నేపాల్ ప్రధాని బాలేంద్ర షాతో ప్రధాని మోదీ ఫోన్‌లో మాట్లాడారు. వరదల కారణంగా ప్రాణాలు కోల్పోయిన వారి కుటుంబాలకు తన ప్రగాఢ సంతాపం తెలిపారు. నేపాల్‌కు అవసరమైన అన్ని రకాల మానవతా సాయం అందించేందుకు భారత్ సిద్ధంగా ఉందని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. "ఈ కష్టకాలంలో నేపాల్ సోదర సోదరీమణులకు భారత ప్రజలు తోడుగా ఉంటారు. సహాయక చర్యల కోసం మన బృందాలు సమన్వయంతో పనిచేస్తున్నాయి" అని మోదీ ఎక్స్ వేదికగా పోస్ట్ చేశారు.నేపాల్ టూరిజం బోర్డు (ఎన్టీబీ) విడుదల చేసిన ప్రాథమిక నివేదిక ప్రకారం, ఈ వరదల్లో మొత్తం 384 మంది పర్యాటకులు గల్లంతయ్యారు. వీరిలో 105 మంది భారతీయులు, 93 మంది నేపాల్ పౌరులు, మిగిలిన వారు విదేశీయులు ఉన్నారు. గల్లంతైన విదేశీయులలో యూకే, ఆస్ట్రేలియా, అమెరికా, మలేషియా, దక్షిణాఫ్రికా, నెదర్లాండ్స్ దేశాలకు చెందిన వారు ఉన్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. అయితే, ఈ సంఖ్య ప్రాథమికమైనదేనని, ట్రావెల్ ఏజెన్సీలు, స్థానిక అధికారులతో కలిసి వివరాలను ధ్రువీకరిస్తున్నామని ఎన్టీబీ స్పష్టం చేసింది. గల్లంతైన వారు తొమ్మిది వేర్వేరు ట్రావెల్ ఏజెన్సీల ద్వారా నేపాల్ పర్యటనకు వచ్చారని ప్రాథమిక సమాచారం.కాఠ్మండు టైమ్స్ కథనం ప్రకారం, ఈ దుర్ఘటనలో ఇప్పటివరకు ఏడుగురు మరణించినట్లు నిర్ధారణ అయింది. గల్లంతైన వారి ఆచూకీ కోసం అధికారులు, సహాయక బృందాలు ముమ్మరంగా గాలింపు చర్యలు కొనసాగిస్తున్నాయి. సమాచారం లేదా సహాయం కోసం పర్యాటకులు, వారి కుటుంబ సభ్యుల కోసం నేపాల్ టూరిజం బోర్డు పలు ఎమర్జెన్సీ నంబర్లను (1234, 1144, 9851289445) జారీ చేసింది. వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లోని పర్యాటకులు ఆందోళన చెందవద్దని, అధికారిక ప్రకటనలను అనుసరించాలని సూచించింది.

హంసకలం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

సంక్షేమం, అభివృద్ధి పథంలో దూసుకుపోతున్న కూటమి ప్రభుత్వం.

కృష్ణాజిల్లా హంసకలం వార్త

ఆగస్టు 26 ; జిల్లా కేంద్రమైన మచిలీపట్నం సమీపంలో ఉన్నటువంటి పెడన నియోజకవర్గం , గూడూరు మండలం లో ఉన్నటువంటి గ్రామపంచాయతీలు రామానుజ వర్తనపల్లి, వేళ్ళ గరువు,ఆ గ్రామాల తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు , బూత్ యూనిట్ ఇన్ ఛార్జ్ మట్టా శ్రీనివాసరావు, మండల నిర్వహణ కార్యదర్శి కుంభం నాగబాబు, జనసేన పార్టీ అధ్యక్షులు గడ్డి గోపుల వీర వెంకట నారాయణ అదేవిధంగా గుడివాడ నియోజకవర్గం, గుడ్లవల్లేరు మండలం, వడ్లమన్నాడు గ్రామపంచాయతీ తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు పామర్తి సత్తిబాబు మాట్లాడుతూ ఆ గ్రామాలలోని సమస్యల గురించి వివరించారు. రామానుజ వర్తనపల్లి గ్రామంలో డ్రైనేజీ, త్రాగునీరు సమస్య ఉందని, వీధి దీపాలు, సిసి రోడ్లు బాగానే ఉన్నాయని టిడిపి బూత్ యూనిట్ ఇన్ ఛార్జ్ చెప్పారు. వేళ్ళ గరువు పంచాయితీలో సిసి రోడ్లు, వీధి దీపాలు, త్రాగునీరు బాగానే ఉన్నాయని, డ్రైనేజీ సమస్య ఉందని పెడన మండల టిడిపి నిర్వహణ కార్యదర్శి కె నాగబాబు, జనసేన పార్టీ అధ్యక్షులు జి వీర వెంకటనారాయణ తెలిపారు. వడ్లమన్నాడు గ్రామంలో డ్రైనేజీ సమస్య ఉందని , త్రాగునీరు, సీసీ రోడ్లు, వీధి దీపాలు బాగానే ఉన్నాయని తెలుగుదేశం పార్టీ అధ్యక్షులు పామర్తి సత్తిబాబు పేర్కొన్నారు. గత వైసిపి ప్రభుత్వం కంటే కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చిన తరువాత ఒకవైపు అభివృద్ధి, మరోవైపు అర్హులైన ప్రతి ఒక్క కుటుంబానికి కులం, మతం, భాష , పార్టీ బేధం లేకుండా సూపర్ సిక్స్ పథకాలు అందాయని స్పష్టం చేశారు. ఆ పంచాయతీలలో ఎంతమందికి పింఛన్లు ఇస్తున్నారో తెలిపారు. నిరుపేదలకు ఇళ్ళు,, కొత్త పెన్షన్లు గురించి అడుగుతున్నారని వెల్లడించారు. ఎప్పుడు జడ్పిటిసి, ఎంపీటీసీ, సర్పంచ్ ఎన్నికలు నిర్వహించిన కూటమి ప్రభుత్వానికి తిరుగు లేదని ప్రజలు అంటున్నారని వ్యాఖ్యానించారు.పి - 4, ఇంటి పన్ను, జన గణన, సర్ సర్వే ఎంత శాతం పూర్తి అయ్యిందో కూడా చెప్పడం జరిగింది. శాసనసభ్యులు పెడన నియోజకవర్గం డైనమిక్ శాసనసభ్యులు కాగితపు కృష్ణ ప్రసాద్, గుడివాడ నియోజకవర్గం డైనమిక్ శాసనసభ్యులు వెనిగండ్ల రాము ప్రజా సమస్యల పరిష్కారానికి ముందుండి నిరంతరం కృషి చేస్తున్నారని అన్నారు. నియోజకవర్గం అభివృద్ధి కోసం ఒక

కార్యకర్తల పని చేస్తున్నారని చెప్పారు.. పైన తెలిపిన సమస్యలకు ప్రభుత్వం గుర్తించి తక్షణమే పరిష్కారం చేయాలని ప్రజల కోరారని ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేశారు. కూటమి ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతున్నారని వాళ్లు వ్యక్తం చేశారు. ఇంటింట ప్రచారంలో భాగంగా కరపత్రాల ద్వారా కూటమి ప్రభుత్వం ప్రజలకు అందించినటువంటి సూపర్ సిక్స్ పథకాలు గురించి వాళ్లకు వివరణ ప్రసంగించారు.

ఘనంగా మదర్ థెరిసా 116 వ జయంతి.

దేవరకొండ డివిజన్ ఆగస్టు 26, హంసకలం వార్త

దేవరకొండ స్పోర్ట్స్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో మదర్ థెరిసా 116 వ జయంతి వేడుకలు స్థానిక బీ సీ బాలికల వసతి గృహమునందు నిర్వహించడం జరిగింది. మదర్ థెరిసా పటానికి అధ్యక్షుడు ఎన్ వీ టీసభ్యులతో కలసి పూలమాలలు వేసి నివాళులు అర్పించినారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ మిషనరీస్ ఆఫ్ ఛారిటీ 1950 లో కలకత్తాలో స్థాపించి 45 సంవత్సరాల పాటు సేవా కార్యక్రమాలు చేసినారని, 1929లో భారతదేశానికి వచ్చారు. కలకత్తాలోని పాఠశాలలో కొన్ని సంవత్సరాలు ఉపాధ్యాయురాలిగా పనిచేశారు. అనాధలకు రోగగ్రస్తులకు పేదలకు సంస్థ ద్వారా కుష్ఠురోగులు, అనాథలు, మరణిస్తున్న నిరాశ్రయులకు ఆశ్రయం కల్పించి వారి చివరి క్షణాలలో గౌరవం అందించారు.1979లో నోబుల్ శాంతి పురస్కారం అందజేయగా 1980లో భారత దేశ అత్యున్నత పౌర పురస్కారమైన భారతరత్న అవార్డు పొందడం జరిగింది అని ఈ సందర్భంగా వారు అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరు ముఖ్యంగా ఆడపిల్లలు ఆమె ఆశయ సాధనకై పోరాడాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధాన కార్యదర్శి తాళ్ల శ్రీధర్

గౌడ్, కోశాధికారి కృష్ణ కిషోర్, వల్లమల్ల ఆంజనేయులు ఏ ఐ ఎస్ ఎఫ్ జిల్లా అధ్యక్షులు, కరాటే మాస్టర్ గోపి, వీ వి ఆర్, ఎస్ ఎఫ్ ఐ డివిజన్ కార్యదర్శి వెంకటేష్, రాజేష్, మల్లయ్య, భాగ్యలక్ష్మి, రాజేశ్వరి, రాము, క్రీడాకారులు కళాకారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దేవరకొండలో"తీజ్" ఉత్సవాలు.

దేవరకొండ డివిజన్ ఆగస్టు 26,హంసకలం వార్త

గిరిజన సంప్రదాయ పండుగ తీజ్ ఉత్సవాలలో బిఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు కేతావత్ బీల్యా నాయక్ పాల్గొని ప్రకృతి దేవతకు పూజలు నిర్వహించారు.ఈ సందర్భంగా కేతావత్ బీల్యా నాయక్ మాట్లాడుతూ గిరిజన యువతులు,యువకులు ప్రకృతినే దైవంగా భావించి పుట్ట మట్టి తీసుకొచ్చి అందులో విత్తనాలు వేసి మొలకలు వచ్చే వరకు 9రోజులపాటు నిష్ఠతో పూజలు చేసి భక్తి శ్రద్ధలతో నిమజ్జనం చేస్తే కోరుకున్న కోరికలు తీరుతాయని నమ్ముతారని ఆ నమ్మకాన్ని అత్యంత వైభవంగా నిర్వహిస్తారని అన్నారు.ఇంతటి పవిత్ర పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం సంతోషం కలిగించిందని అన్నారు. తీజ్ పండుగ సందర్భంగా గిరిజన సోదర సోదరీమణులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ నాయకులు నేనావత్ కిషన్ నాయక్ తో పాటు గిరిజన సంఘాల నాయకులు గిరిజన యువతి యువకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఉపాధ్యాయుడు ను పరామర్శించిన శాసనసభ్యులు.

ఏలూరు జిల్లా :హంసకలం వార్త

బుట్టాయగూడెం మండలం, గ్రామానికి చెందిన క్రాంతి ఉపాధ్యాయుడు ఇటీవల గుండెకు సంబంధించిన అనారోగ్యంతో స్టంట్ శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న విషయం తెలుసుకున్న తక్షణమే పోలవరం నియోజకవర్గం డైనమిక్ శాసనసభ్యులు చిర్రి బాలరాజు నేరుగా నివాసానికి వెళ్లి పరామర్శించారు. ఆరోగ్య పరిస్థితిని ఆప్యాయతతో అడిగి తెలుసుకున్నారు. శస్త్రచికిత్స అనంతరం ఆరోగ్యం ఎలా ఉందో కుటుంబ సభ్యులను అడిగి తెలుసుకుని, త్వరగా సంపూర్ణ ఆరోగ్యంతో కోలుకోవాలని. ఆకాంక్షించారు. . ఈ సందర్భంగా వాళ్లకు ధైర్యం చెప్పి, ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలని సూచించారు. ప్రజలతో తమకు ఉన్న అనుబంధంలో భాగంగా ఆపద మరియు అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వాళ్లను స్వయంగా పరామర్శిస్తూ అండగా నిలవడం తన బాధ్యతగా భావిస్తున్నానని చిర్రి బాలరాజు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు నాయకులు పూనెం రాజా, ఏసుబాబు, మారిశెట్టి అనిల్, కరాటం సతీష్, ఫణి, వెంకటేశ్వరరావు,నెలటూరి మోహన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అక్టోబర్ 3 వ తేదీ లోపే ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ఇవ్వాలి.

గుంటూరు జిల్లా : అమరావతి హంసకలం వార్తఆగస్టు 26;

రాష్ట్రంలో కొత్త ఓటరు లిస్టు ప్రకటనక ముందే స్థానిక ఎన్నికల ప్రక్రియ ప్రారంభించాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు మంత్రులను కోరారు. సర్ సర్వే పూర్తి అయ్యింది . కొత్త ఓటరు లిస్టు అక్టోబర్ 3 వ తేదీ న అమల్లోకి. వస్తుందని తెలిపారు. తర్వాత ఎలక్షన్ నిర్వహిస్తే వార్డుల రిజర్వేషన్ మారే ఛాన్స్ ఉందని పేర్కొన్నారు. తప్పనిసరిగా అక్టోబర్ 3 లోపే ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ ఇవ్వాలన్నారు. అయితే న్యాయ నిపుణులతో మాట్లాడు తరువాత నిర్ణయం తీసుకుందామని మంత్రులతో ఆయన చెప్పినట్లు సమాచారం.

సైబర్ నేరాలపై అవగాహన.

పశ్చిమగోదావరి జిల్లా : హంసకలం వార్త;

జిల్లా కేంద్రమైన భీమవరం లో పోలీస్ జ్ఞాన వేదిక ఆధ్వర్యంలో యస్ ఆర్ కె ఆర్ కళాశాల వాకర్స్ అసోసియేషన్ సభ్యులకు సైబర్ నేరాల పట్ల రక్షక భటులు అవగాహన కల్పించారు. సి ఐ మురళీకృష్ణ మాట్లాడుతూ, ఆ నేరగాళ్లు డిజిటల్ అరెస్టుల పేరుతో సీనియర్ సిటిజన్లను లక్ష్యంగా చేసుకుంటున్నారని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భూపతి రాజు సత్యనారాయణ రాజు, అల్లు శ్రీనివాసు, కనుమూరి రాంప్రసాద్ రాజు, గ్రంధి కుమార వెంకటేశ్వర వరప్రసాద్, పీటర్, యాస ఆంజనేయులు వాకర్స్ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

త్వరలోనే మత్స్యకారులను తీసుకొస్తాం.

శ్రీకాకుళం జిల్లా :హంసకలం వార్త;

ఈనెల అనగా ఆగస్టు 3 వ తేదీన సముద్రంలోకి వేటకు వెళ్లి గల్లం తైన కోనసీమ జిల్లాకు చెందిన ఏడుగురు మత్స్యకారులు సురక్షితంగా ఉన్నారు. ఈ విషయాన్ని ఆ శాఖ అధికారులు వెల్లడించారు . వాళ్లంతా కోల్ కతా లో చేరుకున్నారని, బోటు లో సాంకేతిక సమస్య రావడం వల్ల బెంగాల్ తీరానికి చేరినట్లు గుర్తించారు. త్వరలోనే మత్స్యకారులు ను తీసుకురానున్నట్లు ఆ శాఖ పేర్కొంది.

ఉత్తరాంధ్రకు, గోదావరి జలాలు.

అనకాపల్లి జిల్లా :హంసకలం వార్త

ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల సాగు మరియు తాగు నీటి కష్టాలు శాశ్వతంగా దూరం కాబోతున్నాయి. బృహత్తర సంకల్పం సహకారమవుతోంది. పోలవరం ప్రాజెక్టు ఎడుమ ప్రధాన కాలువ ద్వారా ఆ గోదావరి జలాలను విశాఖ, అనకాపల్లి సహా ఉత్తరాంధ్ర ప్రాంతాలకు తరలించే ప్రక్రియ దశకు చేరుకుంది. వచ్చేనెల అనగా సెప్టెంబరు 3 వ తేదీన జలహారతి కి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు శ్రీకారం చుట్టనున్నారు. పాయకరావుపేట మండలం , సీతారాంపురం , పి ఎల్ పురం వద్ద జవహరతి కార్యక్రమానికి సంబంధిత అధికారులు ఏర్పాటు చేస్తున్నారు.

హంసకలం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

ఆధ్యాత్మిక అభివృద్ధికి నిధులు కేటాయింపు.

కాకినాడ జిల్లా : హంసకలం వార్త : ఆగస్టు 26 ;

పిఠాపురం నియోజకవర్గం డైనమిక్ శాసనసభ్యులు, రాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ ప్రత్యేక చొరవతో ఆధ్యాత్మిక క్షేత్రం ఆ పిఠాపురంలో అభివృద్ధి పనులకు వేగం పెరగనుంది. ఇందుకుగాను 30.66 కోట్ల నిధులు కేటాయించారు. 26 దేవాలయాల పునరుద్ధరణకు రూపాయలు 17.06 కోట్లు, తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం కళ్యాణ మండపం నిర్మాణానికి రూపాయలు 2 కోట్లు, అదేవిధంగా 48 భజన మందిరాల అభివృద్ధికి రూపాయలు 11.60 కోట్లు కేటాయించడం జరిగింది. అక్కడకు వచ్చే లక్షలాదిమంది భక్తులకు మెరుగైనటువంటి వసతులు కల్పించడంతోపాటు ఆలయాలు మరియు భజన మందిరాలను ఆధునికరించేలా ఈ పనులు చేపట్టనున్నారు.

కూలిన నాలుగు అంతస్తుల భవనం.

తిరుపతి జిల్లా :హంసకలం వార్త ఆగస్టు 26 ;

తిరుపతి , వాణి నగర్ లో నిర్మాణంలో ఉన్నటువంటి నాలుగు అంతస్తుల భవనం కుప్ప కూలింది. ఈ ప్రమాదంలో ముగ్గురు వ్యక్తులు తీవ్రంగా గాయపడ్డారు. పక్క స్థలంలో నిర్మాణం కోసం గుంతల తవ్వడం వల్ల ఈ దుర్ఘటన జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. అయితే ఈ ఘటన స్థానికంగా కలకలం రేపింది.

త్వరలో మూడు లక్షల కొత్త పింఛన్లు.

గుంటూరు జిల్లా : అమరావతి : హంసకలం వార్త

రాష్ట్రంలో ఎన్టీఆర్ భరోసా కింద కొత్తగా మూడు లక్షల పింఛన్లు ఇచ్చేందుకు ప్రభుత్వం ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. మొదటి విడతలో వితంతువులు, వృద్ధులకు ఇవ్వనుంది. వచ్చే నెల అనగా సెప్టెంబరు రెండవ వారం నుంచి దరఖాస్తుల స్వీకరణ జరగనుంది. అక్టోబర్ నుంచి పింఛన్ల పంపిణీ చేసేందుకు ప్రణాళిక రూపొందించినట్లు తెలుస్తోంది. వచ్చే నెల తొలి వారంలో దీనిపై ప్రకటన ఉండొచ్చని సమాచారం. సమగ్ర కుటుంబ సర్వే ఆధారంగా 1.50 వితంతువులను అర్హులుగా గుర్తించినట్లు పేర్కొంది.

ఘనంగా పోచమ్మ బోనాలు.

డిండి(గుండ్లపల్లి) ఆగస్టు 26 హంసకలం వార్త

దేవరకొండ నియోజకవర్గం పరిధిలోని డిండి మండల కేంద్రంలో బుధవారం పోచమ్మ బోనాలను ఘనంగా నిర్వహించారు .ఈ పండుగను పురస్కరించుకొని స్థానిక కోట మైసమ్మ వద్ద భక్తులు మొక్కులు చెల్లించుకుని, స్థానిక బొడ్రాయి వద్దకు డప్పు వాయిద్యాలతో గ్రామంలోని మహిళలు పెద్ద ఎత్తున బోనాలతో ఊరేగింపుగా బొడ్రాయి వద్దకు చేరుకొని, అక్కడ ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, అక్కడ నుంచి డీజే వాయిద్యాలతో, డప్పులతో, పోతురాజుల విన్యాసాలతో గ్రామ పురవీధుల గుండా బోనాలను ఊరేగింపుగా తీసుకెళ్లి పోచమ్మ గుడి వద్ద ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి నైవేద్యము సమర్పించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ నల్లగంతుల రవి, ఉపసర్పంచ్ కౌసర్ రషీద్, వార్డు సభ్యులు గుర్రం సురేష్ ,దివ్య ప్రవీణ్ రెడ్డి, అమృత్ ,మేకల కాశన్న, తుమ్మల లక్ష్మారెడ్డి, నూకం వెంకటేష్ ,జూలూరు వెంకటేష్ ,హనుమాండ్ల కేశవులు, పోలా వెంకటేష్, ఎలకుర్తి మల్లేష్, కాయితి పర్వత్ రెడ్డి, ఎంఏ కలీం, మాకం సైదులు, బల్మూరి రాజు, వంగాల బాల్రెడ్డి, నల్లగంతుల వెంకటయ్య, మాడుగుల జంగయ్య తుమ్మల దామోదర్ రెడ్డి తో పాటు పెద్ద సంఖ్యలో మహిళలు, పురుషులు బాలబాలికలు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా స్థానిక ఎస్సై బాలకృష్ణ తన సిబ్బందితో ఎటువంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు చోటు చేసుకోకుండా భారీ బందోబస్తు నిర్వహించారు.

లెక్చరర్ల వేధింపుల వల్లే రసాయనం తాగి ఆత్మహత్యాయత్నం.

బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలి .

సమగ్ర విచారణ చేయాలి.

బీఆర్ఎస్వీ దేవరకొండ నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు బొడ్డుపల్లి కృష్ణ.

దేవరకొండ డివిజన్ ఆగస్టు 26, హంసకలం వార్త

నల్గొండ జిల్లా కొండమల్లేపల్లి కస్తూర్బా విద్యాలయంలో ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరం చదువుతున్న ఇద్దరు విద్యార్థినులు రసాయనం తాగి ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడిన ఘటనపై ఉన్నతాధికారులు సమగ్ర విచారణ జరిపించాలని బీఆర్ఎస్వీ దేవరకొండ నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు బొడ్డుపల్లి కృష్ణ డిమాండ్ చేశారు. బుధవారం దేవరకొండ పట్టణంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థినులు చేసిన ఆరోపణల ప్రకారం లెక్చరర్ల వేధింపులు, తరగతి గదిలో పరుష పదజాలంతో దూషించడం, చదువులో వెనుకబడుతున్నామనే ఒత్తిడి వంటి కారణాలతో వారు ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడినట్లు తెలుస్తోందన్నారు. ఈ ఘటనపై పూర్తి స్థాయిలో విచారణ జరిపి వాస్తవాలను వెలుగులోకి తీసుకురావాలని కోరారు. విద్యార్థినుల పట్ల నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరించిన ఏఎన్సీ, సంబంధిత లెక్చరర్లపై విచారణ జరిపి, తప్పు చేసినట్లు తేలితే కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని కృష్ణ డిమాండ్ చేశారు. విద్యార్థులకు భయరహితమైన, ఆహ్లాదకరమైన విద్యా వాతావరణం కల్పించాల్సిన బాధ్యత అధికారులపై ఉందన్నారు. బాధితుల్లో ఆదిరాల వైష్ణవి మరో విద్యార్థిని బాపిశాక భానును వీరిద్దరూ కొండమల్లేపల్లి కస్తూర్బా విద్యాలయంలో ఇంటర్ ప్రథమ సంవత్సరం బైపీసీ చదువుతున్నారని తెలిపారు. విద్యార్థినుల ఆరోగ్యం పట్ల ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవడంతో పాటు, ఘటనకు దారితీసిన పరిస్థితులపై నిష్పక్షపాతంగా విచారణ జరిపి బాధ్యులపై తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని బొడ్డుపల్లి కృష్ణ ఉన్నతాధికారులను కోరారు.

రహదారుల కోసం ఏపీఎంఎస్ఐడీసీ చైర్మన్‌కు వినతి

అనంతగిరి ఆగస్టు 27,హంసకలం వార్త:

అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా అనంతగిరి మండలంలోని గిరిజన గ్రామాల రహదారి సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరుతూ జనసేన పార్టీ అనంతగిరి మండల అధ్యక్షుడు చిట్టం మురళి ఏపీఎంఎస్ఐడీసీ చైర్మన్ చిన్నపల్లి శ్రీనుకు వినతిపత్రం సమర్పించారు. మంగళగిరిలోని జనసేన పార్టీ కార్యాలయంలో ఈ వినతిపత్రాన్ని అందజేశారు. పినకోట పంచాయతీ పరిధిలోని వీరభద్రపురం నుంచి జీనబడు పంచాయతీ పరిధిలోని వలసల గరువు వరకు సుమారు ఐదు కిలోమీటర్ల రహదారి నిర్మాణానికి అవసరమైన నిధులు మంజూరు చేయాలని కోరారు. అలాగే కొండిబ పంచాయతీ పరిధిలోని సాద జంక్షన్ నుంచి కోసమామిడి కప్పటవలస వరకు రహదారి నిర్మాణానికి కూడా నిధులు కేటాయించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. రహదారి సౌకర్యం లేక ఆయా గ్రామాల గిరిజనులు నిత్యం తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని చిట్టం మురళి తెలిపారు. ముఖ్యంగా అత్యవసర వైద్య పరిస్థితుల్లో అంబులెన్స్‌లు గ్రామాలకు చేరుకోలేకపోవడం, గర్భిణులు, వృద్ధులు, చిన్నారులను ఆసుపత్రులకు తరలించడంలో ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయని వివరించారు. వీరభద్రపురం--వలసల గరువు ప్రాంత ప్రజలు రైవాడ రిజర్వాయర్ మీదుగా పడవలపై ప్రయాణించాల్సి వస్తోందని, వర్షాకాలంలో ఈ ప్రయాణం మరింత ప్రమాదకరంగా మారుతోందని చైర్మన్ దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ప్రజల ప్రాణ భద్రతను దృష్టిలో ఉంచుకుని రహదారి నిర్మాణాన్ని అత్యవసరంగా చేపట్టాలని కోరారు. ఈ రెండు రహదారుల నిర్మాణం పూర్తయితే గిరిజన గ్రామాలకు రాకపోకలు సులభతరం కావడంతో పాటు విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల రవాణా, నిత్యావసర సరుకుల సరఫరా, అత్యవసర సేవలు మెరుగుపడతాయని మురళి పేర్కొన్నారు. గిరిజన ప్రాంతాల అభివృద్ధిలో రహదారులు కీలక పాత్ర పోషిస్తాయని, సమస్యను ప్రాధాన్యతగా పరిగణించి సంబంధిత అధికారులతో పరిశీలన చేయించి నిధులు మంజూరు చేసి పనులు ప్రారంభించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని చిన్నపల్లి శ్రీనును కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జనసేన పార్టీ కార్యదర్శి పాంగి లక్ష్మణ్ పాల్గొన్నారు. గిరిజన ప్రాంత ప్రజల చిరకాల రహదారి సమస్యలకు ప్రభుత్వం సానుకూలంగా స్పందించి త్వరితగతిన పరిష్కారం చూపుతుందని వారు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

మరికవలస పాఠశాల విద్యార్థుల తరలింపుపై సుజాత సల్మాన్ ఆగ్రహం

అల్లూరిజిల్లా, అరకులోయ ఆగస్టు 27, హంసకలం వార్త

విశాఖపట్నం (ఏపీటీడబ్ల్యూ) మరికవలస పాఠశాల విద్యార్థులను హడావిడిగా ఇతర ప్రాంతాలకు తరలించడంపై సామాజిక కార్యకర్త, ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ నాయకురాలు సుజాత సల్మాన్ తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, గిరిజన సంఘాలు, ప్రతిపక్ష పార్టీల ఆందోళనలపై ప్రభుత్వం స్పందించకపోవడం బాధాకరమన్నారు. మంగళవారం రాత్రి విద్యార్థులను అకస్మాత్తుగా తరలిస్తున్నారంటూ తల్లిదండ్రుల నుంచి సమాచారం అందడంతో సుజాత సల్మాన్ మధురవాడలోని పాఠశాలను సందర్శించారు. గంటల తరబడి తిండి, తాగునీరు, సరైన సమాచారం లేకుండా తమ పిల్లల కోసం ఎదురు చూస్తున్న తల్లిదండ్రులతో ఆమె మాట్లాడారు. అనంతరం బాలికల పాఠశాలలో ఏర్పాటు చేసిన వసతి సౌకర్యాలను పరిశీలించారు. ఒకే గదిలో 50 మందికి పైగా విద్యార్థులను ఉంచడం, బెడ్లు, ఫ్యాన్లు వంటి కనీస సౌకర్యాలు లేకపోవడంతో గచ్చుపైనే విద్యార్థులు నిద్రించే పరిస్థితి నెలకొనడంపై ఆమె తీవ్ర అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. సరైన వసతి, భద్రతా ఏర్పాట్లు చేయకుండానే విద్యార్థులను తరలించడం బాధ్యతారాహిత్యమని విమర్శించారు. బాలికల పాఠశాల, వసతి ప్రాంగణంలో 6వ తరగతి నుంచి 8వ తరగతి వరకు బాలురను ఉంచడంపై కూడా ఆమె అభ్యంతరం వ్యక్తం చేశారు. విద్యార్థుల భద్రత విషయంలో ప్రభుత్వం తక్షణమే చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. ప్రస్తుత పరిస్థితులు విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల్లో తీవ్ర ఆందోళనకు దారితీస్తున్నాయని సుజాత సల్మాన్ తెలిపారు. తమ పిల్లలు ఎక్కడ ఉన్నారో తెలియక తల్లిదండ్రులు ఆందోళన చెందుతున్నారని, విద్యార్థులను తరలించే ముందు తల్లిదండ్రులకు పూర్తి సమాచారం ఇవ్వాల్సిన బాధ్యత అధికారులపై ఉందన్నారు. విద్యార్థులకు వెంటనే బెడ్లు, ఫ్యాన్లు, తాగునీరు, భోజనం, మరుగుదొడ్లు తదితర మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. బాలురు, బాలికలకు ప్రత్యేకమైన, సురక్షితమైన వసతి ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు బాలికల వసతి గృహాల్లో 24 గంటల భద్రత కల్పించాలన్నారు. విద్యార్థుల విద్యకు అంతరాయం కలగకుండా శాశ్వతమైన, సురక్షితమైన ఏర్పాట్లు చేయాలని కోరారు. "పిల్లల భద్రత, విద్య, భవిష్యత్తుతో ప్రభుత్వం ఆటలు ఆడకూడదు. తల్లిదండ్రులకు భరోసా కల్పించి, విద్యార్థులకు తక్షణమే అన్ని వసతి సౌకర్యాలు కల్పించాలి. సమస్యను పరిష్కరించకపోతే విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రులు, గిరిజన సంఘాలతో కలిసి మరింత పెద్ద ఎత్తున ఉద్యమం చేపడతాం" అని సుజాత సల్మాన్ హెచ్చరించారు.

ఆగస్టు । బుధవారం । 26 । 2026

హంసకళం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

డయాబెటీస్‌తో బాధపడేవారికి గుడ్ న్యూస్..

ఈ మొక్క వాడితే ప్రయోజనాలే..!

సరికాని ఆహారపు అలవాట్లు, దినచర్య కారణంగా మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతోంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా దీని బాధితుల సంఖ్య కోట్లలో ఉంది. మనం భారతదేశం గురించి మాట్లాడినట్లయితే.. అత్యధిక సంఖ్యలో మధుమేహ బాధితులు ఉన్నారు. ఇది రక్తంలో చక్కెర ఎక్కువగా, తక్కువగా ఉండే వైద్య పరిస్థితి. ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి మందగిస్తుంది లేదా ఆగిపోతుంది. దీని కారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయి పెరుగుతుంది. దాని నిరంతర అధిక స్థాయి డయాబెటిస్ బాధితులను చేస్తుంది. దీని కారణంగా వ్యక్తి అనేక ఇతర అవయవాలు కూడా ప్రమాదానికి గురవుతాయి. మీరు కూడా డయాబెటీస్‌తో బాధపడుతూ కొన్ని హోం రెమెడీ కోసం చూస్తున్నట్లయితే ఇన్సులిన్ ప్లాంట్ మీకు ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. దీని ఆకులు రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. టైప్ 2 డయాబెటిస్ రోగులు దీనిని తీసుకోవచ్చు. ఈ ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులను తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలను తెలుసుకుందాం. నిజానికి ఇన్సులిన్ మొక్క ఒక ఔషధ మొక్క. ఇది ఔషధాల తయారీలో కూడా ఉపయోగించబడుతుంది. ఈ మొక్క ఆకులు అనేక లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. మీకు టైప్ టూ డయాబెటీస్ పేషెంట్ అయితే, షుగర్ లెవెల్ ఎక్కువగా ఉంటే మీరు ఇన్సులిన్ ఆకులను తీసుకోవచ్చు. ఉదయం నిద్రలేచిన వెంటనే దీని ఆకులను నమలడం వల్ల షుగర్ అదుపులో ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెరను కరిగిస్తుంది. దాని అదనపు పరిమాణాన్ని గ్రహిస్తుంది. ఈ మొక్క శాస్త్రీయ నామం కాస్టస్ పిక్టస్. ఈ క్రేప్‌ను అద్రాక్, కెముక్, క్యూ, కీకంద్, కుముల్, పక్రమూల, పుష్కరమూల వంటి పేర్లతో కూడా పిలుస్తారు. ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులు పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటాయి. మోయుగా తినొచ్చు, మధుమేహ రోగులకు ఇది ఔషధం కంటే తక్కువ కాదు. మీరు వాటిని ఉదయం నీటితో కూడా తీసుకోవచ్చు. దీని కోసం మొక్క రెండు ఆకులను కడగాలి. ఇప్పుడు దీన్ని ఒక గ్లాసు నీటిలో కరిగించి ఉదయం, సాయంత్రం క్రమం తప్పకుండా త్రాగాలి. దీని రెగ్యులర్ వినియోగం రక్తంలో చక్కెర పెరగడానికి అనుమతించదు. ఇన్సులిన్

ప్లాంట్‌లో డజనుకు పైగా పోషకాలు ఉంటాయి. ప్రోటీన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్, బీటా కెరోటిన్, కార్నోలిక్ యాసిడ్, టెర్పెనాయిడ్లు దీని ఆకుల్లో పుష్కలంగా లభిస్తాయి. వాటి వినియోగం రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడమే కాదు. ఇది రక్తపోటును కూడా నియంత్రిస్తుంది. ఇది ప్రేగులు, గుండె, కళ్ళు కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్‌కు ఔషధంగా కూడా పనిచేస్తుంది.

వంకాయను అవాయిడ్ చేస్తున్నారా..!

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో వంకాయ కూడా ఒకటి. కాగా మనలో చాలామంది వంకాయను తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. ఇంకొందరు మాత్రం లొట్టలు వేసుకొని మరీ తినేస్తూ ఉంటారు. మార్కెట్ లో కూడా మనకు రకరకాల వంకాయలు లభిస్తూ ఉంటాయి. వంకాయ తింటే అలర్జీ వస్తుందని చాలామంది వంకాయ తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. కానీ వంకాయ వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు తెలిస్తే మాత్రం తినకుండా అసలు ఉండలేరు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మరి వంకాయ వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. వంకాయలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్ పుష్కలంగా లభిస్తాయి. మీ ఆహారంలో వంకాయను చేర్చడం వల్ల మీ శరీరానికి సహజ రక్షణను అందుతుంది. అలాగే దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుంది. ఇది వృద్ధాప్య రూపాన్ని కూడా తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. వంకాయని తింటే యంగ్ గా కనిపిస్తారని కూడా చెబుతున్నారు. వంకాయలో ఫైబర్, పొటాషియం, విటమిన్ సి, బి విటమిన్లు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి మన గుండె ఆరోగ్యానికి ఎంతగానో తోడ్పడతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందని చెబుతున్నారు. అలాగే పొటాషియం కంటెంట్ అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుందట. ఇది గుండె పోటు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుందట. షుగర్ తో బాధపడుతున్న వారు వంకాయ తినడం వల్ల రక్తంలో షుగర్ లెవెల్స్ అదుపులో ఉంటాయట. వంకాయను ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయని, ఇది జీవక్రియ సమతుల్యతను మెరుగుపరుస్తుందని చెబుతున్నారు. అలాగే మొత్తం ఆరోగ్యానికి మద్దతునిస్తుంది. వంకాయలోని ఫైబర్ జీర్ణ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుందని చెబుతున్నారు. దీనిలో ఉండే ఫైబర్ కంటెంట్ సాధారణంగా ప్రేగు కదలికలను ప్రోత్సహిస్తుందట. అలాగే మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే ఆహారంలో వంకాయను చేర్చుకోవడం వల్ల మీ జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుందట. కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరు కూడా వంకాయను ఎటువంటి భయం లేకుండా తినవచ్చు అని చెబుతున్నారు.

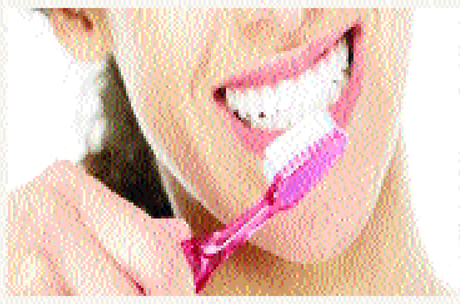
నాన్‌స్టిక్ పాత్రల్లో వంట చేస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదా?

నాన్ స్టిక్ వంటసామాను వేడెక్కినప్పుడు విషపూరిత వాయువును విడుదల చేస్తుంది. ఈ విడుదలైన టెఫ్లాన్ వాయువు టెఫ్లాన్ జ్వరానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టెఫ్లాన్ జ్వరం లక్షణాలు జ్వరం, దగ్గు, తలనొప్పి, శ్వాస ఆడకపోవడం, తల తిరగడం, అలసట, వాంతులు, గొంతు నొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పి వంటివి తలెత్తుతాయి. టెఫ్లాన్ అనేది పాలిటెట్రాఫ్లోరోఎథిలిన్ అని పిలువబడే కార్బన్, ఫ్లోరిన్‌ల సింథటిక్ సమ్మేళనం. ఇది వంటలకు నాన్-స్టిక్ ఉపరితలం ఇస్తుంది. టెఫ్లాన్ అనే పదార్థంతో పూసిన నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌లను సాధారణంగా ఉపయోగించడం సురక్షితమని నిపుణులు చెబుతారు. కానీ 250 డిగ్రీల% కంటే ఎక్కువ వేడి చేసినప్పుడు, పాత్ర పూత పెళుసుగా మారుతుంది. ఈ ఆక్సైడ్స్, ఫ్లోరినేటెడ్ పదార్థాలు గాలిలోకి వస్తాయి. ఈ విష వాయువును పీల్చే వ్యక్తులలో జ్వరం వస్తుంది. నాన్ స్టిక్ ప్యాన్లు త్వరగా వేడెక్కుతాయి కాబట్టి ఆహారం లేకుండా ప్యాన్‌లను వేడి చేయవద్దు. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలలో ఆహారాన్ని కలపడానికి ఉపయోగించే స్పూన్‌లు, ఇతర పాత్రలు చెక్కతో తయారు చేయడం మంచిది. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలను కడగడానికి, శుభ్రం చేయడానికి స్పాంజ్ లాంటి పదార్థాలను మాత్రమే ఉపయోగించండి. అల్యూమినియం, స్టీల్ స్క్రబ్బర్‌లను ఉపయోగించడం మానుకోండి. వంటగదిలో తగినంత గాలి ప్రసరణ ఉండేలా చూసుకోండి. నాన్ స్టిక్ పాత్రలను వాడకుండా పాతవి, పూత పోయినవి అయితే కొత్తవి కొనండి. నాన్‌స్టిక్ ప్యాన్‌ల స్థానంలో స్టెయిన్‌లెస్ స్టీల్, కాస్ట్ ఐరన్ వంటి పదార్థాలతో తయారు చేసిన ప్యాన్‌లను ఉపయోగించవచ్చు.

వినాయక చవితి రోజున పొరపాటున కూడా ఈ తప్పులు చేయవద్దు ..

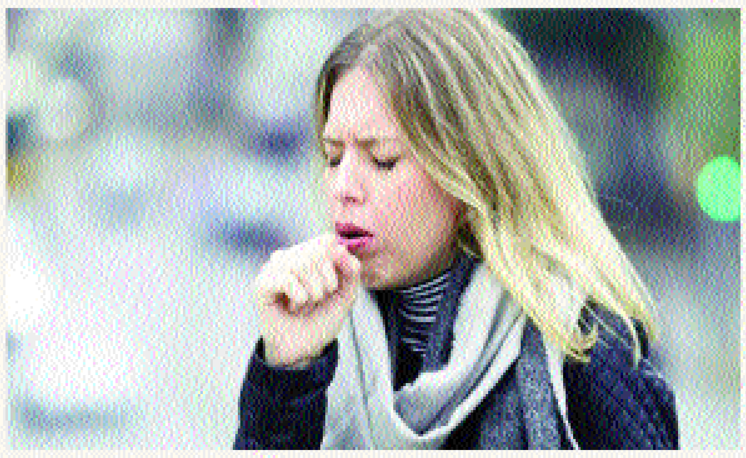
శ్రావణం మాసం ముగిసి త్వరలో భాద్రపద మాసంలో అడుగు పెట్టనున్నాం. దీంతో వినాయక చవితి సందడి మొదలైంది. పిల్లలు పెద్దలు ఇష్టంగా జరుపుకునే వినాయక చవితి కోసం ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నారు. విఘ్నాలకధిపతి వినాయకుడు పుట్టినరోజును దేశంలోని ఢిల్లీ నుంచి గల్లీ వరకూ జరుపుకుంటారు. హిందూ మతం ప్రకారం గణపతుడు జ్ఞానానికి అధినేత. భక్తి శ్రద్ధలతో పూజించినప్పుడు గణేశుడు చాలా సంతోషిస్తారు. భక్తుని పూజకు సంతసించి పార్వతి పుత్రుడు వరాలను కురిపిస్తాడని విశ్వాసం. శివుడిలాగే వినాయకుడు కూడా చిన్న చిన్న పరిహారాలతోనే సంతృప్తి చెందుతారు. అయితే వినాయకుడిని పూజించే సమయంలో కొన్ని పనులు చేయడం మరిచిపోతే కోపం వస్తుంది. పూజ ఫలం లభించదు. మరోవైపు గణేశుడి వాహనం ఎలుక ఇంద్రియాలకు చిహ్నం. హిందూ మతంలో ప్రథమ దేవతలలో ఒకరు గణపతి. అయితే వినాయకుడిని పూజించేటప్పుడు తెలిసి తెలియక కూడా కొన్ని తప్పులు చేయవద్దు. ఈ పొరపాట్లు చేస్తే వినాయకుడికి ఆగ్రహం వస్తుంది. కష్టాలు ఎదుర్కోవాల్సి కూడా వస్తుందని పురాణాల కథనం. కనుక ఏ పొరపాట్లు చేయవద్దో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.. తులసి దళాలు: పురాణాల ప్రకారం దేవాదిదేవ మహాదేవుడు పార్వతి దేవిల తనయుడు గణేశుని పూజలో తులసి దళాలను పొరపాటున కూడా ఉపయోగించవద్దు. పూజలో తులసి ఆకులను ఉపయోగించవద్దని గణేశుడు ఒకసారి తులసిని శపించారని చెబుతారు. కనుక గణపతి పూజలో పొరపాటున కూడా తులసి దళాలను ఉపయోగించవద్దు. అయితే వినాయకుడి పూజలో దుర్వా గడ్డిని ఉపయోగించడం శ్రేయస్కరం. చంద్రుడు: గణేశుడికి.. చంద్రునికి మధ్య సఖ్యత లేదు. శివుడి శిగలో ఉన్న చంద్రుడు ఒకసారి వినాయకుడికి గజరూపాన్ని వెక్కిరించాడని చెబుతారు. అందుకే ఆ సమయంలో గణేశుడు చంద్రుడిని చూసిన వారు కష్టాలు పడతారని.. నీలాప నిందలకు గురవుతారని శపించాడు. వెండి వస్తువులు: వినాయక చవితి రోజున మాత్రమే కాదు గణేశ పూజలో వెండి పాత్రలు, తెల్లటి వస్తువులను ఎప్పుడూ ఉపయోగించకూడదు. తెల్ల గంధానికి బదులుగా పసుపు చందనం, పసుపు వస్త్రం, తెల్లని వస్త్రానికి బదులుగా పసుపు పూసిన దారం ఉపయోగించండి. అంతేకాదు వినాయక చవితి రోజున చంద్రుని దర్శనం శాస్త్రాలలో నిషిద్ధం. పగిలిన బియ్యం:సనాతన ధర్మం ప్రకారం వినాయకుని పూజలో పొరపాటున కూడా విరిగిన బియ్యాన్ని సమర్పించవద్దు. బదులుగా, మొత్తం బియ్యం ఉపయోగించండి. అయితే అక్షతలుగా ఉపయోగించే బియ్యంలో ముక్కలు ఉండవద్దు. అంతేకాదు వినాయకుని పూజలో పాడి బియ్యాన్ని ఉపయోగించవద్దు. మొగలి పువ్వులు: శివుడు వలెనే గణేశుడి పూజలో కూడా మొగలి పువ్వులు వాడటం నిషిద్ధం. శివుడు మొగలి పువ్వుని శపించాడు. కనుక ఈ దేశీయ పుష్పం అతని కుమారుడైన వినాయకుడికి కూడా సమర్పించరాదు. ఎండిన పువ్వులు: వినాయకుని పూజలో పొరపాటున ఎండిన లేదా వాడిన పువ్వులను సమర్పించవద్దు. పూజ సమయంలో తాజా పువ్వులు అందుబాటులో లేకపోతే పువ్వులకు బదులు సమర్పించవద్దు. దుర్గను లేదా అక్షతలను సమర్పించినా చాలు. అంతేకాదు ఎండిపోయిన లేదా వాడిపోయిన పువ్వులతో పూజ చేయడం తప్పు. వినాయకుడికి కోపం వస్తుంది. వాస్తు దోషంతో పాటు ఇంట్లో ఆనందం, శాంతి లోపిస్తుంది. ప్రతికూల శక్తి కూడా పెరుగుతుంది.

బ్రష్ చేయకపోతే ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో తెలుసా?



ప్రతిరోజూ మనం ఉదయం నిద్ర లేవగానే చేసే మొట్టమొదటి పని బ్రష్ చేయడం. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ఉదయం లేచిన తర్వాత తప్పకుండా బ్రష్ చేయాలి. లేదంటే నోరు దుర్వాసన రావడంతో పాటు అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలు కూడా వస్తాయి. అయితే నిజానికి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది ఒక మంచి అలవాటు. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ప్రతిరోజు బ్రష్ చేయాలి. కొందరు ఉదయం సాయంకాలం రెండు పూటలా బ్రష్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు కేవలం ఒకసారి మాత్రమే బ్రష్ చేస్తుంటారు. ఇంకొంతమంది ఉదయం ఆలస్యంగా నిద్ర లేవడం వల్ల బ్రష్ చేయడమే మరిచిపోతూ ఉంటారు. ఇలా తరచుగా బ్రష్ చేయడం మానేస్తే అది అనేక రకాల అనారోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుంది. మన నోట్లో చాలా బ్యాక్టీరియా ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. అయితే అది ఎక్కువగా హానికరం కాదు. రోజువారీ బ్రషింగ్ ప్రోటోకాల్ బ్యాక్టీరియా స్థాయిని సరైన స్థాయిలో ఉంచుతుంది. కానీ బ్రష్ సరిగ్గా చేయకపోతేనే ఈ బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరుగుతాయి. దీంతో దంత క్షయం, చిగుళ్ల వ్యాధులు వస్తాయి. నోటి ఆరోగ్యం మన జీర్ణ, శ్వాసనాళంతో కూడా ప్రత్యక్ష సంబంధాన్ని కలిగి ఉంటుంది. మన నోట్లో అనారోగ్యకరమైన బ్యాక్టీరియా స్థాయిలు పెరగడం వల్ల అనేక గుండె జబ్బులు వస్తాయి. అలాగే ఉదర వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఉందని చెబుతున్నారు. పళ్ళు శుభ్రం చేసుకోకపోతే ఏం నష్టం రాదు అని చాలామంది అంటూ ఉంటారు. కానీ అది ఆరోగ్యానికి అసలు మంచిది కాదని చెబుతున్నారు వైద్యులు. బ్రష్ చేయకపోతే టార్టార్ అని పిలువబడే గట్టి నిక్షేపాలుగా మారడానికి కేవలం 48 గంటలు పడుతుందట. పంటి ఉపరితలంపై టార్టార్ నిక్షేపాలు ఏర్పడిన తర్వాత వాటిని బ్రష్ తో తొలగించడం కష్టమవుతుంది. ఫలితంగా దంతాల ఉపరితలంపై ఎక్కువ నిక్షేపాలు పేరుకుపోతాయి. ఈ నిక్షేపాలు దంతాల నిర్మాణాన్ని బలహీనపరచడం ప్రారంభిస్తాయి. అలాగే నోట్లో నుంచి చెడు వాసన వస్తుంది. అలాగే అవి ఇతర చిగుళ్ల వ్యాధులకు కూడా కారణమవుతాయి. బ్రష్ చేయకపోతే పళ్ళపై పాచి పేరుకుపోయి పళ్ళు అందవిహీనంగా మారిపోయి నోటి దుర్వాసన ఎక్కువగా వస్తుంది. సలహా అనారోగ్యకరమైన నోరు శరీరంలో మంటకు దారితీస్తుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి అస్సలు మంచిది కాదు. అలాగే ఇది మెదడు వాపు, మెదడు కణాల నష్టానికి దారితీస్తుంది. ఇది చిత్త వైకల్యానికి దారితీస్తుందని చెబుతున్నారు. నోరు శుభ్రం చేసుకోకపోతే జీర్ణ సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయట. కాబట్టి ప్రతిరోజు కనీసం రెండుసార్లు అయినా బ్రష్ చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. అలాగే తిన్న తర్వాత నోరు పుక్కిలించడం అలవాటు చేసుకోవాలని చెబుతున్నారు. తీపి పదార్థాలు చిన్న ఆహారం తిన్న నోరు పుక్కిలించడం వల్ల పంటి మధ్య ఇరుక్కున్న చిన్నచిన్న ఆహార పదార్థాలు వెళ్లిపోతాయని చెబుతున్నారు. ఇలా చేయకపోతే నోట్లో బ్యాక్టీరియా పెరిగే పంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు కూడా ఉంటాయని చెబుతున్నారు. కాబట్టి ప్రతి రోజు బ్రష్ చేయడం అన్నది తప్పనిసరి.

పొడి దగ్గుతో ఇబ్బంది పడుతున్నారా..!



మామూలుగా చాలా మందికి సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. పొడి దగ్గు కేవలం చలికాలంలో మాత్రమే మనకు ఎక్కువగా వస్తూ ఉంటుంది.కానీ కొంతమందికి మాత్రం సీజన్ తో సంబంధం లేకుండా ఈ పొడి దగ్గు సమస్య ఇబ్బంది పెడుతుంటుంది. ఈ పొడి దగ్గు కారణంగా సరిగ్గా నిద్ర పట్టక గొంతు మొత్తం ఇన్ఫెక్షన్ అయ్యి చాలా ఇబ్బంది పెడుతూ ఉంటుంది. అయితే ఈ పొడి తగ్గించుకోవడం కోసం రకరకాల మెడిసిన్స్ ని యూజ్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు హోమ్ రెమెడీస్ ని కూడా ఫాలో అవుతూ ఉంటారు. మీరు కూడా సింపుల్ చిట్కాలను ఉపయోగించి ఈ పొడి దగ్గు సమస్యకు చెక్ పెట్టండి. అందుకోసం ఏం చేయాలి అన్న విషయాన్ని వస్తే.. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి, పసుపు పాలు బాగా పనిచేస్తాయి. మరుగుతున్న పాలలో పసుపు పొడి, ఎండుమిర్చి, అల్లం తేనె కలపాలి. పొడి దగ్గును నయం చేయడానికి దీనిని గోరు వెచ్చని వేడిగా త్రాగడం మంచిది. ఈ పదార్థాల వార్మింగ్ లక్షణాలు పొడి దగ్గు వల్ల కలిగే అసౌకర్యాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే, పసుపులో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడంలో సహాయపడుతుంది. తేనెను జోడించడం వల్ల తీపి, గొంతు ఉపశమన ప్రయోజనాలు కలిగిస్తాయి. మరొక రెమిడి విషయానికొస్తే.. ఒక పాత్రలో నీటిని తీసుకుని, నిమ్మరసం,పుదీనా వేసి, ఈ మిశ్రమాన్ని మరిగించి బాగా వడకట్టాలి. తర్వాత తేనె వేసి బాగా కలపాలి. ఈ నీటిని తాగడం వల్ల గొంతులో మంటను తగ్గించడంతో పాటు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. నిమ్మ, పిప్పరమెంట్, నిమ్మ,తేనెలోని యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు నొప్పిని తగ్గించి, నయం చేస్తాయని చెబుతున్నారు. అదేవిధంగా అల్లం నీరు కూడా గొంతు నొప్పిని, పొడి దగ్గుని తగ్గించడంలో ఎంతో బాగా ఉపయోగపడుతుందట. ఇందుకోసం అల్లం తులసి ఆకులను బాగా మరిగించి అందులో తేనె కలిపి గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడే తాగాలని చెబుతున్నారు. ఇది యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ , యాంటీమైక్రోబియల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది గొంతు నొప్పిని నయం చేయడానికి , గొంతు చికాకును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందట.

హంసకలం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

నేడు విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం

వలిగొండ, ఆగస్టు 26 : (దేశ టైమ్స్)

మండలంలోని వివిధ సబ్ స్టేషన్ లలో మరమ్మతులు చేపడుతున్న సందర్భంగా ప్రజలకు, రైతులకు విద్యుత్ సరఫరాలో అంతరాయం ఏర్పడుతుంది.గొల్నేపెల్లి సబ్ స్టేషన్ పరిధిలోని గొల్నేపెల్లి, జాలుకాలువ, నాగారం, వలిగొండ సబ్ స్టేషన్ పరిధిలోని అక్కంపల్లి, నాతాళ్ళగూడెం, లింగరాజుపల్లి, మల్లెపెల్లి, లోతుకుంట, రెడ్లరేపాక సబ్ స్టేషన్ పరిధిలోని రెడ్లరేపాక, దాసిరెడ్డిగూడెం, వేములకొండ సబ్ స్టేషన్ పరిధిలోని వేములకొండ, వెంకటాపురం, చిత్తాపురం, ముద్దాపురం, దుప్పెల్లి గ్రామాలకు నేడు విద్యుత్ సరఫరా మధ్యాహ్నం 1గంట నుండి 5 గంటల వరకు నిలిపివేయడం జరుగుతుందని, విద్యుత్ వినియోగదారులు మరియు రైతులు సహకరించాలని విద్యుత్ ఏఈ నర్సింహా బుధవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.

సెర్వైకల్ నొప్పితో బాధపడుతున్నారా?

ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. ఈ డిజిటల్ యుగంలో చాలా మంది గంటల తరబడి కంప్యూటర్, ల్యాప్‌టాప్ లేదా మొబైల్‌పై పని చేస్తారు. దీని వల్ల మెడ, భుజాలపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది. ఈ కారణంగా చాలా మంది సెర్వైకల్ స్పాండిలైటిస్ లేదా మెడ నొప్పి సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. మెడలో బిగుసుకుపోవడం, భుజాలలో ఒత్తిడి, తలనొప్పి, వీపు నొప్పి వంటివి సెర్వైకల్ లక్షణాలుగా ఉండవచ్చు. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గించడానికి మీరు కొన్ని వ్యాయామాల సహాయం తీసుకోవచ్చు. ఈ వ్యాయామం మెడ బిగుసుకుపోవడాన్ని తగ్గిస్తుంది. కండరాలను సడలిస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి నిటారుగా కూర్చోండి లేదా నిలబడండి. ఆ తర్వాత మెడను నెమ్మదిగా ముందుకు వంచండి. ఆపై వెనుకకు వంచండి. ఈ ప్రక్రియను 5 నుండి 10 సార్లు చేయండి. దీని వల్ల సెర్వైకల్ నొప్పి తగ్గవచ్చు. ఇది మెడ సౌలభ్యాన్ని పెంచుతుంది. రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. ఈ వ్యాయామం చేయడానికి తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు తిప్పండి. కొన్ని సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆ తర్వాత తలను ఎడమ వైపుకు తిప్పండి. రెండు దిశలలో ఒక్కొక్కటి 5 సార్లు చేయండి. ఇది మెడ పక్కని కండరాలకు ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. తలను నెమ్మదిగా కుడి వైపుకు వంచండి (చెవిని భుజం వైపు తీసుకురండి). 10 సెకన్ల పాటు ఆపండి. ఆపై ఎడమ వైపుకు పునరావృతం చేయండి. ఈ ప్రక్రియను 3-4 సార్లు చేయండి. ఈ భంగిమ మీ మెడ స్థానాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. సెర్వైకల్ నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. దీన్ని చేయడానికి మీ వీపు, మెడను నిటారుగా ఉంచండి. ఆపై గడ్డాన్ని మెడ వైపు నెమ్మదిగా లోపలికి లాగండి. 5 సెకన్ల పాటు ఆపి, ఆ తర్వాత సాధారణ స్థితికి తిరిగి వెళ్లండి. దీన్ని 10 సార్లు పునరావృతం చేయండి.

బీపీతో ఇబ్బందిపడుతున్నారా?

రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అరటిపండు.. ప్రతి సీజన్‌లో ప్రతిచోటా సులభంగా లభించే పండు. ఇది ఒక సూపర్ ఫుడ్. వైద్యుల నుండి డైటీషియన్ల వరకు అందరూ రోజూ తినాలని సిఫార్సు చేస్తారు. ముఖ్యంగా బిపి రోగులకు ఇది ఒక దివ్యౌషధం లాంటిది. బీపీ రోగులు రోజూ ఒక అరటిపండు తినాలని వైద్యులు సలహా ఇస్తారు. వైద్యులు ఇచ్చిన ఈ చిన్న సలహా అధిక రక్తపోటు రోగుల జీవితాన్ని మార్చగలదు. అయితే బీపీ ఉన్నవారికి అరటిపండు ఎందుకు అంత ప్రత్యేకమైనదో? అరటిపండులో పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది సోడియంను సమతుల్యం చేస్తుంది. రక్తపోటును సహజంగా నియంత్రిస్తుంది. అధిక బీపీకి పొటాషియం సహజ శత్రువు అని వైద్యులు అంటున్నారు. ఒక మధ్య తరహా అరటిపండులో దాదాపు 422ఎగ్రా పొటాషియం ఉంటుంది. అమెరికన్ జర్నల్ ఆఫ్ ఫిజియాలజీ-రీనల్ ఫిజియాలజీలో ప్రచురితమైన ఒక కొత్త అధ్యయనంలో అధిక పొటాషియం తీసుకోవడం అనుకరణ కాలియురేసిస్, నాట్రియురేసిస్, బీపీని గణనీయంగా తగ్గిస్తుందని కనుగొంది. ఎక్కువ సోడియంతో కూడా ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. రక్తపోటు రోగులు తరచుగా బలహీనతను అనుభవిస్తారు. అలాంటి సమయాల్లో అరటిపండు శరీరానికి ఫ్రక్టోజ్, గ్లూకోజ్ వంటి సహజ చక్కెర ద్వారా శక్తిని అందిస్తుంది. అది కూడా ఎటువంటి దుష్ప్రభావాలు లేకుండా. అందుకే దీనిని సూపర్ ఫుడ్ అని పిలుస్తారు. బీపీ రోగులకు ఇది ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. అరటిపండును ఒక పరిపూర్ణ ఆరోగ్య చిరుతిండిగా పరిగణిస్తారు. అరటిపండు రుచికరమైనది మాత్రమే కాదు తక్కువ కేలరీలు, అధిక పోషకాలు కలిగిన పండు కూడా. మీరు దీన్ని ఉదయం ఎప్పుడైనా తినవచ్చు. స్నాక్స్ సమయంలో లేదా నడక తర్వాత. దీనివల్ల శరీరానికి మంచి శక్తి, పోషకాలు లభిస్తాయి. అరటిపండ్లలో ఉండే విటమిన్ బి6, మెగ్నీషియం రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తాయి. ఒత్తిడిని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక అరటిపండు తినడం వల్ల మనసు కూడా రిలాక్స్‌గా ఉంటుంది. దీనివల్ల అనేక సమస్యల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. అరటిపండులో ఉండే డైటరీ ఫైబర్ రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడటమే కాకుండా కొలెస్ట్రాల్‌ను సమతుల్యం చేస్తుంది. ఇది మీ గుండె ఆరోగ్యానికి బూస్టర్‌గా కూడా పనిచేస్తుంది.

ఇందిరమ్మ ఇళ్లకు లక్కీ డ్రా.. 28 నుంచి ఫ్లాట్ల కేటాయింపు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

సచివాలయంలో హౌసింగ్ శాఖ ఉన్నతాధికారులతో నిర్వహించిన సమీక్ష అనంతరం ఆయన వివరాలు వెల్లడించారు.తొలి విడతలో 15 నియోజకవర్గాల్లో రూ.807.40 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో ఇందిరమ్మ టవర్స్ నిర్మిస్తున్నామని, దీనికి సంబంధించి టెండర్ల ప్రక్రియ పూర్తయిందని మంత్రి తెలిపారు. మొత్తం 60,720 దరఖాస్తులు రాగా, క్షుణ్ణంగా పరిశీలించి 40,900 మందిని అర్హులుగా, 19,820 మందిని అనర్హులుగా గుర్తించామన్నారు. అనర్హతకు గల కారణాలను వెబ్‌సైట్‌లో అందుబాటులో ఉంచినట్లు చెప్పారు. ఎంపిక కానివారికి ఈఎండీ రూ.10 వేలను వారి ఖాతాల్లో జమ చేస్తామని స్పష్టం చేశారు.ఆగస్టు 28 నుంచి 31 వరకు వివిధ ప్రాంతాల్లో లక్కీ డ్రా నిర్వహించనున్నట్లు మంత్రి షెడ్యూల్ ప్రకటించారు. 28న కొకూర్, పాటిగడ్డ, జల్‌పల్లి, కుల్సుంపురలో, 29న జూబ్లీహిల్స్ ఎమ్మెల్యే కాలనీ, బోయిన్‌పల్లి వంటి ప్రాంతాల్లో, 30న గాజుల రామారం, అంబర్‌పేట, 31న రాయదుర్గం, కేపీహెచ్‌బీ కాలనీలలో డ్రా ఉంటుందని వివరించారు. అంతేకాకుండా, మరో నాలుగు నియోజకవర్గాల్లో కొత్తగా ఇందిరమ్మ టవర్స్ నిర్మాణానికి స్థలాలను ఎంపిక చేశామని మంత్రి పొంగులేటి వెల్లడించారు. ఎల్‌బీనగర్, గోషామహల్, ముషీరాబాద్, చాంద్రాయణగుట్ట నియోజకవర్గాల్లో మొత్తం 1,920 ఇళ్లు నిర్మించనున్నట్లు తెలిపారు. వీటికి సెప్టెంబరు 3 లోపు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని సూచించారు.

కోదాడలో బస్సు ప్రమాదం.. స్పందించిన మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తీవ్ర దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఈ దుర్ఘటనలో పలువురు ప్రాణాలు కోల్పోవడం అత్యంత బాధాకరమని పేర్కొన్న ఆయన, ఈ మేరకు 'ఎక్స్' వేదికగా స్పందించారు.మృతుల కుటుంబాలకు కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు. బాధిత కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా అండగా ఉంటుందని ఈ సందర్భంగా ఆయన హామీ ఇచ్చారు. ప్రమాదంలో గాయపడిన వారికి తక్షణమే మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించాలని అధికారులను ఆదేశించినట్లు వెల్లడించారు. మృతుల ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని, క్షతగాత్రులు త్వరగా కోలుకోవాలని భగవంతుడిని ప్రార్థిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.సూర్యాపేట జిల్లాలో బుధవారం తెల్లవారుజామున ఈ ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం చోటుచేసుకుంది. హైదరాబాద్ - విజయవాడ జాతీయ రహదారిపై నిలిపి ఉంచిన కంటైనర్ ట్రక్కును ఒక ప్రైవేటు బస్సు వెనుక నుంచి బలంగా ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో ఐదుగురు మహిళలతో సహా మొత్తం ఆరుగురు అక్కడికక్కడే మృతి చెందగా, మరో 20 మందికి పైగా ప్రయాణికులు గాయపడ్డారు. ఈ ఘటనపై మంత్రి తీవ్రంగా స్పందించారు.కోదాడ మండలం ద్వారకుంట వద్ద ఈ ప్రమాదం జరిగింది. ప్రమాద సమయంలో బస్సు సుమారు 42 మంది ప్రయాణికులతో హైదరాబాద్ నుంచి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని ఏలూరుకు వెళుతోంది. ఇనుప రాడ్ల లోడుతో ఉన్న కంటైనర్‌ను బస్సు వేగంగా ఢీకొట్టడంతో, ఆ రాడ్లు బస్సు ముందు భాగంలోకి చొచ్చుకువచ్చాయి. ఫలితంగా డ్రైవర్ క్యాబిన్‌తో పాటు ముందు వరుసలోని ప్రయాణికుల సీట్లు పూర్తిగా ధ్వంసమయ్యాయి. పలువురు ప్రయాణికులు బస్సులోనే ఇరుక్కుపోయి ప్రాణాలు కోల్పోవడం విషాదం నింపింది.

మీ ఆరోగ్యం మీ చేతుల్లోనే

శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయి పెరిగినప్పుడు అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంటుంది. ఈ సమస్యలు ముఖ్యంగా ఆర్థరైటిస్, కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధుల రూపంలో కనిపిస్తాయి. అధిక యూరిక్ యాసిడ్ కారణంగా జాయింట్లలో నొప్పులు, వాపులు మొదలవుతాయి. గ్రీన్ కలర్ ఫుడ్స్ దినచర్యలో భాగం చేస్తే ఈ సమస్యను సహజంగా నివారించవచ్చు. పాలకూరలో శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇందులో ఉన్న మెగ్నీషియం శరీరంలో యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. పాలకూరను రోజూ తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలమైన పోషకాలు అందించడమే కాక.. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సహాయపడుతుంది.పచ్చి బఠానీలలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది.. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని అందిస్తుంది. వీటిలో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరాన్ని డిటాక్స్ చేయడంలో తోడ్పడతాయి. గౌట్ వంటి సమస్యలను తగ్గించడానికి ఈ బీన్స్ చాలా ఉపయోగపడతాయి.గ్రీన్ టీ శరీరంలోని హానికరమైన వ్యర్థాలను బయటకు పంపడంలో సహాయపడుతుంది. ఈ టీలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఆహ్లాదకరమైన రుచి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిలను తగ్గించడంలో తోడ్పడతాయి. ప్రతిరోజూ ఒక కప్పు గ్రీన్ టీ తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందవచ్చు. సెలరీలో ఉన్న పోషకాలు మూత్రపిండాల పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో ఈ ఆకుకూర సహాయపడుతుంది. అవకాడోలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు అధికంగా ఉంటాయి. ప్యూరిన్లు సమతుల్యంగా ఉంటాయి. ఇది శరీరంలోని హానికరమైన పదార్థాలను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. కాబట్టి ఆస్పరాగస్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం మంచిది.గ్రీన్ బీన్స్ లో ప్యూరిన్లు తక్కువగా ఉంటాయి.. అందుకే ఇవి యూరిక్ యాసిడ్ స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

పిల్లల్లో జింక్ లోపం నష్టాలు...

ప్రతి తల్లిదండ్రులకి వారి పిల్లలే ఒక ప్రపంచంగా భావిస్తూ, వారు పడిన కష్టం వారి పిల్లలు పడకూడదు అంటు,వారికి ఏమి ఇష్టమైతే ఆట వస్తువులు కొనివ్వడం,ఇష్టమైన ఆహారాలను అతిగా ఇవ్వడం, సరైన క్రమశిక్షణలో పెట్టకపోవడం వంటి వాటి వల్ల సమాజానికి ఎంత హాని కలుగుతుందో అంతే మోతాదులో వారి ఆరోగ్యం కూడా దెబ్బతింటుందని గ్రహించలేకపోతున్నారు. పిల్లలకు పోషకాహార లోపాలలో తలెత్తడం వాళ్ళ వారి ఆరోగ్యం రోజురోజుకి క్షీణిస్తోందని వైద్య నిపుణులు కూడా హెచ్చరిస్తూ ఉన్నారు.మరి ముఖ్యంగా 10 మందిలో 6 మంది పిల్లలు జింక్ లోపాలతో బాధపడుతున్నారని,దాని వల్ల చాలా అనారోగ్యాలు కలుగుతాయని హెచ్చరిస్తున్నారు కూడా. రోగనిరోధక వ్యవస్థ దెబ్బ తినడం. : పిల్లలు తినే ఆహారాల్లో జింకు లోపం వల్ల,రోగాలకు కారణమైన బ్యాక్టీరియా మరియు ఫంగస్ తో సైనికుడిలా పోరాడే రోగనిరోధక వ్యవస్థ దెబ్బతింటుందని చాలా పరిశోదనాల్లో కూడా తేలింది.కావున ఇమ్యూన్ సిస్టమ్ సరిగా పని చేసేందుకు జింక్ అధికంగా ఉన్న గుమ్మడి కాయ,గుమ్మడి గింజలు,బాదాం,పాలు, అరటిపండు వంటి ఆహారాలను అధికంగా ఇవ్వడం అలవాటు చేయండి. బ్లడ్ క్లాటింగ్ అవకపోవడం..: పిల్లలు తరుచూ దెబ్బలు తగిలించుకుంటూనే ఉంటారు.కొంతమందికి బ్లడ్ కొంతసేపు వచ్చి,గాయం దగ్గర బ్లడ్ క్లాట్ అవుతుంది.కానీ జింక్ లోపం కలవారికి బ్లడ్ గడ్డ కట్టకుండా,దారాలంగా రక్తం వస్తూనే ఉంటుంది. రక్తహీనత ఏర్పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.కావున పిల్లలకు బ్లడ్ క్లాటింగ్ సక్రమంగా జరగాలంటే జింకు ఉన్న ఆహారాలు ఎక్కువగా ఇవ్వడం చాలా అవసరం.

కొలంబో టెస్టు: ముందే ముగిసిన నాలుగో రోజు ఆట.. విజయానికి చేరువలో టీమిండియా

కొలంబోలో టీమిండియా–శ్రీలంక రెండో టెస్టు

లంకను ఫాలో ఆన్ కు దించిన భారత్

నాలుగో రోజు వర్షంతో ముందే ముగిసిన ఆట

రెండో ఇన్నింగ్స్ లో శ్రీలంక 229/6

ఆతిథ్య జట్టుకు 16 పరుగుల స్వల్ప ఆధిక్యం

భారత్, శ్రీలంక మధ్య కొలంబో వేదికగా జరుగుతున్న రెండో టెస్టు మ్యాచ్ ఉత్కంఠభరిత దశకు చేరుకుంది. అయితే, కీలకమైన నాలుగో రోజు ఆటలో వర్షం పదేపదే అంతరాయం కలిగించడంతో అంపైర్లు ఆటను ముందుగానే రద్దు చేశారు. ఆట ముగిసే సమయానికి, ఫాలోఆన్ ఆడుతున్న శ్రీలంక రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో 6 వికెట్ల నష్టానికి 229 పరుగులు చేసింది. ప్రస్తుతం 16 పరుగుల స్వల్ప ఆధిక్యంలో ఉన్నప్పటికీ, మ్యాచ్ పూర్తిగా భారత్ నియంత్రణలో ఉంది.నాలుగో రోజు ఉదయం శ్రీలంక తొలి ఇన్నింగ్స్‌ను 290 పరుగుల వద్ద ముగించిన భారత్, వెంటనే ఫాలోఆన్ ఇచ్చింది. తొలి ఇన్నింగ్స్‌తో పోలిస్తే రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో శ్రీలంక బ్యాటర్లు మెరుగైన ఆటతీరు కనబరిచారు. ముఖ్యంగా, మరోసారి అద్భుతంగా ఆడిన పసిందు సూరియబండార (92), కమిందు మెండిస్ (55) భారత బౌలర్లను సమర్థంగా ఎదుర్కొన్నారు. ఈ ఇద్దరూ మూడో వికెట్‌కు కీలకమైన భాగస్వామ్యాన్ని నెలకొల్పి, శ్రీలంకకు మంచి ఆధిక్యం అందించేలా కనిపించారు. వీరి నిలకడతో శ్రీలంక శిబిరంలో ఆశలు చిగురించాయి.అయితే, దూకుడుగా ఆడే క్రమంలో కమిందు మెండిస్ చేసిన ఒక పొరపాటు మ్యాచ్‌ను మలుపు తిప్పింది. ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ బౌలింగ్‌లో అనవసర షాట్‌కు ప్రయత్నించి స్క్వేర్ లెగ్ వద్ద గాల్లోకి బంతిని లేపాడు. అక్కడ ఫీల్డింగ్ చేస్తున్న శుభ్‌మన్ గిల్ వెనక్కి పరుగెత్తుతూ అద్భుతమైన క్యాచ్ అందుకోవడంతో శ్రీలంక పతనం ప్రారంభమైంది. ఆ వికెట్ పడిన తర్వాత టీమిండియా పూర్తి ఆధిపత్యం ప్రదర్శించింది. కొద్దిసేపటికే, సెంచరీకి చేరువలో ఉన్న సూరియబండారను మానవ్ సుతార్ పెవిలియన్ చేర్చాడు. ఆ తర్వాత వచ్చిన కెప్టెన్ ధనంజయ డి సిల్వా (23), నిరోషన్ డిక్వెల్లా (6) కూడా ఎక్కువసేపు నిలవలేకపోయారు. వర్షం కారణంగా ఆట నిలిపివేసే సమయానికి, సోనల్ దినుషా (7), కేశర నువంత (3) క్రీజులో ఉన్నారు. మరో 8 ఓవర్లలో కొత్త బంతి అందుబాటులోకి రానుండటం భారత బౌలర్లకు మరింత అనుకూలించే అంశం. ఐదో రోజు వర్షం ముప్పు ఉన్నప్పటికీ, వాతావరణం అనుకూలిస్తే మ్యాచ్ ఫలితం తేలడం ఖాయం. ఈ మ్యాచ్‌లో గెలవాలంటే భారత్ మరో 4 వికెట్లు పడగొట్టి, ఆపై లక్ష్యాన్నిఛేదించాల్సి ఉంటుంది. బౌలర్లలో మానవ్ సుతార్ రెండు వికెట్లు తీయగా, సిరాజ్, ప్రసిద్ధ్, జడేజా, సారాంశ్ జైన్ తలో వికెట్ సాధించారు.

వరల్డ్ నంబర్ వన్ బౌలర్‌గా స్టార్క్.. రెండోస్థానానికి పడిపోయిన బుమ్రా

తాజా ర్యాంకులు విడుదల చేసిన ఐసీసీ

టెస్ట్ బౌలింగ్‌లో తొలిసారి నెం.1గా నిలిచిన మిచెల్ స్టార్క్

బంగ్లాదేశ్‌పై ప్రదర్శనతో స్టార్క్‌కు కెరీర్‌లో తొలిసారి అగ్రస్థానం

శ్రీలంక సిరీస్‌కు బుమ్రా దూరం కావడం ర్యాంక్‌పై చూపిన ప్రభావం

టెస్ట్ ఆల్–రౌండర్ల జాబితాలో రవీంద్ర జడేజా అగ్రస్థానం పదిలం

అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కౌన్సిల్ (ఐసీసీ) బుధవారం విడుదల చేసిన తాజా టెస్ట్ ర్యాంకింగ్స్‌లో కీలక మార్పులు చోటుచేసుకున్నాయి. బౌలింగ్ విభాగంలో భారత స్టార్ పేసర్ జస్ప్రీత్ బుమ్రా ఆధిపత్యానికి తెరదించుతూ ఆస్ట్రేలియా ఫాస్ట్ బౌలర్ మిచెల్ స్టార్క్ తొలిసారిగా నంబర్ వన్ స్థానాన్ని కైవసం చేసుకున్నాడు. అదే సమయంలో, భారత వికెట్ కీపర్ బ్యాటర్ రిషభ్ పంత్ బ్యాటింగ్ జాబితాలో ఆరు స్థానాలు ఎగబాకి ఏడో ర్యాంకుకు చేరుకున్నాడు.బంగ్లాదేశ్‌తో జరిగిన రెండో టెస్టులో మిచెల్ స్టార్క్ కనబరిచిన అద్భుత ప్రదర్శనే అతడికి ఈ అగ్రస్థానాన్ని అందించింది. ఆ మ్యాచ్‌లో మొత్తం 10 వికెట్లు పడగొట్టడం ద్వారా స్టార్క్ రెండు స్థానాలు మెరుగుపరుచుకున్నాడు. దీంతో అప్పటివరకు అగ్రస్థానంలో ఉన్న బుమ్రాతో పాటు న్యూజిలాండ్ బౌలర్ మ్యాట్ హెన్రీని అధిగమించాడు. మరోవైపు, శ్రీలంకతో జరుగుతున్న ఐసీసీ వరల్డ్ టెస్ట్ ఛాంపియన్‌షిప్ సిరీస్‌కు బుమ్రా దూరంగా ఉండటం అతని ర్యాంకింగ్‌పై ప్రభావం చూపింది. ఈ మార్పులతో బుమ్రా రెండో స్థానానికి, హెన్రీ మూడో స్థానానికి పడిపోయారు. 36 ఏళ్ల స్టార్క్‌కు తన 15 ఏళ్ల సుదీర్ఘ టెస్ట్ కెరీర్‌లో నంబర్ వన్ ర్యాంక్ అందుకోవడం ఇదే మొదటిసారి. ఎక్కువ కాలం టాప్ 10లో ఉన్నప్పటికీ, అగ్రపీఠాన్ని ఎన్నడూ చేరలేదు. బౌలింగ్ జాబితాలో ఆస్ట్రేలియా కెప్టెన్ పాట్ కమిన్స్ ఒక స్థానం మెరుగుపరుచుకుని నాలుగో ర్యాంకుకు, స్పిన్నర్ నాథన్ లైయన్ రెండు స్థానాలు ఎగబాకి పదో స్థానంలో నిలిచారు.ఇక బ్యాటింగ్ ర్యాంకింగ్స్‌లో రిషభ్ పంత్ దూకుడు ప్రదర్శించాడు. గాలెలో శ్రీలంకతో జరిగిన తొలి టెస్టు రెండో ఇన్నింగ్స్‌లో మెరుపు అర్ధశతకం సాధించడంతో ఏకంగా ఆరు స్థానాలు ఎగబాకి సంయుక్తంగా ఏడో ర్యాంకులో నిలిచాడు. బ్యాటింగ్ జాబితాలో తొలి నాలుగు స్థానాల్లో ఎలాంటి మార్పు లేదు. ఇంగ్లండ్ ఆటగాళ్లు హ్యారీ బ్రూక్, జో రూట్ తొలి రెండు స్థానాల్లో కొనసాగుతుండగా, ఆసీస్ బ్యాటర్లు స్టీవ్ స్మిత్, ట్రావిస్ హెడ్ వరుసగా మూడు, నాలుగు స్థానాల్లో ఉన్నారు. భారత్ బ్యాటర్ కేఎల్ రాహుల్ కూడా ఐదు స్థానాలు మెరుగుపరుచుకుని 30వ ర్యాంకుకు చేరుకున్నాడు. ఆల్–రౌండర్ల జాబితాలో భారత సీనియర్ ఆటగాడు రవీంద్ర జడేజా తన అగ్రస్థానాన్ని పదిలంగా ఉంచుకున్నాడు. ఇదే జాబితాలో పాట్ కమిన్స్ ఒక స్థానం మెరుగుపరుచుకుని ఏడో స్థానానికి చేరుకున్నాడు.

ఇలా అయితే 'మళ్లీ అదే తప్పు చేస్తారు'.. జైస్వాల్-ఫెర్నాండో వివాదంపై మంజ్రేకర్ ఫైర్

భారత యువ ఓపెనర్ యశస్వి జైస్వాల్, శ్రీలంక పేసర్ అసిత ఫెర్నాండో మధ్య జరిగిన వివాదంపై మాజీ క్రికెటర్ సంజయ్ మంజ్రేకర్ స్పందించారు. ఆటగాళ్ల తప్పిదాలపై తేలికగా వ్యవహరిస్తే.. వారు మళ్లీ అదే ప్రవర్తనకు పాల్పడే అవకాశం ఉందని అన్నారు. ఇలాంటి ఘటనలు ఆటకు, ముఖ్యంగా ఆటగాళ్ల భవిష్యత్తుకు మంచిది కాదని పేర్కొన్నారు.కొలంబోలో జరిగిన రెండో టెస్టులో జైస్వాల్ ఔటైన తర్వాత ఫెర్నాండోతో వాగ్వాదానికి దిగారు. ఈ క్రమంలో జైస్వాల్ హెల్మెట్ ఫెర్నాండో నుదుటికి తగిలింది. ఘటనపై అంతర్జాతీయ క్రికెట్ మండలి ఇద్దరు ఆటగాళ్లకు మ్యాచ్ ఫీజులో 25 శాతం జరిమానా విధించింది. ఒక్కొక్కరికి ఒక డీమెరిట్ పాయింట్ కూడా ఇచ్చింది.ఈ వ్యవహారంపై మంజ్రేకర్ సోషల్ మీడియాలో స్పందించారు. వైభవ్ సూర్యవంశీ ఘటనను కూడా ప్రస్తావిస్తూ ఐసీసీ, బీసీసీఐను ఉద్దేశించి వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఆటగాళ్లను ఇలాంటి ప్రవర్తన నుంచి తప్పించుకుంటూ పోతే.. అదే పని మళ్లీ చేసేలా ప్రోత్సహించినట్టవుతుందని అన్నారు.ఇటీవల శ్రీలంక 'ఏ'తో మ్యాచ్ సందర్భంగా 15 ఏళ్ల వైభవ్ సూర్యవంశీ కూడా వివాదంలో చిక్కుకున్నాడు. శ్రీలంక 'ఏ' ఆటగాడు విషెన్ హలంబగేతో అతడు భౌతిక ఘర్షణకు దిగాడు. అప్పట్లో మంజ్రేకర్ ఈ ఘటనను తీవ్రంగా తప్పుబట్టారు. తాను ఇండియా 'ఏ' మేనేజ్‌మెంట్‌లో ఉంటే తదుపరి మ్యాచ్‌కు వైభవ్‌ను తప్పించేవాడినని చెప్పారు. జైస్వాల్ కూడా తనపై వచ్చిన విమర్శలకు స్పందించాడు. వ్యాఖ్యాత హర్ష భోగ్లే ఈ ఘటనపై ఇన్‌స్టాగ్రామ్‌లో మాట్లాడిన తర్వాత జైస్వాల్ స్పందిస్తూ.. అసలు ఏం జరిగిందో తెలియకుండా తీర్పు ఇవ్వొద్దని కోరాడు. ఎవరైనా హద్దు దాటితే భారత్ పోరాడుతుందని, తగిన సమాధానం ఇస్తుందని వ్యాఖ్యానించాడు.

అదరగొట్టిన భువీ.. యూపీ లీగ్‌లో లక్నో హవా

యూపీ టీ20 లీగ్ 2026లో లక్నో ఫాల్కన్స్ జోరు కొనసాగుతోంది. భారత సీనియర్ పేసర్, కెప్టెన్ భువనేశ్వర్ కుమార్ తన పదునైన బౌలింగ్‌తో మరోసారి మాయ చేయడంతో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ కాశీ రుద్రాస్‌పై లక్నో ఫాల్కన్స్ 6 వికెట్ల తేడాతో ఘన విజయం సాధించింది. ఆలస్యంగా ప్రారంభమైన ఈ మ్యాచ్‌లో లక్నోకు ఇది వరుసగా మూడో గెలుపు కావడం విశేషం. రెండు రోజుల వ్యవధిలో కాశీ జట్టుపై లక్నోకి ఇది రెండో విజయం.లక్నోలోని ఏకానా క్రికెట్ స్టేడియంలో జరిగిన ఈ మ్యాచ్‌లో టాస్ గెలిచిన లక్నో ఫాల్కన్స్ బౌలింగ్ ఎంచుకుంది. కెప్టెన్ భువనేశ్వర్ కుమార్ ఆరంభంలోనే అద్భుత స్పెల్‌తో చెలరేగాడు. పవర్‌ప్లేలోనే మూడు కీలక వికెట్లు పడగొట్టి కాశీ రుద్రాస్ టాప్ ఆర్డర్‌ను కుప్పకూల్చాడు. దీంతో కాశీ జట్టు 28 పరుగులకే 3 వికెట్లు కోల్పోయి పీకల్లోతు కష్టాల్లో పడింది. ఈ దశలో శుభమ్ చౌబే (32 బంతుల్లో 46) ఒంటరి పోరాటంతో కాశీ జట్టు కాస్త కోలుకుంది. అయితే, మరో పేసర్ అభినందన్ సింగ్ (3/16) మిడిల్, లోయర్ ఆర్డర్‌ను దెబ్బతీయడంతో కాశీ రుద్రాస్ 19.1 ఓవర్లలో 126 పరుగులకే ఆలౌట్ అయింది. భువనేశ్వర్ 20 పరుగులిచ్చి 3 వికెట్లు తీశాడు.127 పరుగుల స్వల్ప లక్ష్యంతో బరిలోకి దిగిన లక్నో ఫాల్కన్స్‌కు ఓపెనర్ మహమ్మద్ సైఫ్ (8 బంతుల్లో 17) మంచి ఆరంభాన్ని ఇచ్చాడు. అయితే, కాశీ బౌలర్ సంగమ్ సింగ్ ఒకే ఓవర్లో సైఫ్‌తో పాటు అజీత్ వర్మ (0)ను పెవిలియన్‌కు పంపి షాకిచ్చాడు. ఈ సమయంలో క్రీజులోకి వచ్చిన హిమాన్షు సింగ్ (41 బంతుల్లో 64; 9 ఫోర్లు, 2 సిక్సర్లు) దూకుడైన అర్ధశతకంతో ఛేదనను నడిపించాడు. జట్టు స్కోరు 109 వద్ద అతను ఔటయ్యేసరికే లక్నో విజయం దాదాపు ఖాయమైంది. మధ్యలో కొద్దిసేపు వర్షం ఆటంకం కలిగించినా, ఆ తర్వాత క్రీజులోకి వచ్చిన ప్రియమ్ గార్గ్, కీపర్ కార్తికేయ సింగ్ లాంఛనాన్ని పూర్తి చేశారు. లక్నో ఫాల్కన్స్ 24 బంతులు మిగిలి ఉండగానే లక్ష్యాన్ని ఛేదించింది. మ్యాచ్ అనంతరం 'ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మ్యాచ్' అవార్డు అందుకున్న భువనేశ్వర్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, "మేం టోర్నీ మొదలుపెట్టినప్పుడు పాయింట్ల పట్టికలో వెనుకబడి ఉన్నాం. కానీ గత మూడు మ్యాచ్‌లలో అద్భుతంగా ఆడాం. ఇది మాకు చాలా మంచిది, పట్టికలో పైకి వెళ్లేందుకు సాయపడింది," అని అన్నాడు. తన బౌలింగ్ ప్రణాళికపై స్పందిస్తూ, "పిచ్ బాగుంది, కొద్దిగా స్వింగ్ లభించింది. సరైన ఏరియాల్లో బంతులు వేయడమే నా ప్రాథమిక ప్రణాళిక. అదృష్టవశాత్తూ అది ఫలించింది. సాధారణంగా రెండు, మూడు బంతులకు మించి స్వింగ్ లభించదు. కానీ ఈరోజు నాకు బాగా కలిసొచ్చింది. జట్టుగా అద్భుత ప్రదర్శన చేశాం" అని వివరించాడు. తక్కువ లక్ష్యాన్ని ఛేదించేటప్పుడు ఓపెనర్లు దూకుడుగా ఆడటం ఎంతో కీలకమని, హిమాన్షు అద్భుత ఇన్నింగ్స్ ఆడాడని ప్రశంసించాడు.

హంసకలం వార్త
సంచలన తెలుగు దినపత్రిక

గర్భంతోనూ జిమ్‌లో సమంత.. ఫొటోలు వైరల్

గర్భధారణ సమయంలో తన ఫిట్‌నెస్ రొటీన్ ఎలా మారిందో నటి సమంత వెల్లడించింది. జిమ్‌లో వర్కౌట్ చేస్తున్న ఫొటోలు, వీడియోలను సోషల్ మీడియాలో పంచుకుంది. ఇన్నాళ్లూ శరీరాన్ని మరింతగా శ్రమ పెట్టేలా శిక్షణ తీసుకున్నానని.. ఇప్పుడు శరీరం చెప్పేది వినడం నేర్చుకుంటున్నానని తెలిపింది.సమంత ఎన్నో ఏళ్లుగా శక్తిని పెంచే వ్యాయామాలు చేస్తున్నట్లు చెప్పింది. గర్భధారణ సమయంలోనూ వ్యాయామం కొనసాగించేందుకు వైద్యుడి అనుమతి తీసుకున్నానని తెలిపింది. తన ట్రైనర్‌కు గర్భధారణ సమయంలో వ్యాయామాలపై ప్రత్యేక శిక్షణ ఉందని వెల్లడించింది. తన శరీరం, గత అనుభవం, గర్భధారణ పరిస్థితికి తగ్గట్టుగా వర్కౌట్స్‌లో మార్పులు చేసినట్లు వివరించింది.ప్రతి ఒక్కరి గర్భధారణ ఒకేలా ఉండదని సమంత చెప్పింది. తన వర్కౌట్స్‌ను ఇతరులు అనుసరించొద్దని సూచించింది. వ్యాయామం చేసే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించాలని.. నిపుణులైన ట్రైనర్ సాయం తీసుకోవాలని కోరింది..తాను పంచుకున్న వీడియోలో ఛాతీకి సంబంధించిన వ్యాయామం చేసింది. అయితే గతంలోలా ఎక్కువ బరువు ఎత్తడంపై కాకుండా.. శరీరం ఇచ్చే సంకేతాలను గమనించడంపైనే ఇప్పుడు దృష్టి పెట్టినట్లు చెప్పింది. కొన్ని రోజులు వ్యాయామాన్ని తగ్గిస్తున్నానని తెలిపింది.కొన్ని రోజులైతే వర్కౌట్ మొత్తం నేలపై పడుకోవడంతోనే పూర్తవుతోందని సమంత సరదాగా వ్యాఖ్యానించింది. ఇన్నేళ్లుగా తన శరీరాన్ని మరింత పని చేయడానికి సిద్ధం చేశానని.. ఇప్పుడు తక్కువ పని చేయమని శరీరం అడిగినప్పుడు దాన్ని గౌరవించడం నేర్చుకుంటున్నానని పేర్కొంది.చిన్న ప్రాణాన్ని మోస్తున్న సమయంలో లక్ష్యాలు కూడా మారిపోతాయని సమంత అభిప్రాయపడింది. తన శరీరం ఇప్పటివరకు చేసిన పనుల్లో ఇదే అత్యంత బలమైన పని కావచ్చని పేర్కొంది. సమంత 2026 జూన్‌లో తన గర్భధారణ విషయాన్ని బహిరంగంగా వెల్లడించింది. భర్త రాజ్ నిడిమోరుతో కలిసి తొలి బిడ్డకు స్వాగతం పలకబోతున్నట్లు ప్రకటించింది.

గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డును పగలగొట్టి అబద్ధం చెప్పా: ఇయాన్ మెక్‌కెల్లెన్

దిగ్గజ నటుడు సర్ ఇయాన్ మెక్‌కెల్లెన్ తన కెరీర్‌లో అందుకున్న ఏకైక గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డుకు సంబంధించి తాను చెప్పిన ఒక అబద్ధాన్ని తాజాగా వెల్లడించారు. ప్రమాదవశాత్తు ఆ పురస్కారం మెమొంటో విరిగిపోవడంతో, అది కనిపించడం లేదని నిర్వాహకులకు అబద్ధం చెప్పినట్లు ఆయన అంగీకరించారు. 1997లో "రస్పుటిన్: డార్క్ సర్వెంట్ ఆఫ్ డెస్టినీ" చిత్రంలో అద్భుత నటనకు గానూ మెక్‌కెల్లెన్ ఉత్తమ సహాయ నటుడిగా గోల్డెన్ గ్లోబ్ అవార్డును దక్కించుకున్నారు. త్వరలో ప్రసారం కానున్న 'టీ విత్ జూడీ డెంజ్ ఫీచరింగ్ సర్ ఇయాన్ మెక్‌కెల్లెన్' అనే ప్రత్యేక కార్యక్రమంలో ఆయన ఈ ఆసక్తికర సంఘటనను గుర్తుచేసుకున్నారు. దీనికి సంబంధించిన ఒక వీడియో క్లిప్ ప్రస్తుతం సామాజిక మాధ్యమాల్లో వైరల్ అవుతోంది."ఆ గోల్డెన్ గ్లోబ్ ప్రతిమను ఎలా తయారు చేశారో తెలుసుకోవాలనే కుతూహలంతో దాని కింద ఉన్న ఒక స్క్రూను విప్పాను. వెంటనే ఆ పురస్కారం ముక్కలైపోయింది. దాన్ని నేను తిరిగి అమర్చలేకపోయాను. అదే సమయంలో నా పేరును ఆ ప్రతిమపై చెక్కడం కోసం దానిని తిరిగి పంపాలని నిర్వాహకులు కోరారు. దాంతో అది కనిపించడం లేదని వారికి అబద్ధం చెప్పాల్సి వచ్చింది" అని మెక్‌కెల్లన్ వివరించారు. మెక్‌కెల్లెన్ తన సుదీర్ఘ కెరీర్‌లో అందుకున్న ఏకైక గోల్డెన్ గ్లోబ్ పురస్కారం ఇదే కావడం విశేషం. ఇదే కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న మరో ప్రముఖ నటి డేమ్ జూడీ డెంజ్ కూడా తన ఆస్కార్ అవార్డుకు సంబంధించిన ఒక పొరపాటును పంచుకున్నారు. స్కై ఆర్ట్స్ ఛానల్‌లో ఈ కార్యక్రమం త్వరలో ప్రసారం కానుంది.

యశ్ సినిమాకు కోర్టు రక్షణ.. 'టాక్సిక్'పై నెగెటివ్ ప్రచారానికి బ్రేక్

పాన్ ఇండియా స్టార్ యశ్ కథానాయకుడిగా రూపొందుతున్న 'టాక్సిక్' చిత్రానికి సంబంధించి ఒక కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ఈ సినిమాపై సోషల్ మీడియా వేదికగా సాగుతున్న తప్పుడు ప్రచారానికి అడ్డుకట్ట వేస్తూ బెంగళూరు కోర్టు తాత్కాలిక ఇంజంక్షన్ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.నిర్మాణ సంస్థ కేవీఎన్ ప్రొడక్షన్స్ దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌పై విచారణ జరిపిన అడిషనల్ సిటీ సివిల్ అండ్ సెషన్స్ కోర్టు ఈ మేరకు ఆదేశాలు వెలువరించింది. సినిమా ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీసేలా లేదా కించపరిచేలా ఎలాంటి తప్పుడు వార్తలు, కంటెంట్‌ను ప్రచురించడం, పోస్ట్ చేయడం, స్ట్రీమింగ్ లేదా షేర్ చేయకూడదని కోర్టు స్పష్టం చేసింది. ముఖ్యంగా సోషల్ మీడియా ప్లాట్‌ఫామ్ 'ఎక్స్'తో పాటు ఇతర మాధ్యమాల్లోనూ ఈ ఆంక్షలు వర్తిస్తాయని పేర్కొంది. ఈ మధ్యంతర ఉత్తర్వులు తదుపరి విచారణ తేదీ అయిన సెప్టెంబర్ 28 వరకు అమల్లో ఉంటాయని కోర్టు వెల్లడించింది. ఈ ఆదేశాలను దుర్వినియోగం చేయరాదని, నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తే ముందస్తు నోటీసు లేకుండానే ఇంజంక్షన్‌ను రద్దు చేస్తామని కోర్టు హెచ్చరించింది. సినిమాపై ఉద్దేశపూర్వకంగా తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్న వ్యక్తులకు, సంస్థలకు ఈ ఉత్తర్వులు వర్తిస్తాయని స్పష్టం చేసింది.

ధనుష్ చేతుల మీదుగా జీవీ ప్రకాశ్ 'ఇమ్మోర్టల్' ట్రైలర్.. ఆద్యంతం ఉత్కంఠ!

ప్రముఖ నటుడు, సంగీత దర్శకుడు జీవీ ప్రకాశ్ కుమార్, కయాదు లోహర్ జంటగా నటించిన హారర్ థ్రిల్లర్ 'ఇమ్మోర్టల్'. మరియప్పన్ చిన్న దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రం ట్రైలర్‌ను స్టార్ హీరో, నిర్మాత ధనుష్ బుధవారం విడుదల చేశారు. తన ఎక్స్ ఖాతాలో ట్రైలర్‌ను పంచుకుంటూ.. "ఇదిగో 'ఇమ్మోర్టల్' ట్రైలర్.. జీవీ ప్రకాశ్ కు ఆల్ ది బెస్ట్" అని చిత్ర బృందానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ట్రైలర్‌ను పరిశీలిస్తే, ఇది ఆద్యంతం ఉత్కంఠభరితంగా సాగింది. విదేశీ గిరిజన జంట తమ బిడ్డ కోసం ఎదురుచూసే సన్నివేశంతో ట్రైలర్ ప్రారంభమవుతుంది. ఆ తర్వాత కథ భారతదేశానికి మారుతుంది. ఇక్కడ మహి (జీవీ ప్రకాశ్) షేరింగ్ పద్ధతిలో ఉండటానికి ఒక గది కోసం వెతుకుతుంటాడు. ఆ సమయంలో సింధు (కయాదు లోహర్) నుంచి అతనికి ఫోన్ వస్తుంది. తాను ఒంటరిగా ఉంటున్నానని, రూమ్ మేట్ కోసం చూస్తున్నానని ఆమె చెబుతుంది. అందమైన, ధనవంతురాలైన సింధును చూసి ఇష్టపడిన మహి, వెంటనే ఆమె గదికి మారిపోతాడు. ఆమెతోనే జీవితంలో స్థిరపడాలని నిర్ణయించుకుంటాడు.అయితే, ఆ ఫ్లాట్‌లో అడుగుపెట్టినప్పటి నుంచి మహి జీవితంలో ఊహించని, భయానక సంఘటనలు చోటుచేసుకుంటాయి. ఆ పరిణామాలు అతడిని పిచ్చివాడిని చేస్తాయి. ఆశ్చర్యకరంగా, ఫ్లాట్‌లో ఏం జరుగుతుందో సింధుకు ముందే తెలిసినట్లుగా ట్రైలర్‌లో చూపించడం కథపై ఆసక్తిని మరింత పెంచుతోంది.ఇప్పటికే ఈ చిత్రానికి సెన్సార్ బోర్డు ఎలాంటి కోతలు లేకుండా 'ఖ' సర్టిఫికెట్ జారీ చేసింది. సెప్టెంబర్ 4న ఈ సినిమాను థియేటర్లలో విడుదల చేసేందుకు నిర్మాతలు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. వాస్తవానికి ఈ ఏడాది మే నెలలోనే షూటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రాన్ని అప్పుడే విడుదల చేయాలని భావించినా, కొన్ని కారణాల వల్ల వాయిదా పడింది. గతేడాది విడుదలైన టీజర్ సైతం ప్రేక్షకులను విశేషంగా ఆకట్టుకోవడంతో సినిమాపై మంచి అంచనాలు నెలకొన్నాయి. ఈ చిత్రంలో టీఎమ్ కార్తీక్, కుమార్ నటరాజన్, లొల్లు సభ మారన్, ఆదిత్య కతిర్, అర్జు మహర్జన్ వంటి వారు ఇతర కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు. అరుణ్‌కుమార్ ధనశేఖరన్ నిర్మించిన ఈ చిత్రానికి అరుణ్ రాధాకృష్ణన్ సినిమాటోగ్రఫీ అందించగా, సామ్ సీఎస్ సంగీతం సమకూర్చారు. శాన్ లోకేశ్ ఎడిటర్‌గా, శివ శంకర్ ఆర్ట్ డైరెక్టర్‌గా వ్యవహరించారు.

Edited, Printed,Published and Owned by **V. Madhusudan chary** , H. NO. 42-397 Anjaiah- Nagar, Behind Hanuman temple, ALLWYN COLONY Medchal Malkajgiri, Telangana 500037, Printed at NALIVELLI EXPRESS, PUBLISHED FROM HNo1-1A9T-10,Main road, pattikonda kurnool, Andhrapradesh 518380, Cell.No.9966555449