TEL:T/TG/2024/0814

మన వెలుగు

ప్రతి వార్త ప్రజల వైపు   తెలుగు దినపత్రిక

MANA VELUGU TELUGU DAILY

విలేఖరులు కావలెను...

మన వెలుగు తెలుగు దినపత్రికకు
ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ లోని అన్ని జిల్లాల వారిగా స్టాఫ్ రిపోర్టర్లు
మరియు నియోజకవర్గ,మండలవారిగా విలేఖరులు కావలెను,
తెలుగు భాష మీద కనీస అవగాహన కలిగివుండి, వార్తలు
రాయగలిగిన వారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును..
మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి...

నెట్ వర్క్ ఇంచార్జి సెల్ : 9533397954

పబ్లిషర్ : హైదరాబాద్   సంపుటి :01   సంచిక : 153   ఆదివారం 26-01-2025   పేజీలు :06   వేల : 05/-

ప్రతీ మండలంలో ఒక గ్రామం

- అర్హులైన వారందరకీ పథకాలు

- వీడియో కాన్ఫరెన్సులో సీఎస్ శాంతి కుమారి

హైదరాబాద్, జనవరి 25 : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అత్యంత ప్రతిష్టాత్మక రైతు భరోసా, ఇందిరమ్మ ఆత్మీయ భరోసా, రేషన్ కార్డుల జారీ, ఇందిరమ్మ ఇండ్ల పథకాలను రాష్ట్రంలోని ప్రతీ మండలంలో ఒక గ్రామాన్ని ఎంపిక చేసి అర్హులైన వారందరికీ అందించాలని నిర్ణయించిందని రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతి కుమారి వెల్లడించారు. జాతీయ పర్వదినమైన గణతంత్ర దినోత్సవం నాడు ఈ పథకాలను ప్రారంభిస్తున్న నేపథ్యంలో జిల్లా కలెక్టర్లతో సి.ఎస్ శాంతి కుమారి సచివాలయం నుండి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఆర్థిక శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి రామకృష్ణా రావు, సి.ఎం కార్యాలయ కార్యదర్శులు శేషాద్రి, చంద్ర శేఖర్ రెడ్డి, రెవెన్యూ శాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి నవీన్ మిట్టల్, వ్యవసాయ శాఖ కార్యదర్శి రఘునందన్ రావు, గృహనిర్మాణ శాఖ కార్యదర్శి బుద్ధ ప్రకాష్ , పంచాయితీ రాజ్ శాఖ కార్యదర్శి లోకేష్ కుమార్, తదితరులు ఈ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సి.ఎస్ శాంతి కుమారి మాట్లాడుతూ, ప్రతి మండలంలో ఒక గ్రామాన్ని ఎంపిక చేసి ఆ గ్రామంలో ఈ నాలుగు పథకాలను అర్హులైన లబ్ధిదారులందరికీ అందించాలని స్పష్టం చేశారు. రేపు, 26 వ తేదీన మధ్యాహ్నం ఒంటి గంటకు ఎంపిక చేసిన గ్రామాల్లో ప్రజా ప్రతినిధుల సమక్షంలో ఈ పథకాల పండుగను ప్రారంభించాలని తెలిపారు.

నాలుగు పథకాలకు గాను రేషన్ కార్డులకు సంబంధించి తహసీల్దార్ నేతృత్వంలో ప్రత్యేక టీమ్, ఇందిరమ్మ ఇండ్లకు గాని ఎండీఓ ఆధ్వర్యంలో, రైతు భరోసాకు మండల వ్యవసాయ అధికారి, డిప్యూటీ తహసీల్దార్ లేదా రెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్ టీమ్, ఇందిరమ్మ ఆత్మీయ భరోసాకు ఉపాధి హామీ పథకం ఏపీఓ టీమ్ లను ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సి.ఎస్ సూచించారు. పథకాల ప్రారంబోత్సవ ఏర్పాట్లు ఈ రోజు సాయంత్రం నుండే మొదలు పెట్టుకోవాలని సూచించారు. ఈ పథకాల ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమం పండగ వాతావరణంలో నిర్వహించాలని, ఈ సభకు లబ్దిదారులందరూ హాజరయ్యే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. ప్రతీ పథకానికి సంబంధించి లబ్ధిదారుల జాబితాను ఈ గ్రామసభలో ప్రముఖంగా ప్రదర్శించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం ప్రారంభించే ప్రతీ గ్రామానికి మండల స్పెషల్ అధికారి ఇంఛార్జిగా నియమించాలన్నారు. జిల్లా కలెక్టర్లు అర్హుల జాబితాను క్షుణ్ణంగా పరిశీలించాలని చెప్పారు.

ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలి

- దేశ ప్రగతిలో భాగస్వాములు కావాలి

- రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణు దేవ్ వర్మ పిలుపు

హైదరాబాద్, జనవరి 25 : ప్రజాస్వామ్యంలో ప్రతి ఓటు విలువైనదని, ప్రతి పౌరుడు ఓటు హక్కును వినియోగించుకొని దేశ ప్రగతిలో భాగస్వామ్యం కావాలని రాష్ట్ర గవర్నర్ గౌ. జిష్ణు దేవ్ వర్మ పిలుపునిచ్చారు. 15వ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని శనివారం హైదరాబాద్ రవీంద్ర భారతిలో నేషనల్ ఓటర్స్ డే వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు.గవర్నర్ జిష్ణు దేవ్ వర్మ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి వేడుకలను ప్రారంభించారు. ముందుగా పోలీసు వందనం స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... జనవరి 25న దేశవ్యాప్తంగా జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవం జరుపుకుంటున్నామన్నారు. ఎన్నికల నిర్వహణలో ఓటరు జాబితా అత్యంత ప్రధానమైనదని పేర్కొన్నారు. మనది ప్రజాస్వామ్య దేశమని, తెలంగాణలో అందరి సహకారంతో సాఫీగా స్వేచ్ఛగా ఎన్నికలు జరిగాయన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్ ఓటరు నమోదు ప్రక్రియను సులభతరం చేయడం జరిగిందని తెలిపారు. యువత ఓటు హక్కు ప్రాముఖ్యతను గుర్తించి, ఎన్నికల ప్రక్రియలో తప్పనిసరిగా పాల్గొని ఓటు హక్కు వినియోగించుకొని ప్రజాస్వామ్యన్ని పరిరక్షించాలని ఆయన సూచించారు. డెబ్బై ఐదు సంవత్సరాల క్రితం, మన రాజ్యాంగ నిర్మాతలు స్వేచ్ఛగా, నిష్పాక్షికంగా ఎన్నికలను నిర్వహించడం, పర్యవేక్షించాలన్న లక్ష్యంతో భారత ఎన్నికల కమిషన్ ను బలమైన, స్వతంత్ర సంస్థగా ఏర్పాటు చేశారని తెలిపారు. ఓటర్ల నమోదు పెంచడానికి భారత ఎన్నికల కమిషన్ పలు చర్యలు ప్రవేశపెట్టిందన్నారు. 18 ఏళ్లు నిండిన ప్రతి ఒక్కరూ ఓటరుగా నమోదు కోసం ముందుగానే దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని తెలిపారు.రాష్ట్ర ఎన్నికల అధికారి (సీఈఓ) సుదర్శన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ... దేశ ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థకు ఓటు హక్కు ఎంత ముఖ్యమో వివరించి, అందరికీ జాతీయ ఓటర్ల దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ ఏడాది నేషనల్ ఓటర్స్ డే థీమ్ “ఓటును మించినది ఏమీ లేదు – నేను ఖచ్చితంగా ఓటు వేస్తాను” అని తెలిపారు. ప్రతి పౌరుడు ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవడం ద్వారా ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థను బలోపేతం చేయాలన్నారు. అర్హులందరూ ఓటర్లుగా నమోదు కావాలన్నారు. జనవరి 1, 2025 నాటికి 18 సంవత్సరాలు నిండిన వారందరూ ఓటరుగా నమోదు చేసుకోవాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో గవర్నర్ చేతుల మీదుగా నూతనంగా ఓటు హక్కు పొందిన యువ ఓటర్లకు ఎలక్టోరల్ ఫోటో ఐడెంటిటీ కార్డులు (%జూ×జ%) అందజేశారు. సీనియర్ ఓటర్లను సన్మానించారు. రాష్ట్రంలో నిర్వహించిన ఎన్నికలకు సంబంధించిన వివరాల స్టాటికల్ రిపోర్ట్ బుక్ ను రిలీజ్ చేసారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఎన్నికలలో ఉత్తమ ప్రతిభ కనబర్చిన ఆయా జిల్లా కలెక్టర్లకు, అధికారులకు, బూత్ స్థాయి అధికారులకు అవార్డులు అందజేశారు. క్విజ్ కాంపిటీషన్, వ్యాసరచన పోటీలలో రాష్ట్రస్థాయిలో విజేతలైన విద్యార్థులకు ప్రశంసా పత్రాలు అందజేశారు. జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికల విభాగం అధికారులు, సిబ్బందికి మెమోంటో, అవార్డులను అందజేశారు. అంతకుముందు భారత ప్రధాన ఎన్నికల అధికారి సందేశాన్ని వినిపించారు. స్టేట్ ఐకాన్స్ తో చేసిన లఘు చిత్రాన్ని ప్రదర్శించారు. అందరిచే ఓటరు ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. తెలంగాణ సాంస్కృతిక కళాకారులు ఓటు హక్కు, ఓటు వినియోగించుకోవడంపై ఆలపించిన గేయాలు ఆహుతులను అలరించాయి. ఈ కార్యక్రమంలో హైదరాబాద్ జిల్లా ఎన్నికల అధికారి జిహెచ్ఎంసి కమిషనర్ ఎలాంబర్తి వందన సమర్పణ చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషనర్ రాణి కుముదిని, అడిషనల్ సీఈవో లోకేష్ కుమార్, జిహెచ్ఎంసి కమిషనర్ ఇలంబర్తి, హైదరాబాద్ జిల్లా కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి, డిప్యూటీ సి ఈ ఓ లు సత్యవాణి, హరి సింగ్, అడిషనల్ కమిషనర్ అలివేలు మంగతాయారు, చీఫ్ వెటర్నరీ అధికారి డా.అబ్దుల్ వకీల్, డిసిలు రజినీకాంత్ రెడ్డి, ప్రశాంతి, అధికారులు, సీఈఓ కార్యాలయ అధికారులు, విద్యార్థులు, ఎన్ సి సి విద్యార్థులు, యువత, వివిధ వర్గాల ప్రజలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ సంస్కృతి, కళలు,వారసత్వ

సంపద - తెలంగాణ రాష్ట్ర సుస్థిర అభివృద్ధికి సోపానాలు

13వ శతాబ్దంలో రుద్రమదేవి దార్శనిక నాయకత్వం నుండి ఉద్భవించిన తెలంగాణ వారసత్వం చరిత్రలో మహోన్నతంగా నిలిచింది. భారతదేశ చరిత్రలో రుద్రమ దేవి అత్యంత విశిష్ట మహిళా పాలకులలో ఒకరిగా పేరు ప్రఖ్యాతలు పొందింది. రుద్రమ దేవి క్రీ.శ.1262-1289 మధ్య కాలంలో పరిపాలించింది. ఏన్నో అవరోదాలను అధిగమించి పరిపాలనలో శ్రేష్ఠతకు ఆమె పునాది వేసింది. కాకతీయ గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వం క్రీ.శ.1213 లో నిర్మించిన అద్భుతమైన కట్టడం రామప్ప దేవాలయం.. తెలంగాణలోని రామప్ప ను %ఖచీజుూజూ% ప్రపంచ వారసత్వ ప్రదేశంగా గుర్తించింది. ఈ ఆలయం అద్భుతశిల్పాలను కలిగిఉంది. ఈ ఆలయంలో వినూత్నమైన నీటిపై తేలియాడే ఇటుకలు, ప్రత్యేకమైన శాండ్ బాక్స్ ఫౌండేషన్ టెక్నాలజీ, అద్భుత వాస్తు నిర్మాణ నైపుణ్యం తదితర అంశాలు హైలెట్ గా నిలుస్తాయి..‘‘రుద్రదేవ మహారాజు’’ పేరుతో రుద్రమదేవి, నేటి వరంగల్ గా పిలుస్తున్న ఓరుగల్లు నుండి కాకతీయ సామ్రాజ్యాన్ని అద్భుతంగా పరిపాలించింది. 27 సంవత్సరాలుగా యాదవ రాజ్యంపై పలు కీలక విజయాలను సాధించి, ప్రజలకు సుపరిపాలన అందించింది. సుపరిపాలనలో మహోన్నత వారసత్వ విలువలు కొనసాగించడం, సమన్యాయం పాటించడం తదితర అంశాలు తన పరిపాలనలో విప్లవాత్మక విధానంతో కూడిన అభివృద్ధికి దోహదపడ్డాయి. తెలంగాణ ఆధునిక అభివృద్ధికి రుద్రమ పాలనను స్ఫూర్తిగా తీసుకుంటూనే, పరిపూర్ణ సామరస్యంతో పరిపాలన అందిస్తోంది ప్రస్తుత ప్రజా ప్రభుత్వం. ఆనాటి పరిపాలన స్ఫూర్తితో నేటి పురోగతికి అమలు చేస్తున్న పలు పథకాలే ఇందుకు తార్కాణం. ప్రాచీన వారసత్వ సంపద.. ఆధునిక నైపుణ్యత... కొత్త పునరుజ్జీవనానికి నాంది ..చారిత్రక వైభవం, సాంకేతిక నైపుణ్యత తెలంగాణ చరిత్రకు ఒక గొప్ప వరంగా సంభవించాయి. అత్యాధునిక ఆవిష్కరణలతో శతాబ్దాల సాంస్కృతిక శ్రేష్ఠతకు సజావుగా వారధిగా మార్చే పురోగమన ప్రయాణాన్ని తెలంగాణ వారసత్వ సంపదకు నిదర్శనంగా ఉన్నది. 13వ శతాబ్దపు మహిళా నాయకురాలు రుద్రమ దేవిలో స్ఫూర్తిదాయకమైన వారసత్వం ఉంది. ఆమె దార్శనిక నాయకత్వం, ఆమె మార్గదర్శక పాలన, తెలంగాణ సమకాలీన అభివృద్ధి విధానాన్ని స్ఫూర్తిగా కొనసాగిస్తున్నారు.. అన్ని వర్గాల ప్రజల ఆదరణ, ఆమె పరిపాలనలో కనిపించింది. వ్యూహాత్మక ప్రజ్ఞకు ఉదాహరణగా చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచింది.అధునాతన సాంకేతిక నైపుణ్య కేంద్రాలు వరంగల్ కోట వంటి ఐకానిక్ చారిత్రక స్మారక చిహ్నాల డిజిటల్ సంరక్షణ, సాంప్రదాయ హస్తకళను ఏకీకృతం చేయడం ద్వారా సాంకేతిక పురోగతికి తెలంగాణ నిలుస్తున్నది. ఆధునిక డిజైన్ టెక్నాలజీ, వారసత్వం, ఆవిష్కరణల మధ్య తెలంగాణ రాష్ట్రం చారిత్రక ప్రదేశాలలో ఇన్నోవేషన్ హబ్‌లను ఏర్పాటు చేసింది. ఇది ప్రగతిశీల విధానాలతో రుద్రమ దేవి యొక్క సాంప్రదాయ పాలనా సమ్మేళనానికి అద్దం పట్టే ఏకైక సంశ్లేషణను సృష్టించింది.

టాటా టెక్నాలజీస్ లిమిటెడ్‌తో వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యంతో, తెలంగాణ 65 పారిశ్రామిక శిక్షణా సంస్థలను ఆధునీకరించడం ద్వారా నైపుణ్యాభివృద్ధిలో విప్లవాత్మక మార్పులు చేపట్టింది. ఇండస్ట్రీ 4.0 టెక్నాలజీస్, ఎలక్ట్రిక్ వాహనాల తయారీ, రోబోటిక్స్, ఆటోమేషన్, డిజిటల్ తయారీ, అధునాతన డిజైన్ లు, ఆవిష్కరణలు తదితర రంగాల్లో నిపుణతను పెంచుతున్నారు.ఇవే కాకుండా తెలంగాణ రాష్ట్రం విభిన్న అందాలను ప్రదర్శించే సహజ, సాంస్కృతిక పర్యాటక ప్రదేశాలను గుర్తించింది. ప్రకృతి ప్రేమికులు,పర్యాటకులను ఆకర్షించే ప్రదేశాలు, ప్రశాంతమైన వాతావరణం ఉట్టిపడే శామీర్‌పేట్ జింకల పార్కును, బోగత జలపాతం , మంజిర వన్యప్రాణుల అభయారణ్యం,లక్నవరంసరస్సు తదితర ప్రదేశాలు గొప్ప జీవవైవిధ్యానికి సాక్ష్యం.అద్భుతమైన ప్రకృతి దృశ్యాల ద్వారా మంత్రముగ్దులను చేసే ప్రయాణాన్ని అందించడంతోపాటు సహజ సౌందర్యం, సాంస్కృతిక గొప్పతనాన్ని సంపూర్ణంగా సమ్మేళనంగా అందించే సుందరమైన నాగార్జున సాగర్ నుండి శ్రీశైలం క్రూయిజ్ వంటి ప్రత్యేక ప్యాకేజి టూర్లను రాష్ట్రం అందుబాటులోకి తెచ్చింది. వన్యప్రాణుల ప్రేమికుల కోసం కవ్వాల్ టైగర్ రిజర్వ్ లో థ్రిల్లింగ్ సఫారీలను ప్రారంభించారు. అద్భుతమైన బుద్ధవనంలో యాత్రికులు ఆధ్యాత్మిక సేదని పొందవచ్చు. భవిష్యత్తు కార్యాచరణ ప్రణాళికలు రాష్ట్ర అభివృద్ధికి, సమగ్ర విధానాన్ని ప్రదర్శిస్తాయి:పర్యావరణ వ్యవస్థ, విస్తరణ, తెలంగాణ వ్యూహాత్మక నైపుణ్యాభివృద్ధికి ఉపాధి మార్గాలు

రక్షణ ఉత్పత్తి, సరఫరా రంగాల్లో సంయుక్తంగా కృషి

భారత్, ఇండోనేషియాలు అంగీకారం

న్యూఢిల్లీ జనవరి 25 : భారత్, ఇండోనేషియా మొత్తంగా ద్వైపాక్షిక సంబంధాలకు కొత్త ఊపు ఇవ్వడానికి శనివారం అంగీకరించాయి. ముఖ్యంగా రక్షణ ఉత్పత్తి, సరఫరా రంగాల్లో సంయుక్తంగా కృషి చేయడానికి రెండు దేశాలు అంగీకరించాయి. ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ ఇండోనేషియా అధ్యక్షుడు ప్రబొవో సుబియాంతోకు ఆతిథ్యం ఇచ్చారు. ఉభయులూ విస్తృత స్థాయిలో చర్చలు జరిపారు. మూడు రోజుల పర్యటనపై భారత్‌కు వచ్చిన సుబియాంతో ఆదివారం ఢిల్లీ కర్తవ్య పథ్‌లో గణతంత్ర దినోత్సవాలకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరు కానున్నారు.

సుబియాంతోతోచర్చల అనంతరం మీడియాతో మాట్లాడిన ప్రధాని మోడీ ఇండోనేషియాను పది దేశాల ఆసియన్ కూటమిలోను, ఇండో పసిఫిక్ ప్రాంతంలోను భారత్‌కు 'ముఖ్యమైన భాగస్వామిగా అభివర్ణించారు. ఈ ప్రాంతంలో నిబంధనల ఆధారిత వ్యవస్థకు రెండు దేశాలు నిబద్ధమై ఉన్నాయని ఆయన చెప్పారు.'నౌకాయాన స్వేచ్ఛ అంతర్జాతీయ చట్టానికి అనుగుణంగా ఉండేలా చూడాలని మేము అంగీకరిస్తున్నాం' అని మోడీ తెలిపారు. ఇండో పసిఫిక్ ప్రాంతంలో చైనా తన సైనిక దళ బలాన్ని పెంచుకుంటుండడం పట్ల ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అంతకంతకు ఆందోళన వ్యక్తం అవుతున్న నేపథ్యంలో ఆయన ఆ వ్యాఖ్య చేశారు.'మా ద్వైపాక్షిక సంబంధాల పరంగా వివిధ అంశాలపై మేము విస్తృతంగా చర్చలు జరిపాం' అని ప్రధాని తెలియజేశారు. రక్షణ ఉత్పత్తి, సరఫరా రంగాలపై సంయుక్తంగా కృషి చేయడానికి భారత్, ఇండోనేషియా అంగీకరించినట్లు ఆయన తెలిపారు. సాగరప్రాంత భద్రత రంగంలో శనివారం భారత్, ఇండేనేషియా సంతకం చేసిన ఒప్పందం నేర నివారణ, సోదా, రక్షణ, సామర్థ నిర్మాణం అంశాల్లో సహకారాన్ని మరింత పటిష్ఠం చేస్తుందని మోడీ చెప్పారు. మొత్తంగా ఆర్థిక సంబంధాల పెంపుదలకు వాణిజ్య రంగం, మార్కెట్ సౌకర్యం విస్తరించవలసిన ఆవశ్యకత గురిచి రెండు పక్షాలు చర్చించినట్లు ఆయన తెలిపారు.'ఫిన్‌టెక్, కృత్రిమ మేధ, ఇంటర్నెట్, డిజిటల్ సార్వత్రిక మౌలికవసతులు వంటి రంగాల్లో సహకారాన్ని పటిష్ఠం చేయాలని మేము నిర్ణయించాం' అని ప్రధాని తెలియజేశారు. సాగర ప్రాంత భద్రత, సైబర్ భద్రత, ఉగ్రవాద నిరోధం, తీవ్రవాదం నుంచి విముక్తి అంశాల్లో సహకారానికి ఉభయ పక్షాలు ప్రాముఖ్యం ఇచ్చాయని మోడీ చెప్పారు. బ్రిక్స్‌లో ఇండోనేషియా సభ్యత్వాన్ని కూడా ఈ చర్చల్లో భారత ప్రతినిధి బృందం స్వాగతించింది. ఇండోనేషియా అధ్యక్షుడు సుబియాంతో మీడియాతో మాట్లాడుతూ, తమ చర్చలు 'ఎటువంటి అరమరికలూ లేకుండా' సాగాయని వెల్లడించారు. ఉమ్మడి ప్రయోజనకర కీలక రంగాలు పెక్కింటిలో సహకారం విస్తరణకు ఉభయ పక్షాలు అంగీకరించినట్లు ఆయన తెలిపారు. 'భారత్‌తో ఆర్థిక భాగస్వామ్యం పెంపు అవసరమని మా అధికారులకు ఆదేశాలు ఇచ్చాను' అని సుబియాంతో తెలియజేశారు.

భవిష్యత్‌లో బెనిఫిట్ షోలకు అనుమతి లేదు

మరోసారి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసిణ తెలంగాణ హైకోర్టు

హైదరాబాద్ జనవరి 25 : తెలంగాణలో సినిమా బెనిఫిట్ షోల కు సంబంధించి మరోసారి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేసింది తెలంగాణ హైకోర్టు. భవిష్యత్‌లో బెనిఫిట్ షోలకు అనుమతి లేదంటూ వెల్లడించింది. సినిమా టికెట్ ధరల పెంపు(స్పెషల్ షోల కు సంబంధించిన పిటిషన్‌కి సంబంధించి శుక్రవారం హైకోర్టులో విచారణ జరుగగా.. ప్రభుత్వం తరవున న్యాయవాది తన వాదనాలు వినిపిస్తూ.. సంక్రాంతి సమయంలో సినిమా టికెట్ ధరలను పెంచుకోవడానికి ఇచ్చిన అనుమతులను ప్రభుత్వం రద్దు చేసినట్లు న్యాయస్థానానికి వివరించారు.ఇక ప్రభుత్వం తరపు వాదానలు విన్న ధర్మాసనం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. బెనిఫిట్ షోలకి అనుమతి లేదంటూ తెలిపింది. సినిమాటోగ్రఫీ యాక్ట్ ప్రకారం.. అర్ధరాత్రి 1.30 గంటల నుంచి ఉదయం 8.40 వరకు గల మధ్య సమయంలో ఎలాంటి ప్రత్యేక షోలకు అనుమతి లేదని.. ఈ చట్టాన్ని పాటించాలని న్యాయస్థానం ఆదేశించింది. ఈ కేసుపై తదుపరి విచారణను ఫిబ్రవరి 21కి వాయిదా వేసింది. అయితే హైకోర్టు ఇచ్చిన కొత్త ఆదేశాల ప్రకారం.. తెలంగాణలో ఇకముందు బెనిఫిట్ షోలు, టికెట్ రేట్లు రద్దయినట్లు తెలుస్తుంది.

నేడు రైతు భరోసా, ఆత్మీయ భరోసా, ఇందిరమ్మ ఇల్లు

రేషన్ కార్డులు లాంచనంగా ప్రారంభం

- లక్షల్లో దరఖాస్తులు వచ్చాయి
- మార్చి వరకు లబ్ధిదారుల గుర్తింపు ప్రక్రియ అది నిరంతరం కొనసాగుతుంది
- డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

హైదరాబాద్ జనవరి 25 : నాలుగు సంక్షేమ పథకాలు రైతు భరోసా, ఇందిరమ్మ ఆత్మీయ భరోసా, ఇందిరమ్మ ఇల్లు, రేషన్ కార్డులు ఈ పథకాలను ఆదివారం లాంచనంగా ప్రారంభించబోతున్నామని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. శనివారం డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ సచివాలయంలో మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. ఇచ్చిన షెడ్యూల్ ప్రకారం గ్రామసభలు నిర్వహించి దరఖాస్తులు తీసుకొని అర్హులందరికీ లబ్ధి చేకూర్చాలనేదే మా ప్రభుత్వ లక్ష్యం అని తెలిపారు. లక్షలాది సంఖ్యలో వచ్చిన దరఖాస్తులను క్రోడీకరించి జనవరి 26న అత్యంత పరమ పవిత్రమైన భారత రాజ్యాంగం అమల్లోకి వచ్చిన రోజు ఈ సంక్షేమ పథకాల అమలును ప్రారంభిస్తున్నామని తెలిపారు. ఇచ్చిన మాట మేరకు పథకాలు అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. రాష్ట్రంలోని అన్ని మండలాల్లో మండలానికి ఒక గ్రామాన్ని ఎంపిక చేసుకొని నూరు శాతం ఆ గ్రామంలో ఈ నాలుగు సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేస్తామని తెలిపారు. లక్షలాదిగా వచ్చిన దరఖాస్తులను కంప్యూటర్లలో ఎంట్రీ చేసి అర్హులను గుర్తిస్తామని, మార్చి మాసం వరకు ఈ ప్రక్రియ నిరంతరాయంగా కొనసాగుతుందని తెలిపారు. వ్యవసాయ యోగ్యమైన ప్రతి ఎకరాకు రైతు భరోసా, భూమిలేని నిరుపేద, 20 రోజులపాటు ఉపాధి హామీ పనికి వెళ్లిన వారికి ఇందిరమ్మ ఆత్మీయ భరోసా వంటి ఉదాత్త ఉన్నతమైన సంక్షేమ పథకాలు అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. ఇందిరమ్మ రాజ్యం సంక్షేమ రాజ్యం అని తెలిపారు.

కేంద్రంలో మనకు అత్యంత సమర్థమైన ప్రభుత్వం ఉంది

- 2028 నాటికి జిడిపి వృద్ధిలో మనమే నెంబర్ వన్
- నాయకుడిపై నమ్మకం ఉంటే నేతలు ఉంటారు
- ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు

అమరావతి జనవరి 25 : హైదరాబాద్ అంటే ఒకప్పుడు ఏది అని ఆ సమయంలో అడిగేవారని ఎపి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు తెలిపారు. దావోస్ పర్యటన విజయవంతం కావడంతో చంద్రబాబు మీడియాతో మాట్లాడారు. దేశంలో మొట్ట మొదటిసారి దావోస్ వెళ్లాలని నిర్ణయం తీసుకుంది తానేనని తెలియజేశారు. 1997 నుంచి దావోస్ కు వెళ్తున్నానని, ఒకప్పుడు ఐటి గురించి మాట్లాడితే.. ఇప్పుడు ఎఐ గురించి మాట్లాడుతున్నామని సిఎం పేర్కొన్నారు. మొదట్లో తనకు, కృష్ణకు పోటీ ఉండేదని, మూడు కాంగ్రెస్ సెషన్లు జరిగాయన్నారు. దావోస్ లో మొత్తం 27 సమావేశాలు జరిగాయని స్పష్టం చేశారు.భారత్‌కు బంగారు భవిష్యత్తు ఉండబోతోందని, ప్రపంచంలోనే అత్యంత వేగంగా ఎదుగుతున్న ఆర్థిక వ్యవస్థ మనదని పేర్కొన్నారు. 2028 నాటికి జిడిపి వృద్ధిలో మనమే నెంబర్ వన్‌గా ఉంటామని, కేంద్రంలో మనకు అత్యంత సమర్థమైన ప్రభుత్వం ఉందన్నారు. విజయసాయిరెడ్డి రాజీనామాపై చంద్రబాబు స్పందించారు. విజయసాయి రాజీనామా వైసిపి అంతర్గత వ్యవహారమన్నారు. నాయకుడిపై నమ్మకం ఉంటే నేతలు ఉంటారని, లేదంటే ఎవరి మార్గం వాళ్లు చూసుకుంటారని చంద్రబాబు వ్యంగ్యాస్త్రాలు సంధించారు.

ఆధునిక వసతులతో ఉస్మానియా ఆసుపత్రి నిర్మాణ

- భవన నిర్మాణ నిబంధనలు పూర్తిగా పాటించాలి
- పార్కింగ్, ఫైర్‌స్టేషన్, ఎస్టీపీ, హెలీ అంబులెన్స్ సౌకర్యాలు ఉండాలి
- అంబులెన్స్‌లు... ఫైర్ ఇంజిన్ సులువుగా రాకపోకలు సాగించాలి
- మార్చురీ, బాడీ ఫ్రిజింగ్ విషయంలోనూ ఆధునిక పద్ధతులు పాటించాలి
- ఉస్మానియా ఆసుపత్రి నిర్మాణంపై సమీక్షలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

ఈ నెల 31న ఆసుపత్రి నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన

హైదరాబాద్: రానున్న వందేళ్ల అవసరాలకు తగినట్లు పూర్తి ఆధునిక వసతులతో ఉస్మానియా ఆసుపత్రి నిర్మాణం ఉండాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆకాంక్షించారు. ఆసుపత్రి నిర్మాణానికి సంబంధించి ఏ విషయంలోనూ రాజీపడొద్దని ఆయన అధికారులకు సూచించారు. ఉస్మానియా ఆసుపత్రి నిర్మాణానికి ఈ నెల 31న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేయనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆసుపత్రి నిర్మాణంపై తన నివాసంలో ముఖ్యమంత్రి శనివారం సమీక్ష నిర్వహించారు. ఉస్మానియా ఆసుపత్రి భవన నిర్మాణాలతో పాటు బోధన సిబ్బంది, విద్యార్థి, విద్యార్థినులకు వేర్వురుగా నిర్మించే హాస్టల్ భవనాల విషయంలోనూ పూర్తి నిబంధనలు పాటించాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. ఆసుపత్రి భవన నిర్మాణాలు, పార్కింగ్, ల్యాండ్ స్కేప్ విషయంలో తగు జాగ్రత్తలు పాటించాలని సీఎం తెలిపారు. ఆసుపత్రికి రాకపోకలు సాగించేలా నలువైపులా రహదారులు ఉండాలని... అవసరమైనచోట ఇతర మార్గాలను కలిపేలా అండర్‌పాస్‌లు నిర్మించాలని సీఎం సూచించారు. ఆసుపత్రికి వచ్చే రోగులు, సహాయకులు, పరామర్శకు వచ్చే వారి వాహనాలు నిలిపేందుకు వీలుగా అండర్‌గ్రౌండ్‌లో రెండు ఫ్లోర్లలో పార్కింగ్ ఉండాలన్నారు. డార్మిటరీ, ఫైర్ స్టేషన్, క్యాంటిన్, మూత్రశాలలు, ఎస్టీపీలు నిర్మించాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశించారు. పిల్లలు విదేశాల్లో స్థిరపడుతుండడంతో వారు వచ్చేందుకు రెండు మూడు రోజులు పడుతోందని.. అప్పటి వరకు మృతదేహాలను భద్రపర్చేందుకు ఆధునిక సౌకర్యాలతో మార్చురీ, బాడీ ఫ్రీజింగ్ నిర్మాణాలు ఉండాలని సీఎం సూచించారు. అవయవాల మార్పిడి.. అత్యవసర సమయాల్లో రోగుల తరలింపునకు వీలుగా హెలీ అంబులెన్స్‌లు వినియోగిస్తున్నందున హెలీప్యాడ్ నిర్మాణం చేపట్టాలని సీఎం ఆదేశించారు. ఆసుపత్రిలో అడుగుపెట్టగానే ఆహ్లాదకర వాతావరణం ఉండాలని... ఆసుపత్రికి వచ్చామనే భావన ఉండకూడదని సీఎం సూచించారు. ఆసుపత్రి భవన నిర్మాణాలకు సంబంధించిన నమూనాల్లో పలు మార్పులు చేర్పులను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. సమీక్షలో రాష్ట్ర ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ, ముఖ్యమంత్రి సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సలహాదారు (మౌలిక వసతులు) శ్రీనివాసరాజు, ముఖ్యమంత్రి సంయుక్త కార్యదర్శి సంగీత సత్యనారాయణ, వైద్యారోగ్య శాఖ కార్యదర్శి క్రిస్టియానా జడ్ చోంగ్తూ, ఫ్లాగ్ షిప్ ప్రోగ్రామ్స్ కమిషనర్ శశాంక, హైదరాబాద్ కలెక్టర్ అనుదీప్ దురిశెట్టి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ హైకోర్టు నలుగురు అదనపు న్యాయమూర్తుల ప్రమాణస్వీకారం

హైదరాబాద్ జనవరి 25 : తెలంగాణ హైకోర్టుకు కొత్తగా నియమితులైన నలుగురు అదనపు న్యాయమూర్తులు శనివారం ప్రమాణస్వీకారం చేశారు. జస్టిస్ రేణుకా యారా, జస్టిస్ నందికొండ నర్సింగ్ రావు, జస్టిస్ ఇ తిరుమలదేవి, జస్టిస్ బీఆర్ మధుసూదన్‌రావుతో హైకోర్టు చీఫ్ జస్టిస్ సుజయ్ పాల్ ప్రమాణం చేయించారు.ఇంతకుముందు రేణుక యారా సిటీ సివిల్ కోర్టు చీఫ్ జడ్జిగా, నందికొండ నర్సింగ్ రావు సిటీ స్మాల్ కాజెస్ కోర్టు చీఫ్ జడ్జిగా, తిరుమలాదేవి హైకోర్టు రిజిస్ట్రార్ జనరల్, విజిలెన్స్ రిజిస్ట్రార్‌గా, బీఆర్ మధుసూదన్ రావు హైకోర్టు రిజిస్ట్రార్(పరిపాలన)గా బాధ్యతలు నిర్వర్తించారు.ఇక 42 మంది న్యాయమూర్తులు ఉండాల్సిన తెలంగాణ హైకోర్టులో ప్రస్తుతం 26 మంది సేవలందిస్తున్నారు. ఈ నలుగురి నియామకంతో ఆ సంఖ్య 30కి చేరింది.

డోనాల్డ్ ట్రంప్‌నకు షాక్

వాషింగ్టన్: వివాదాస్పద నిర్ణయాలతో అలజడి రేపే అమెరికా నూతన అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్‌నకు అక్కడి న్యాయమూర్తులు షాకిచ్చారు. క్యాపిటల్ హిల్ భవనంపై దాడి చేసిన తన మద్దతుదారులకు ఆయన క్షమాభిక్ష ప్రసాదించిన విషయం విదితమే. అయితే, ఈ నిర్ణయాన్ని ముగ్గురు ఫెడరల్ న్యాయమూర్తులు ఖండించారు. ఇటీవలే అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతల స్వీకరణ అనంతరం ట్రంప్.. 2021 జనవరి 6 నాటి దాడుల్లో పాల్గొన్న 1500 మందికి క్షమాభిక్షను ప్రకటించారు. దీనిపై న్యాయమూర్తి తాన్యా చుట్కాన్ స్పందించారు. ఆ చేదు నిజాన్ని ఏ క్షమాపణా మార్చలేదన్నారు. శాంతియుతంగా జరగాల్సిన అధికార మార్పిడిలో చోటుచేసుకొన్న ఉల్లంఘనను సరిదిద్దలేరని చెప్పారు. ''2020 అధ్యక్ష ఎన్నికల ఫలితాల్లో ఎలాంటి మోసమూ చోటుచేసుకోలేదు. శాంతియుతంగా జరగాల్సిన అధికార బదిలీకి ఆ సమయంలో ఓడిపోయినవారు ఆటంకం కలిగించడం సరికాదు. ఇలాంటి ఘటనలు పునరావృతం కావచ్చు'' అని జడ్జి బెరిల్ హూవెల్ అన్నారు. మరో న్యాయమూర్తి కొలీన్ కొల్లార్ కోటెల్ సైతం ట్రంప్ నిర్ణయాన్ని తప్పుబట్టారు. ఈ కేసుకు సంబంధించిన వీడియోలు, విచారణ రికార్డులు, జ్యూరీ తీర్పులను భద్రపరిచినట్టు స్పష్టం చేశారు. గత అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికల్లో(2020, నవంబర్) రిపబ్లికన్ పార్టీ అభ్యర్థిగా, ఆ దేశ ప్రెసిడెంట్‌గా ఉన్న ట్రంప్ మళ్లీ పోటీ చేసి.. డెమోక్రాటిక్ క్యాండిడేట్ అయిన జో బైడెన్ చేతిలో ఓడిపోయారు. ఇక 2021 జనవరి 26న అమెరికా అధ్యక్షుడిగా జో బైడెన్ విజయాన్ని ధ్రువీకరించేందుకు వాషింగ్టన్ క్యాపిటల్ భవనంలో కాంగ్రెస్ సమావేశమైంది. ఇది జరగడానికి కొన్ని గంటల ముందు ట్రంప్ తన మద్దతుదారులను ఉద్దేశిస్తూ ఆవేశపూరితంగా, రెచ్చగొట్టేలా ప్రసంగించారు. దీంతో వారంతా వేల సంఖ్యలో క్యాపిటల్ భవనంలోకి చొచ్చుకెళ్లి విధ్వంసం సృష్టించారు.

అమెరికాలో 600బిలియన్ల డాలర్ల పెట్టుబడులు

దుబాయ్: రాబోయే నాలుగేళ్ళ కాలంలో అమెరికాలో 600 బిలియన్ల డాలర్ల మేరకు పెట్టుబడులు పెట్టాలని భావిస్తున్నట్లు సౌదీ అరేబియా యువరాజు మహ్మద్ బిన్ సల్మాన్ గురువారం తెలిపారు. అమెరికా అధ్యక్షుడుగా బాధ్యతలు చేపట్టిన ట్రంప్‌తో ఆయన ఫోన్లో మాట్లాడిన అనంతరం ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. కాగా, తన మొదటి విదేశీ పర్యటనగా బ్రిటన్‌లో పర్యటించడానికి ట్రంప్ యోచిస్తున్నారు. 2017లో ట్రంప్ ఇలాగే పర్యటించారు. చమురు సంపన్న గల్ఫ్ దేశాల పాలకులతో అమెరికా సంబంధాలు మెరుగైన రీతిలో వుండేందుకు తాము ప్రాధాన్యత ఇస్తామని ఇప్పటికే ట్రంప్ ప్రభుత్వం చెప్పింది. అమెరికాతో తమ వాణిజ్య సంబంధాలను మెరుగుపరుచుకోవాలని తాము కూడా భావిస్తున్నట్లు సౌదీ యువరాజు తెలిపారు. అయితే ఈ పెట్టుబడులు ఏ ఏ

రంగాల్లో ఎక్కడెక్కడ పెడతారు, వాణిజ్య వివరాలు వంటివి ఆయననే జారీ చేసిన ప్రకటనలో వెల్లడించలేదు. ఇటీవల కాలంలో సౌదీ చమురు ఎగుమతులపై అమెరికా ఎక్కువగా ఆధారపడుతూ వస్తోంది. అలాగే అమెరికా తయారీ ఆయుధాలు, రక్షణ వ్యవస్థలపై సౌదీ అరేబియా ప్రధానంగా ఆధారపడుతోంది. బహుశా రక్షణ రంగంలోకూడా పెట్టుబడులు పెట్టే అవకాశాలు వుండొచ్చునని భావిస్తున్నారు. కాగా ఈ ఫోన్‌కాల్‌పై వైట్‌హౌస్ ఎలాంటి వ్యాఖ్యలు చేయలేదు.

క్యూబాపై మళ్లీ తీవ్రవాద ముద్ర

వాషింగ్టన్: క్యూబాను తీవ్రవాదాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్న దేశాల జాబితాలోకి అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ మళ్ళీ చేర్చారు. కేవలం వారం రోజుల వ్యవధిలోనే పరిస్థితి తారుమారైంది. ఒక వారం క్రితం క్యూబాను ఈ జాబితా నుండి తొలగిస్తూ ఎన్నాళ్ళగానో అందరూ ఎంతగానో ఎదురుచూస్తున్న నిర్ణయాన్ని మాజీ అధ్యక్షుడు జో బైడెన్ తీసుకున్నారు. కానీ ట్రంప్ పగ్గాలు చేపట్టగానే మళ్ళీ ఆ నిర్ణయాన్ని రద్దు చేశారు. క్యూబాపై పలు రకాలుగా ఏకపక్ష ఆంక్షలు విధించడంతో ఒక రకంగా అంతర్జాతీయ వాణిజ్య పరిధి నుండి ఆ దేశం బయటకు వచ్చేసింది. ఈ కారణంగా ఇంధనం వంటి కీలక ఉత్పత్తుల కొరత చాలా తీవ్రంగా వుంటోంది. ఆంక్షలు సహా ఇటువంటి చర్యలతో క్యూబా అనేక మానవతా సంక్షోభాలను ఎదుర్కొంటోంది. ట్రంప్ తీసుకున్న చర్యను క్యూబా అధ్యక్షుడ మిగ్వ్ డియాజ్ కానెల్ తీవ్రంగా విమర్శించారు. అహంకారపూరితమైన చర్యగా అభివర్ణించారు. వాస్తవంతో ఏ మాత్రం సంబంధం లేకుండా తీసుకున్న చర్యని వ్యాఖ్యానించారు. తన ఆధిపత్యం కోసం క్యూబాపై చాలా క్రూరమైన రీతిలో ఆర్థిక యుద్ధం జరపాలని, దాన్ని ఇంకా బలోపేతం చేయాలన్నది ట్రంప్ లక్ష్యమని క్యూబా అధ్యక్షుడు పేర్కొన్నారు. నిండా అహంకారంలో మునిగిపోయారని ట్రంప్‌పై క్యూబా విదేశాంగ మంత్రి బ్రూనో రొడ్రిగజ్ తీవ్రంగా విమర్శించారు. క్యూబన్ల కుటుంబాలను శిక్షించాలన్నది ఆయన అభిమతంగా వుందన్నారు. అయితే ఇలాంటి చర్యల వల్ల క్యూబన్ల కృత నిశ్చయాలను నీరు గార్చలేరని, అంతిమంగా విజయం తమదేనని రొడ్రిగజ్ స్పష్టం చేశారు. లాటిన్ అమెరికా, కరేబియా వ్యాప్తంగా సామాజిక, రాజకీయ సంఘాల వేదిక అల్బా మూవ్‌మెంట్స్ కూడా ఈ చర్యలను తీవ్రంగా ఖండించింది. సాంప్రదాయేతర యుద్ధ విధానాలకు పాల్పడుతూ ఊచకోత విధానంలో భాగంగా ఇటువంటి చర్యలు తీసుకుంటున్నారని ఆ వేదిక విమర్శించింది. అల్బా-టిసిపి కూడా ట్రంప్ చర్యను తీవ్రంగా వ్యతిరేకించింది.

హెచ్1బీ వీసా ప్రోగ్రాంను ఆపను

వాషింగ్టన్ డీసీ: హెచ్1బీ వీసా కార్యక్రమానికి అమెరికా నూతన అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ మద్దతు తెలిపారు. గత నెల రోజుల వ్యవధిలో ఆయన ఈ కార్యక్రమానికి మద్దతు తెలపడం ఇది రెండోసారి. అమెరికాకు ఎంతో సమర్థులైన గొప్ప వ్యక్తుల అవసరం ఉన్నదని, ఈ కార్యక్రమం ద్వారా అది సాధ్యపడుతుందని ట్రంప్ చెప్పారు. ఒరాకిల్ సీటీఓ లారీ ఎల్లిసన్, సాఫ్ట్‌బ్యాంక్ సీఈఓ మసయోషీ సన్, ఓపెన్ ఏఐ సీఈఓ శామ్ ఆల్ట్‌మన్‌తో కలిసి ట్రంప్ బుధవారం శ్వేతసౌధంలో సంయుక్తంగా విలేకరుల సమావేశాన్ని నిర్వహించారు. హెచ్1బీ వీసాలపై రిపబ్లికన్ పార్టీలో వ్యక్తమవుతున్న భిన్నాభిప్రాయాలపై స్పందిస్తూ 'నేను ఇరు పక్షాల వాదనలను ఇష్టపడుతున్నాను. మా దేశంలోకి అత్యంత సమర్థులైన వ్యక్తులు రావడాన్ని కూడా నేను ఇష్టపడతాను. మా

దేశంలో నైపుణ్యం లేని వారికి శిక్షణ ఇచ్చి సాయం చేసేందుకు వచ్చే వారైనా సరే.. ఇష్టపడతాను. నేను వారిని ఆపాలని అనుకోవడం లేదు. నేను కేవలం ఇంజినీర్లను గురించి మాత్రమే మాట్లాడడం లేదు. అన్ని స్థాయిలలోని వ్యక్తులను గురించి మాట్లాడుతున్నాను' అని ట్రంప్ అన్నారు. సమర్థులైన, నిపుణత కలిగిన వారు అమెరికా రావాలని తాము కోరుకుంటున్నామని ట్రంప్ చెప్పారు. 'హెచ్-1.. ఈ కార్యక్రమం గురించి నాకు బాగా తెలుసు. నేను దీనిని ఉపయోగిస్తాను. మైత్రీ డీ, వైన్ నిపుణులు, వెయిటర్లు, నిపుణులైన వెయిటర్లు... ఇలాంటి వారందరి అవసరం ఉంది. లారీ లాంటి వ్యక్తులకు ఇంజినీర్ల అవసరం. మాసాకు కూడా వారి అవసరం ఉంది. ఎవరికీ అవసరం లేని విధంగా వారికి ఇంజినీర్ల అవసరం ఉంది' అని తెలిపారు. అమెరికాకు నిపుణుల అవసరం ఎంతో ఉన్నదని, వారి ద్వారా వ్యాపారాలను విస్తరించుకుంటున్నామని, ప్రతి ఒక్కరినీ జాగ్రత్తగా చూసుకుంటామని అన్నారు. అందుకే ఇరు పక్షాల వాదనలనూ గౌరవిస్తున్నానని చెప్పారు. అయితే తమకు నిజమైన సమర్థత కలిగిన గొప్ప వ్యక్తులు కావాలని, వారిని దేశంలో ప్రవేశించేందుకు అనుమతించాలని తెలిపారు. హెచ్1బీ వీసా కార్యక్రమం ద్వారా అలాంటి వ్యక్తులను దేశంలోకి అనుమతిస్తామని ట్రంప్ అన్నారు. గత నెల చివరి వారంలో కూడా ట్రంప్ హెచ్1బీ వీసా ప్రోగ్రాంకు మద్దతు తెలిపారు.

ప్రతీకార చర్యలకు దిగితే తీవ్ర పర్యవసానాలే

దావోస్: వాణిజ్య యుద్ధాల వల్ల అంతర్జాతీయ అభివృద్ధికి తీవ్రమైన పర్యవసానాలు కలుగుతాయని ప్రపంచ వాణిజ్య సంస్థ (డబ్ల్యూటీఓ) డైరెక్టర్ జనరల్ నాగొజి ఒకొంజొ హెచ్చరించారు. గురువారం ఇక్కడ జరుగుతున్న వరల్డ్ ఎకనామిక్ ఫోరం (డబ్ల్యూఈఎఫ్) సమావేశాల్లో భాగంగా అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ టారిఫ్‌ల బెదిరింపులపై చర్చించేందుకు ఏర్పాటైన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. 25 శాతం లేదా 60 శాతం టారిఫ్‌లు విధిస్తూ మనం ప్రతీకార చర్యలకు పాల్పడినట్లైతే, మళ్ళీ 1930ల కాలానికి వెళ్లిపోతామని, రెండంకెల్లో జిడిపి నష్టాలను చవి చూస్తామని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. అటువంటి పరిస్థితులు అందరికీ తీవ్ర వినాశనాన్ని కలిగిస్తాయన్నారు. అందుకు మూల్యం చెల్లించక తప్పదన్నారు. కృత్రిమ మేథస్సు, సంస్కరణలపై తక్షణమే కార్యాచరణ చేపట్టాలని పలు దేశాలకు చెందిన నేతలు పిలుపునిచ్చారు. తప్పుడు సమాచార వ్యాప్తిని, సైబర్ వేధింపులను

అణచివేసేందుకు యురోపియన్ యూనియన్ వ్యాప్తంగా సోషల్ మీడియా పాలనలో సంస్కరణలు రావాలని స్పెయిన్ ప్రధాని పెడ్రో శాంచెజ్ కోరారు. రాబోయే కాలంలో ద్రవ్యోల్బణాన్ని అదుపులో వుంచుతూ 6 నుంచి 8 శాతం ఆర్థికాభివృద్ధి రేటును భారత్ కొనసాగిస్తుందని కేంద్ర రైల్వే, సమాచార, ప్రసారాల శాఖ మంత్రి అశ్విని వైష్ణవ్ గురువారం చెప్పారు. గురువారం ఇక్కడ జరుగుతున్న డబ్ల్యుఇఎఫ్ సమావేశాల్లో జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. దేశ ఆర్థిక ప్రణాళికకు సర్వతోముఖాభివృద్ధి అనేది మూల స్తంభంగా వుంటుందని అన్నారు. దీనికి తోడు తయారీ, సేవలు, చట్టాల సరళీకరణ వంటి అంశాలపై ప్రధానంగా దృష్టి కొనసాగిస్తూనే వుండాల్సి వుంటుందన్నారు. ఆర్థికాభివృద్ధి ఫలితాలు సమాజంలోని ప్రతి ఒక్కరికీ చేరేలా చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. దేశంలో అన్ని రంగాలవారీగా అద్భుతమైన నైపుణ్యాలు మనకు అందుబాటులో వున్నాయని అన్నారు. భారత్ అనుసరిస్తున్న విధానాల కారణంగానే ప్రపంచం నేడు భారత్‌ను అమితంగా విశ్వసిస్తోందన్నారు.

ట్రంప్ నిర్ణయంతో కలవరం

నెలలు నిండకుండానే డెలివరీలకు రెడీ

వాషింగ్టన్: అమెరికా నూతన అధ్యక్షుడిగా ట్రంప్‌రాకతో ఆ దేశంలో ఉండే భారతీయుల్లో కలవరం మొదలైంది. జన్మత: పౌరసత్వం విషయంలో ట్రంప్ నిర్ణయం వారిని తీవ్ర అలజడికి గురి చేస్తున్నది. దీంతో నెలల నిండకుండానే భారతీయులు ప్రసవాలకు సిద్ధమవుతున్న పరిస్థితులు కనిపిస్తున్నాయి. జన్మత: పౌరసత్వం విధానాన్ని రద్దు చేస్తూ ట్రంప్ తీసుకొన్న నిర్ణయం.. లక్షలాది మంది భారతీయులపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించనున్నట్టు నిపుణులు చెప్తున్నారు. అమెరికా పౌరులకు పుట్టిన వారికే కాకుండా.. వలస వచ్చిన వారికి అమెరికా గడ్డపై పిల్లలు పుడితే.. ఆ చిన్నారులకు సహజంగా అమెరికా పౌరసత్వం లభిస్తుంది. 1868లో చేసిన 14వ రాజ్యాంగ సవరణ ప్రకారం అప్పటి నుంచి ఈ జన్మత: పౌరసత్వ విధానం కొనసాగుతున్నది. దీనిని రద్దు చేస్తూ ట్రంప్ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఆర్డర్ జారీ చేశారు. ''అక్రమ వలసదారులకు, తాత్కాలిక వీసాపై అమెరికాకు వచ్చిన వారికి పుట్టే పిల్లలకు లభించే జన్మత: పౌరసత్వాన్ని మా ఫెడరల్ ప్రభుత్వం గుర్తించబోదు'' అని ఆయన ప్రకటించారు. ట్రంప్ ఆదేశాలతో ఈ ఆర్డర్ వచ్చే నెల అంటే ఫిబ్రవరి 20వ తేదీ నుంచి అమల్లోకి వస్తుంది. అంటే.. ఆ తేదీ ముందు వరకు అమెరికాలో ఉంటున్న భారతీయులు లేదా ఇతర దేశాల దంపతులకు పుట్టిన బిడ్డలకు జన్మత: అమెరికా పౌరసత్వం లభిస్తుంది. ఆ తర్వాత పుట్టిన వారికి ఈ పౌరసత్వం రాదు. దీంతో అమెరికాలో ఉన్న భారతీయ గర్భిణీలు నెలలు నిండక ముందే డెలివరీకి సిద్ధమవుతున్నట్టు అమెరికా మీడియా నివేదిస్తోంది. నెలలు నిండకముందే పిల్లల్ని కనేందుకు భారతీయ దంపతులు తొందరపడుతున్నట్టు వెల్లడిస్తున్నది. ఇందుకోసం ఆస్పత్రుల వద్ద క్యూ కడుతున్నారని సమాచారం. ముఖ్యంగా 8, 9 నెలల గర్భిణీలు సీ-సెక్షన్ (సిజేరియన్) కోసం తొందరపడుతున్నట్టు తెలిసింది. కొందరు ఏడు నెలలు కూడా నిండకుండానే ముందస్తు ప్రసవాల కోసం వైద్యులను సంప్రదిస్తున్న ఘటనలు అక్కడ ఉన్నాయని కొన్ని కథనాలు చెప్తున్నాయి. ఇలా నెలలు నిండకుండానే జరిగే కాన్పుల కారణంగా తల్లి, బిడ్డకు ప్రమాదమని వైద్యులు, ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. నెలలు నిండకుండానే పుట్టిన పిల్లల్లో ఊపిరితిత్తులు పూర్తిస్థాయిలో రూపొందవనీ, శిశువు తక్కువ బరువు, పోషణతోపాటు నాడీ సంబంధిత సమస్యలు ఉంటాయని చెప్తున్నారు.

ట్రంప్ టారిఫ్‌ల బెదిరింపులు..

దీటుగా బదులిచ్చిన ట్రూడో

కెనడా, మెక్సికో నుంచి వచ్చే దిగుమతులపై ఫిబ్రవరి 1 నుంచి 25 శాతం టారిఫ్‌లు విధించనున్నట్టు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ ప్రకటించడంపై కెనడా ప్రధాని జస్టిన్ ట్రూడో స్పందించారు. అలా చేస్తే అమెరికా లోని వినియోగదారులే అధిక మొత్తం చెల్లించాల్సి ఉంటుందని హెచ్చరించారు. ' జనవరి 20, ఫిబ్రవరి 1, ప్రేమికుల రోజు బహుమతిగా లేదా ఏప్రిల్ 1 ఇలా ట్రంప్ తన నిర్ణయంపై ఎప్పుడు ముందుకు వెళ్లినా తగినట్టు స్పందించేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నాం. ఆయన నిర్ణయం అమలు చేస్తే అమెరికా వినియోగదారులే మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఈ చర్యలను మేము కోరుకోవడం లేదు. ట్రంపే కావాలనుకుంటున్నారు. ఆర్థిక వృద్ధిని పెంచుతానంటూ ఆయన పేర్కొన్న నేపథ్యంలో మాతో వాణిజ్య భాగస్వామ్యాన్ని మరింత బలోపేతం చేసుకోవాలి . కానీ ఆయన అందుకు విరుద్ధంగా వెళ్తున్నారు' అని ట్రూడో అన్నారు. అమెరికాలో 36 రాష్ట్రాలకు కెనడా అత్యధికంగా ఎగుమతులు చేస్తోంది. నిత్యం 3.6 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన వస్తువులు సరిహద్దులు దాటుతున్నాయి. అగ్రరాజ్యంలో ఒకరోజు వినియోగించే చమురులో దాదాపు నాలుగోవంతు కెనడా నుంచే వస్తోంది. ఇక అగ్రరాజ్యం నుంచి స్టీలు, గాజు ఉత్పత్తులతోపాటు ఫ్లోరిడా ఆరెంజ్ జ్యూస్‌ను కెనడా దిగుమతి చేసుకుంటోంది.

500 మంది అక్రమ వలసదారుల అరెస్ట్

వాషింగ్టన్:అమెరికా అధ్యక్షబాధ్యతలు చేపట్టిన ట్రంప్ అక్రమ వలసదారులపై ఉక్కుపాదం మోపారు. దేశం లోకి అక్రమంగా ప్రవేశించడంతోపాటు దొంగతనాలకు హింసకు పాల్పడే వారిని నిర్బంధించే బిల్లుకు ఇప్పటికే అమెరికా ప్రతినిధుల సభ ఆమోదం తెలిపిన సంగతి తెలిసిందే. తాజాగా ట్రంప్ ఆదేశాల మేరకు అమెరికా వ్యాప్తంగా 500 మందికి పైగా అక్రమ వలసదారులను పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. వందల మందిని దేశం నుంచి పంపించేశారు. ఈ వివరాలను శ్వేతసౌధం మీడియా కార్యదర్శి కరోలిన్ లీవిట్ వెల్లడించారు. ట్రంప్ యంత్రాంగం ఇప్పటివరకు 538 మంది అక్రమ వలసదారులను అరెస్టు చేసింది. వీరంతా ఉగ్రవాదం, మాదకద్రవ్యాల రవాణా, లైంగిక నేరాల వంటి కేసుల్లో నిందితులుగానే ఉన్నవారే. ఇక, అమెరికా చరిత్ర లోనే అతిపెద్ద బహిష్కరణ ఆపరేషన్ కొనసాగుతోంది. సైనిక విమానాల్లో వందల మంది అక్రమ వలసదారులను దేశం నుంచి బయటకు పంపించేశాం. ఎన్నికల్లో ట్రంప్ ఇచ్చిన హామీని నెరవేరుస్తున్నారు''అని కరోలిన్ వెల్లడించారు. మరోవైపు ట్రంప్ ఆదేశాలతో దక్షిణ సరిహద్దుల రక్షణకు 1500 మంది సిబ్బందిని పంపుతున్నామని పెంటగాన్ ఇటీవల వెల్లడించింది. ఇదిలా ఉండగా, అక్రమ వలసదారులను అమెరికా వెనక్కి పంపిస్తున్న నేపథ్యంలో మెక్సికో తన సరిహద్దు రాష్ట్రాల్లో శరణార్థుల శిబిరాలు ఏర్పాటు చేస్తోంది. టెక్సాస్ లోని ఎల్‌పాసో సరిహద్దుకు ఆనుకుని ఉన్న ఖాళీ స్థలంలో పెద్ద ఎత్తున శిబిరాలను నిర్మిస్తోంది.

పూలే దంపతుల సేవలు చిరస్మరణీయం

- జగిత్యాల ఎమ్మెల్యేలు డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్

జగిత్యాల ప్రతినిధి (మన వెలుగు) జనవరి 25 : అంటరాని తనం,బడుగు,బలహీన వర్గాల హక్కుల సాధన, మహిలొద్దరణ ,విద్యను అందించేందుకు పూలే దంపతులు కృషి చిరస్మరణీయమని జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్ అన్నారు.శనివారం జిల్లా కేంద్రంలోని పూలే పార్కులో మహాత్మా జ్యోతిరావు పూలే,సావిత్రీబాయి పూలే దంపతుల విగ్రహాలను ఎమ్మెల్యే ఆవిష్కరించారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కుల గణన సర్వే చేయించి కులాల అభివృద్ధికి బాటలు వేసిందని, సావిత్రీబాయి జయంతి ని మహిళా ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం గా అధికారికంగా జరుపాలని ఉత్తర్వులు జారీచేశారన్నారు. మున్సిపల్ చైర్మన్ అడువాల జ్యోతి మాట్లాడుతూ పూలే దంపతులు చేసిన పోరాటం,చూపించిన తెగువ స్ఫూర్తి దాయకమన్నారు. టీ బీసీ జేఏసీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు హరి ఆశోక్ కుమార్ మాట్లాడుతూ పూలే దంపతుల,వివేకానంద,పలు విగ్రహాల, దాత అయిన ఎమ్మెల్యే సంజయ్ కుమార్ ను ఆదర్శ ఎమ్మెల్యే గా కొనియాడారు. జగిత్యాల నియోజకవర్గంలో ఎమ్మెల్యే చేస్తున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను వివరిస్తూ,పూలే దంపతుల స్ఫూర్తితో బీసీ,ఎస్సీ,ఎస్టీ ,మైనార్టీ వర్గాల అభ్యున్నతికి కృషి చేస్తామని బీసీ సంఘాల ప్రతినిధులతో ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. జిల్లా కేంద్రంలో నేతాజీ,భారత మాత,సర్వేపల్లి రాధా కృష్ణ విగ్రహాలు ఏర్పాటు చేయాలని కోరారు..ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ గోలి శ్రీనివాస్,కౌన్సిలర్ వొద్ది శ్రీలత,మాజీ మున్సిపల్ చైర్మన్ గిరి నాగ భూషణం, టీ బీసీ జేఏసి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు హరి ఆశోక్ కుమార్,రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు మానాల కిషన్,రాష్ట్ర కార్యదర్శులు ముసిపట్ల లక్ష్మీ నారాయణ,బండారి విజయ్, నాయకులు బి.నరేశ్,కొక్కు గంగాధర్,కస్తూరి శ్రీమంజరి,గంగం జలజ,మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు ,ఉద్యోగ,ఉపాధ్యాయ,బీసీ,ఎస్సీ,ఎస్టీ,మైనార్టీ సంఘాల నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కన్నతల్లిని నరికి చంపిన కర్కషకుడు

- అనాధలైన ఇద్దరు పసి పిల్లలు

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : ముధోల్ మండలం లోని ఆష్ఠ గ్రామంలో ఈ ఘటన అందరి మనసులను కలచి వేసింది.వివరాల్లోకి వెళితే పదవ వార్డులో నివసిస్తున్న నిమ్మ ఈరబాయికి ఇద్దరు కుమారులు పెద్ద కుమారుడు పెద్ద గజ్జన్న కొద్ది సంవత్సరాల క్రితం రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించడం జరిగింది.అప్పటి నుండి ఈరబాయి చిన్న కొడుకు అయినా నిమ్మ చిన్న గజ్జన్న దగ్గర ఆశ్రయం ఉంటుంది.ఇతనికి భార్య ఇద్దరు పిల్లలు కొడుకు గంగాధర్ (13),కూతురు పుష్ప (9) ఉన్నారు. కరోనా సమయంలో చిన్న గజ్జన్న భార్య కూడా మరణించడం జరిగింది. అప్పటి నుండి మధ్యానికి బానిస అయినా చిన్న గజ్జన్న ఈరాబాయి కి వచ్చే పింఛన్ డబ్బులపై కన్నేసి ఆమెకు పింఛన్ వచ్చినప్పుడల్లా పైసలను బలవంతంగా లాక్కోవడం మద్యం సేవించడం తో ఊరిలో బిక్షాటన చేస్తూ పిల్లలను సాదుకునేది. ఈ క్రమంలో ఈ నెల పింఛన్ రావడం తో పిల్లలకు జెండా పండగకి బట్టల కోసం ఉంచానని ఈ ఒక్కసారి పైసలు అడగొద్దని ఎంత మొరపెట్టుకున్న వినకుండా ఖచ్చితంగా పైసలు ఇవ్వాల్సిందేనని పట్టుబట్టడంతో వృద్ధురాలు నిరాకరించింది. అప్పటికే మద్యం మత్తులో ఉన్న చిన్న గజ్జన్న రాత్రి ఎనిమిది గంటల ప్రాంతంలో కొడవలి మరియు బలమైన కర్రతో వృద్ధురాలి తలపై మెడపై, కాళ్లపై తీవ్రమైన గాయాలు చేయడంతో వృద్ధురాలు అక్కడికక్కడే మరణించింది. ఈ విషయం తెలుసుకున్న సీఐ మల్లేష్, ఎస్ఐ సంజీవ్ కుమార్ మరియు పోలీసు సిబ్బంది హుటాహుటిన ఘటన స్థలానికి చేరుకొని కేసు ధర్యాప్తు చేస్తూ నిందితుడు చిన్న గజ్జన్న పై ఆర్టికల్ 103బిఎన్ఎస్ కింద కేసు నమోదు చేసి హత్య చేసినట్టు నిర్ధారించారు. వృద్ధురాలు చనిపోవడంతో పిల్లల పరిస్థితి అగమ్యగోచరంగా మారిందని గ్రామస్థులు కన్నీటి పర్యాంతమయ్యారు. నిందితునికి కఠిన శిక్ష విదించాల్సిందిగా పోలీసు సిబ్బందిని కోరారు.

99 లక్షలతో బీటీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులకు శంకుస్థాపన

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : కుంటాల మండలంలోని విట్టపూర్ నుండి ఓలా 3.6 కిలోమీటర్ల బీటీ రోడ్డు పనులు ప్రారంభానికి ముధోల్ ఎమ్మెల్యే రామారావు పటేల్ శంకుస్థాపన చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ రూ.99 లక్షల ఎఫ్డిఆర్ నిధులతో రోడ్డు నిర్మిస్తున్నామన్నారు. మండలంలోని అన్ని గ్రామాలను అభివృద్ధి చేస్తానని తెలిపారు. నాణ్యతతో కూడిన నిర్మాణ పనులను త్వరగా పూర్తిచేయాలని ఎమ్మెల్యే కాంట్రాక్టర్లకు సూచించారు. అనంతరం కుంటాల మండల కేంద్రంలోని గజ్జలమ్మ ఆలయం సమీపంలో ఉపాధి నిధులతో రూ.25 లక్షల విలువ గల సీసీ రోడ్డు పనుల ప్రారంభోత్సవానికి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై ప్రారంభించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వసంత పంచమి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించండి

- బాసర ఆలయంలో జిల్లా ఎస్పీ విస్తృత పర్యటన

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : దక్షిణ భారతదేశంలోని పవిత్ర పుణ్యక్షేత్రం చదువుల తల్లి శ్రీ జ్ఞాన సరస్వతీ అమ్మవారి దేవస్థానంలో వచ్చే నెల ఒకటో తేదీన జరగబోవు వసంత పంచమి ఉత్సవాల పైన పోలీసు- రెవెన్యూ -ఆలయ అధికారులతో ప్రత్యేక భద్రత మీద సమీక్ష సమావేశం జిల్లా ఎస్పీ డా.జి.జానకి షర్మిల నిర్వహించారు. అనంతరం నేరుగా ఆలయంలోకి వెళ్లి క్యూ లైన్లు పరిశీలించి భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యాలు కలగకుండా చూడాలని ఆలయ అధికారులకు సూచించారు. ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా బైంసా ఏఎస్పి అవినాష్, ముధోల్ సీఐ జి. మల్లేష్, ఎస్సై గణేష్ లతో కలిసి బాసర ఆలయాన్ని సందర్శించి స్థానిక పోలీసులకు తగు సూచనలు ఇచ్చారు. భక్తులకు ఇబ్బందులు కలగకుండా నిర్మల్ జిల్లా పోలీస్ తరఫున ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని భక్తులు ఎలాంటి ఇబ్బందులకు గురికాకుండా అమ్మవారి జన్మదినం వసంత పంచమి సందర్భంగా అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నామని రెవెన్యూ పోలీస్ పంచాయతీ సిబ్బంది అధికారుల సమన్వయంతో భక్తులు పోలీస్ శాఖకు సహకరించాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏఎస్పి రాజేష్ మీనా, భైంసా ఏఎస్పి అవినాష్ కుమార్, ముధోల్ సిఐ జి. మల్లేష్, బాసర ఎస్సై గణేష్ జిల్లా పోలీసు యంత్రాంగంతో పాటు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ పథకాలు అర్హులైన అందరికీ అందాలి

- డిఆర్డిఓకు కాంగ్రెస్ నాయకుల వినతి

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా ప్రవేశపెట్టి అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలు అర్హులైన లబ్ధిదారులకు అందించాలని డిఆర్డిఓ విజయలక్ష్మి కు కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల ఇంచార్జ్ రావుల గంగారెడ్డి వినతి పత్రం అందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం ఇటీవల ప్రజా పాలన గ్రామసభలను నిర్వహించి అర్హులైన లబ్ధిదారుల జాబితాను ప్రదర్శించడంతోపాటు లబ్ధిదారుల నుండి దరఖాస్తులు సైతం స్వీకరించడం జరిగిందన్నారు. రేషన్ కార్డులు- రైతు భరోసా- ఇంద్రమ్మ ఇండ్ల పథకం-ఆత్మీయ భరోసా పథకాలు లబ్ధిదారులకు అందించేందుకు ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందన్నారు. ఈ సందర్భంగా డిఆర్డిఓకు శాలువాతో సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో శివకుమార్, పిఎసిఎస్ వైస్ చైర్మన్ సాయిరాం, ఏపీఓ శిరీష, కాంగ్రెస్ నాయకులు సాయి రెడ్డి, ముధోల్ సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ ఎస్.కె నాజీం, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రీయంబర్స్మెంట్ విడుదల చేయాలని నిరసన

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : గత మూడు సంవత్సరాలుగా ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ విడుదల చేయకపోవడంతో విద్యార్థులు, కళాశాల యాజమాన్యాలు తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నాయని మండల కేంద్రమైన ముధోల్లోని గిర్వాణి- శ్రద్ధ డిగ్రీ కాలేజ్ ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థులు నిరసన తెలిపి భిక్షాటన చేపట్టారు. ప్రభుత్వం స్పందించి వెంటనే ఫీజు బకాయిలు విడుదల చేయాలని కోరారు. రియంబర్స్మెంట్ విడుదల చేయకపోవడంతో పేద మధ్యతరగతి విద్యార్థులు ఇబ్బందులకు గురవుతున్నారని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో గిర్వాణి డిగ్రీ కాలేజ్ డైరెక్టర్ బాలానంద్ దేశయ్, ప్రిన్సిపాల్ భాపురావు, శ్రద్ధ డిగ్రీ కాలేజ్ ప్రిన్సిపాల్ లక్ష్మణ్, లెక్చరర్స్, విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రబింద్రా పాఠశాలలో ఆటల పోటీలు

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : మండల కేంద్రమైన ముధోల్ లోని రబింద్ర పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ అసంవర్ సాయినాథ్ ఆధ్వర్యంలో ఆటల పోటీలు నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ 76వ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా పాఠశాలలో విద్యార్థులకు వాలీబాల్, కబడ్డీ, చెస్, బాస్కెట్ బాల్, కబడ్డీ, ఖోఖో ఆటలు ఆడించారు. గెలిచిన విద్యార్థులకు ఈనెల 26న బహుమతులు అందజేస్తామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కరస్పాండెంట్ రాజేందర్, డైరెక్టర్ పోతన్న యాదవ్, చైర్మన్ భీమ్ రావు దేశాయ్, ఉపాధ్యాయులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంస్కార్ పాఠశాలలో ఓటర్ దినోత్సవం

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : బైంసా పట్టణంలోని ఏపీ నగర్ కాలనీ సంస్కార్ ప్రాథమిక పాఠశాలలో జాతీయ ఓటర్ దినోత్సవాన్ని నిర్వహించారు. శుక్రవారం నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ఓటర్ ఆవశ్యకతను వివరించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన ర్యాలీని కాలనీ కౌన్సిలర్ చందూలాల్, ఆర్ఎంపి అసోసియేషన్ రాష్ట్ర నాయకులు మోహన్, హిందు వాహిని జిల్లా నాయకులు చింతపండు మహేష్, ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ పర్వాజి ప్రకాష్ తో పాటు విద్యార్థిని, విద్యార్థులు, పోషకులు, ఉపాధ్యాయులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లబ్ధిదారులను ఎంపిక చేయడానికి గ్రామ సభలు

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : ప్రజలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహిస్తున్న గ్రామసభల ద్వారా అర్హులైన లబ్ధిదారులను ఎంపిక చేయడం జరుగుతుందని ఎంపీడీవో శివకుమార్ తెలిపారు. ముధోల్ మండలంలోని విట్టోలి- చించాల - అష్ట-వడ్తాల్ గ్రామాల్లో గ్రామ సభలో నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామ సభల్లో రేషన్ కార్డులు- రైతు భరోసా- రైతు ఆత్మీయ- ఇంద్రమ్మ ఇండ్ల పథకం లబ్ధిదారుల జాబితాలను చదివి వినిపించారు. అదేవిధంగా అర్హులైన జాబితాను ప్రదర్శించి ప్రజల నుండి అర్జీలను స్వీకరించారు అర్హులై ఉండి పై పథకాలకు ఎంపిక కాని లబ్ధిదారుల నుండి దరఖాస్తు స్వీకరించేందుకు గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయాల్లో నాలుగు కౌంటర్లను ఏర్పాటు చేశారు. ప్రజలకు ఇబ్బందులు కలగకుండా ప్రతి ఒక్కరికి లబ్ధి చేకూరే విధంగా గ్రామసభలు విజయవంతంగా పూర్తి చేయడంలో జిల్లా విద్యాధికారి రామారావు తోపాటు ఎంపీడీవో శివకుమార్, తహసిల్దార్ శ్రీకాంత్, ప్రత్యేక అధికారులు తమదైన శైలిలో ముందుకెళ్లారు. అదే విధంగా వివిధ శాఖల అధికారులను సమన్వయం చేస్తూ లబ్ధిదారుల ఎంపికతో పాటు అర్హులైన వారి నుండి దరఖాస్తులను స్వీకరించారు. స్వీకరించిన దరఖాస్తులను వివిధ శాఖలకు పంపించి ఆన్లైన్ చేసి ప్రక్రియను సైతం ప్రారంభించారు. అదేవిధంగా మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో ప్రత్యేకంగా కౌంటర్ ను ఏర్పాటు చేసి పై నాలుగు పథకాలకు అర్హులైన వారి నుండి దరఖాస్తులను నిరంతరంగా స్వీకరించడం జరుగుతుందని వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రత్యేక అధికారులు, పంచాయతీ కార్యదర్శులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తల్లిదండ్రుల జ్ఞాపకార్థం విద్యార్థులకు విరాళం

- కౌన్సిలర్ చందులాల్ ఉదారత

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : తమ తల్లిదండ్రుల జ్ఞాపకార్థం ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదువుతున్న విద్యార్థులకు గణతంత్ర దినోత్సవం పురస్కరించుకొని నిర్వహించిన క్రీడా పోటీలో గెలుపొందిన సందర్భంగా భైంసా మున్సిపాలిటీ నాలుగో వార్డ్ కౌన్సిలర్ చందూలాల్ శుక్రవారం ఏపీ నగర్ కాలనీ ఉన్నత పాఠశాల, పిప్పిరి కాలనీ ప్రాథమిక పాఠశాల, ఏపీ నగర్ కాలనీ ప్రాథమికోన్నత పాఠశాల, విద్యార్థిని విద్యార్థుల కోసం నగదు విరాళాన్ని అందజేశారు. గత కొన్ని ఏళ్లుగా జాతీయ పండుగలకు విద్యార్థుల బహుమతుల కోసం విరాళాన్ని అందించడం పట్ల కాలనీవాసులు అభినందించారు. వారు చేస్తున్న సామాజిక సేవను ఈ సందర్భంగా కొనియాడారు. ఏపీ నగర్ ఉన్నత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు అడెల్లు, ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు శంకర్, కాలనీ నాయకులు మోహన్, పోషక కమిటీ అధ్యక్షులు గజ్జవ్వ, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గణతంత్ర దినోత్సవం జాతి గర్వించదగిన వేడుక

- రచన వడేకర్ లక్ష్మణ్

- గణతంత్ర దినోత్సవం ప్రాముఖ్యత

ముధోల్ (మన వెలుగు) జనవరి 25 : ప్రతి సంవత్సరం జనవరి 26న భారతదేశం గణతంత్ర దినోత్సవాన్ని ఘనంగా నిర్వహిస్తుంది. 1950లో భారత రాజ్యాంగం అమలులోకి రావడం ద్వారా మన దేశం ప్రజాస్వామ్య రిపబ్లిక్‌గా మారింది. ఈ రోజు మన స్వాతంత్ర్య సమరయోధుల త్యాగాలను స్మరించడమే కాకుండా, ప్రజాస్వామ్య హక్కులు, బాధ్యతలను గుర్తు చేసే ప్రత్యేక సందర్భం.విద్యార్థులు గణతంత్ర దినోత్సవాన్ని ఎలా జరుపుకోవాలి?...నేటి విద్యార్థులు గణతంత్ర దినోత్సవాన్ని స్ఫూర్తిదాయకంగా జరుపుకోవడానికి అనేక మార్గాలను అనుసరించవచ్చు:రాజ్యాంగ అవగాహన:భారత రాజ్యాంగం ప్రాముఖ్యతపై చర్చలు, క్విజ్‌లు, వ్యాసరచనలు నిర్వహించాలి.దేశభక్తి కార్యక్రమాలు:దేశభక్తి పాటలు, నాటకాలు, కవితలు ప్రదర్శించి దేశాభిమానాన్ని ప్రదర్శించాలి.సేవా కార్యక్రమాలు:స్వచ్ఛతా కార్యక్రమాలు, వృక్షారోపణ వంటి సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనాలి.ఆధునిక పద్ధతులు:సోషల్ మీడియాలో దేశభక్తి సందేశాలు పంచుకోవడం, ఆసక్తికరమైన భారత చరిత్ర వీడియోలు రూపొందించడం.జవాన్లకు నివాళి:సైనికుల త్యాగాలను గౌరవిస్తూ వారికి కృతజ్ఞతా సందేశాలు పంపడం.జాతీయ ఐక్యత:భారత వైవిధ్యమైన సంస్కృతిని అర్థం చేసుకుని పరస్పర గౌరవాన్ని పెంపొందించాలి.విద్యార్థులకు సందేశం:విద్యార్థులు భారత భవిష్యత్తు నిర్మాణంలో కీలక పాత్ర పోషించగలరు. గణతంత్ర దినోత్సవం కేవలం ఒక వేడుక కాదుబీ అది మన బాధ్యతలను గుర్తుచేస్తుంది.ముగింపు:గణతంత్ర దినోత్సవం మన దేశం పట్ల ప్రేమ, క్రమశిక్షణ, బాధ్యతను పెంపొందించడానికి ఉత్తమమైన అవకాశం. ప్రతి పౌరుడిగా మన దేశ అభివృద్ధికి కృషి చేయాలని ప్రతిజ్ఞ చేద్దాం.

ఇండియన్ పోలీస్ మెడల్ కి ఎంపికైనా మెట్ పల్లి సిఐ నిరంజన్ రెడ్డి

మెట్ పల్లి (మన వెలుగు) జనవరి 25 : విధినిర్వహణలో భాగంగా కష్టించి పనిచేసే పోలీస్ అధికారులకు గుర్తింపు వస్తుందని జిల్లా ఎస్పీ శ్రీ అశోక్ కుమార్ ఐపీఎస్ గారు తెలిపారు.పోలీస్ శాఖలో విశేషమైన సేవలందించినందుకుగాను కేంద్ర ప్రభుత్వం అందించే అత్యంత ప్రతిషాత్మకమైన ఇండియన్ పోలీస్ మెడల్ కి ఎంపిక అయన మెట్ పల్లి సి.ఐ ని జిల్లా ఎస్పీ అభినందించారు. 1989 సం// లో కానిస్టేబుల్ గా ఎంపిక.1990 లో మొదట కానిస్టేబుల్ గా జగిత్యాల రూరల్ పోలీసు స్టేషన్, కానిస్టేబుల్ ఉద్యోగం చేయుచుండగా పలు తీవ్రవాద వ్యతిరేఖ పోరాటంలో పలు ఎదురు కాల్పులలో పాల్గొనడం జరిగింది.1992 అక్టోబర్ లో హెడ్ కానిస్టేబుల్ గా అగ్జిలరీ ప్రమోషన్ ప్రభుత్వం ఇవ్వనైనది.1993 హెడ్ కానిస్టేబుల్ గా సిరిసిల్లాలో పోస్టింగ్ ఇవ్వడం జరిగింది. అక్కడ కూడా నక్సలైట్లకు వ్యతిరేకంగా పనిచేయడం జరిగింది. దానికి గాను - 1994 సం//లో ముఖ్యమంత్రి సేవ పథకం ప్రభుత్వం ఇవ్వడం జరిగింది.2000 సం// లో ఏఎస్ఐ గా పదోన్నతి.2012 సం// లో సీనియారిటీ ప్రకారంగా ఎస్ఐ గా పదోన్నతి.2013 సం// లో గొల్లపల్లి ఎస్ఐ గా భాద్యతలు.2016 సం//లో కథలాపూర్ ఎస్ఐ గా భాద్యతలు. 2023 లో సిఐ గా అగ్జిల్లరి ప్రమోషన్ ,విజిలెన్స్ లో పోస్టింగ్ లో ఉండగా సిఐ గా మెట్ పల్లికి రావడం జరిగింది.ఇప్పటివరకు ముఖ్యమంత్రి సేవ పథకం, క్యాష్ - రివార్డులు - 54, జిఎస్ఈ లు - 49, ప్రశంసా పతములు - 32 అందుకున్నారు.

చర్మాన్ని మెరిసేలా చేసే డ్రైఫ్రూట్..!

వాల్‌నట్స్ తినడం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యంగా, మెరుస్తూ ఉంటుంది. ఇందులో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, విటమిన్ ఇ, జింక్ వంటి పోషకాలు చర్మానికి మేలు చేస్తాయి. ఈ పోషకాలు చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేసి, ముడతలను తగ్గిస్తాయి. రోజూ వాల్‌నట్స్ తినడం వల్ల చర్మం, శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందుతాయి. రోజూ కొన్ని వాల్‌నట్స్ తినడం వల్ల చర్మం ఆరోగ్యంగా, తక్కువ ముడతలతో మెరుస్తూ ఉండటమే కాకుండా.. అనేక ఇతర శరీర ప్రాముఖ్యతలు కూడా పొందవచ్చు. ఇవి ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్, విటమిన్ ఇ, విటమిన్ బి వంటి పోషకాలను కలిగి ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు చర్మాన్ని హైడ్రేట్ చేసి దానిని యవ్వనంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి.వాల్‌నట్స్ లో ఉన్న ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ చర్మాన్ని లోతుగా మాయిశ్చరైజ్ చేస్తాయి. ఇది చలికాలంలో చర్మం పొడిబారకుండా ఉండటానికి సహాయపడుతుంది. చర్మం పొడిబారితే దానికి మరింత సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కానీ వాల్‌నట్స్ ఈ పరిస్థితిని నివారించి చర్మం మృదువుగా, నిగనిగలాడుతూ ఉంచుతుంది. ఈ రోజుల్లో చాలామంది చిన్న వయస్సులోనే ముడతల సమస్యతో బాధపడుతున్నారు. వాల్‌నట్స్‌లో ఉన్న యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్మం వృద్ధాప్య సంకేతాల నుండి రక్షణ కల్పిస్తాయి. వీటిని రెగ్యులర్‌గా తీసుకోవడం వల్ల చర్మం యవ్వనంగా, ముడతలు లేకుండా ఉండటానికి చాలా సహాయపడుతుంది. మొటిమలు ఎక్కువగా ఉండే వారు వాల్‌నట్స్ తీసుకుంటే వారికి మంచి ఫలితాలు వస్తాయి. ఇందులో ఉన్న జింక్, చర్మంలో నూనె ఉత్పత్తిని నియంత్రించి మొటిమలు తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. జింక్, చర్మంలో బ్యాక్టీరియా పెరగకుండా నియంత్రణ సాధిస్తుంది. దీంతో మొటిమల సమస్య తగ్గిపోతుంది. చర్మంపై మచ్చలు, నల్లటి వలయాలు పోవడం కోసం చాలామంది ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. వాల్‌నట్స్‌లో ఉన్న విటమిన్ ఇ, బి కాంప్లెక్స్, చర్మం సమానమైన రంగును అందించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి చర్మ ఛాయను మెరుగుపరచడం ద్వారా మచ్చలు తగ్గించి, చర్మాన్ని అందంగా తయారు చేస్తాయి. రోజుకు 28 గ్రాముల వాల్‌నట్స్ తీసుకోవడం ద్వారా మీ చర్మం ఆరోగ్యం బాగుంటుంది. శరీరానికి ఇంకా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పొందవచ్చు. కనీసం నాలుగు వాల్‌నట్స్ రోజూ నానబెట్టి తినడం, శరీరానికి, చర్మానికి మరిన్ని పోషకాలు అందించడానికి చాలా మంచిది. వాల్‌నట్స్ డైరెక్ట్‌గా కూడా తినొచ్చు, కానీ నానబెట్టి తినడం శరీరానికి మంచి ఫలితాలను అందిస్తుంది.

బార్లీ వాటర్‌తో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..!

బార్లీ వాటర్ ఆరోగ్యకరమైన డ్రింక్ అంటున్నారు వైద్య నిపుణులు. ముఖ్యంగా మధుమేహ రోగులకు అనుకూలంగా ఉంటుందట. అలాగే బార్లీ వాటర్ తాగడం వల్ల బరువు తగ్గడంలో, జీర్ణక్రియ మెరుగుపరచడంలో, శక్తిని పెంచడంలో ఉపయోగంగా ఉంటుంది. మొత్తానికి బార్లీ ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే రోజువారీ రిఫ్రెష్ డ్రింక్ అని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. బార్లీ వాటర్ తో అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..!బార్లీ వాటర్ ఆరోగ్యకరమైన శరీరానికి మంచి డ్రింక్. ఇది శరీరానికి రిఫ్రెష్ ఫీలింగ్ కలిగించడమే కాకుండా అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. ముఖ్యంగా బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్‌ను తగ్గించడంలో ఇది కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. మధుమేహ రోగుల కోసం బార్లీ వాటర్ తాగడం చక్కెర స్థాయిలను సమతుల్యం చేయడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీవనానికి చాలా అవసరం. బార్లీ నీటిలో పుష్కలంగా ఉండే కరిగే ఫైబర్ రక్తంలో చక్కెర లెవెల్స్ ఆకస్మికంగా పెరగకుండా నిరోధిస్తుంది. శాస్త్రవేత్తల అధ్యయనాలు బార్లీ వాటర్ తాగే వారిలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తగ్గినట్లు నిర్ధారించాయి. టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి బార్లీ వాటర్ మంచి చేస్తాయి. ఇది ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరచి, గ్లూకోజ్ సమతులతను కాపాడుతుంది. బార్లీ నీరు శరీరాన్ని శుభ్రపరచడంలో సహాయపడుతుంది. ఇందులోని మూత్రవిసర్జన లక్షణాలు శరీరంలోని వ్యర్థాలు, విషపదార్థాలను బయటకు పంపడంలో కీలకమైనవి. బార్లీ నీటిలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఎక్కువగా ఉండటంతో ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను అదుపులో ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. బార్లీలో టోకోఫెరోల్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది చెడు కొలెస్ట్రాల్ పెరగడాన్ని నిరోధిస్తుంది. ఇది గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటానికి, శరీరానికి అవసరమైన పుష్టికరమైన పదార్థాలను అందించడంలో సహాయపడుతుంది. బార్లీ వాటర్ కేవలం బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్‌ను మాత్రమే కాకుండా.. హృదయం ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. బార్లీ వాటర్ తాగడం బరువు తగ్గడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. తక్కువ కేలరీలు, అధిక ఫైబర్ గుణాలు శరీరంలో కొవ్వు తగ్గించి జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది శరీరానికి అవసరమైన నీటిశాతం కల్పించడం ద్వారా రోజువారీ శక్తిని కూడా అందిస్తుంది. బార్లీ వాటర్ తయారు చేయడం చాలా సులభం. బార్లీని బాగా కడిగి, ఒక గ్లాస్ నీటిలో వేసి మరిగించాలి. ఇది బ్రౌన్ కలర్ వచ్చాక వడగట్టండి. ఆ తర్వాత నిమ్మరసం, తేనె కలిపి తాగాలి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో లేదా భోజనం తర్వాత తాగడం చాలా మంచిది. బార్లీ వాటర్ ఆరోగ్యకరమైన, సహజమైన రోజువారీ డ్రింక్ అంటున్నారు వైద్య నిపుణులు.

గుండె ఆరోగ్యాన్ని ఎలా కాపాడుకోవాలి..?

చలికాలంలో హార్ట్ ఎటాక్ రిస్క్ అధికంగా ఉంటుందని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఉష్ణోగ్రతలు తగ్గడం వల్ల రక్తనాళాలు కుదించుకొని రక్త సరఫరా సమస్యలు కలిగిస్తాయి. ఛాతీ నొప్పి, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది, అలసట వంటి లక్షణాలు హార్ట్ బ్లాకేజీకి సంకేతాలు. క్రమం తప్పకుండా హార్ట్ చెకప్ చేయించుకోవడం చాలా ముఖ్యం. చలికాలంలో ఉష్ణోగ్రతలు తగ్గిపోవడం వల్ల గుండె సంబంధిత సమస్యలు పెరుగుతాయని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. వరల్డ్ హెల్త్ ఆర్గనైజేషన్ రిపోర్ట్ ప్రకారం.. వీటిలో ప్రధానంగా హార్ట్ ఎటాక్ కేసులు అధికంగా నమోదవుతున్నాయట. చలికాలంలో శరీరం శీతల ఉష్ణోగ్రతలకు అలవాటు పడే ప్రక్రియలో, రక్తనాళాలు కుదించుకోవడం ప్రారంభిస్తాయి. ఈ పరిస్థితి రక్త సరఫరాను అడ్డుకుని హార్ట్ బ్లాకేజీకి దారి తీస్తుంది.హార్ట్ బ్లాకేజీ ముందే గుర్తించడానికి కొన్ని లక్షణాలు సహాయపడతాయి. ఛాతీ నొప్పి, ఛాతీపై ఒత్తిడి అనుభవించడం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది పడటం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. వీటితో పాటు తేలికపాటి వ్యాయామం చేసినా శరీరం అలసిపోవడం, తలనొప్పి, మైకం వంటి సమస్యలు కూడా గమనించాల్సి ఉంటుంది. హార్ట్ బ్లాకేజీని నివారించడానికి జీవన విధానంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవాలి. రెగ్యులర్‌గా వ్యాయామం చేయడం, పొగత్రాగడం, మద్యం తాగడం వంటి అలవాట్లకు దూరంగా ఉండడం ముఖ్యం. పౌష్టిక ఆహారం తీసుకోవడం, రోజువారీ జీవన విధానంలో ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లను కలపడం ద్వారా రిస్క్ తగ్గించవచ్చు. హార్ట్ బ్లాకేజీ లక్షణాలు కనిపించిన వెంటనే వైద్యులను సంప్రదించడం చాలా ముఖ్యం. ఛాతీ నొప్పి సాధారణంగా గ్యాస్ సమస్య అని అనుకోకూడదు. నిర్లక్ష్యం చేస్తే హార్ట్ ఎటాక్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. కాబట్టి ఎలాంటి అనుమానాలు ఉన్నా వెంటనే పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. నడక లేదా చిన్న పనులు చేసినప్పుడు ఊపిరి తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది కలిగితే అది కూడా హార్ట్ బ్లాకేజీకి సంకేతమై ఉంటుంది. శరీరంలోని అలసటను తగ్గించడానికి సరైన జీవన విధానం అనుసరించడం చాలా అవసరం.

అంజీర పండు తింటే ఏమవుతుంది....?

ప్రతి రోజూ ఉదయం ఒక అంజీర పండు తినడం వల్ల ఎక్కువ ప్రయోజనం ఉంటుంది. ఇది కాకుండా, మీరు రాత్రిపూట పాలతో నానబెట్టి ఉదయం తినవచ్చు. ఇది ఎముకలను బలపరుస్తుంది. నిద్రను మెరుగుపరుస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవడానికి పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ముఖ్యంగా మీ రోజువారీ ఆహారంలో పండ్లు, డ్రై ఫ్రూట్స్ చేర్చుకుంటే, అవి మీ శరీరానికి అవసరమైన పోషణ, శక్తిని అందిస్తాయి. వీటిలో ఒకటి అంజీర. ఈ పండు దానిలోని పోషకాలు, ఔషధ గుణాల కారణంగా వేల సంవత్సరాలుగా ఉపయోగించబడుతున్న పండు. అది తాజా అత్తి పండ్లు లేదా ఎండిన అత్తి పండ్లు కావచ్చు. దీని వినియోగం మీ శరీరానికి అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తుంది. అత్తి పండ్లను "సహజ స్వీట్లు" అని కూడా పిలుస్తారు. ఎందుకంటే వాటి రుచి తీపి, జ్యూసిగా ఉంటుంది. ఇది రుచిలో మాత్రమే కాదు, ఇందులో ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఖనిజాలు, విటమిన్లు కూడా పుష్కలంగా ఉన్నాయి. రోజూ ఒక అంజీర పండు తినడం వల్ల అనేక అనారోగ్య సమస్యలను దూరం చేసుకోవచ్చు. మీ ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది.అత్తి పండ్ల పోషకాలు: కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, ఫైబర్, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ కె మరియు బి-కాంప్లెక్స్ అత్తి పండ్లలో పుష్కలంగా లభిస్తాయి. అంతేకాకుండా, ఇది యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫైటోన్యూట్రియెంట్లకు మంచి మూలం. ఈ పోషక మూలకాల వల్ల శరీరం అనేక ప్రయోజనాలను పొందుతుంది. అత్తి పండ్లలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది మీ జీర్ణవ్యవస్థను బలపరుస్తుంది. ఇది మలబద్ధకం, కడుపు నొప్పి, గ్యాస్ వంటి సమస్యల నుండి ఉపశమనాన్ని అందించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. అదనంగా మీ కడుపు కూడా శుభ్రంగా ఉంటుంది. అత్తి పండ్లలో తక్కువ కేలరీలు, అధిక ఫైబర్ ఉంటాయి. ఇది మీ పొట్ట చాలా కాలం పాటు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగపడుతుంది. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు దీన్ని కచ్చితంగా డైట్‌లో చేర్చుకోవచ్చు. అత్తి పండ్లలో అధిక పరిమాణంలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం ఉన్నాయి. ఇది ఎముకలను బలోపేతం చేస్తుంది. ఇది బోలు ఎముకల వ్యాధి వంటి సమస్యలను దూరం చేయడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. మీ కీళ్లలో నొప్పి ఉంటే, అంజీర్ పండ్లు మీకు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటాయి. అంజీర్‌లో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తహీనతతో బాధపడేవారికి ఇది చాలా మేలు చేస్తుంది. అందుకే దీన్ని మీ ఆహారంలో భాగం చేసుకోండి.

జాతి ఐక్యతకు దోహదకారి హిందీ

భారత జాతీయోద్యమంలో అఖిల భారతాన్ని జాగృతం చేసి, ఏక తాటిపై నడిపి, హిందీ భాష ఆనాడు దోహద పడిందనే భావనతో గాంధీజీ స్పూర్తితో, 1949 సెప్టెంబరు 14న రాజ్యాంగంలోని 351 వ అధికరణం 8వ షెడ్యూల్‌లో హిందీని జాతీయ భాషగా గుర్తిస్తూ పొందు పరిచారు. ఈ నిర్ణయాన్ని 1950 జనవరి 26 న అమల్లోకి వచ్చిన భారత రాజ్యాంగం ఆమోదించింది. అలా ప్రతి ఏటా నుండి సెప్టెంబర్ 14వ తేదీని "హిందీ దివస్" (రాష్ట్ర భాషా దినోత్సవం)గా, జనవరి 26ను "అధికార భాషగా స్వీకరించిన దినం"గా గుర్తించడం జరుగు తున్నది. ప్రశంసలు పొందిన భారతీయ పండితుడు, చరిత్రకారుడు, వేదాంత వేత్త, సాహితీ వేత్త, హిందీ పండితుడు, సర్వోదయ కార్యకర్త, గాంధేయ వాది, పాత్రికేయుడు, రాజకీయ నాయకుడు, సంస్కృత భాషపై సాధికారికత కలిగిన, బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి అయిన బియాహర్ రాజేంద్ర సింహా, 1949 సెప్టెంబర్ 14 న తన 50 వ పుట్టిన రోజున, హిందీని అధికారిక భాషగా స్వీకరించిన తరువాత వారి ప్రయత్నాలు ఫలించాయి. ఈ మేరకు హిందీకి అనుకూలంగా బియాహర్ రాజేంద్ర సింహాతో పాటు హజారీ ప్రసాద్ ద్వివేది, కాకా కలేల్కర్, మైథిలి శరణ్ గుప్త్, సేథ్ గోవింద్ దాస్ చేసిన కృషికి కృతజ్ఞతలు తెలుపుతూ భారత రాజ్యాంగ సభ భారత దేశ రిపబ్లిక్ యొక్క రెండు అధికారిక భాషలలో దేవనాగరి లిపిలో వ్రాయబడిన ఒకటిగా హిందీని రాజ్యాంగ సభ ఆమోదంతో స్వీకరించింది. 1949 సెప్టెంబరు 14వ తేదీన హిందీని జాతీయ భాషగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రకటించగా, ఈ నిర్ణయం 1950 జనవరి 26 న అమల్లోకి వచ్చిన భారత రాజ్యాంగం ఆమోదించింది. భారత రాజ్యాంగం లోని ఆర్టికల్ 343 ప్రకారం, దేవనాగరి లిపిలో వ్రాసిన హిందీని అధికారిక భాషగా స్వీకరించారు. మొత్తం మీద, భారత దేశంలో 22 షెడ్యూల్డ్ భాషలు ఉన్నాయి, వాటిలో రెండు అధికారికంగా యూనియన్ స్థాయిలో ఉపయోగించబడతాయి: హిందీ, ఇంగ్లీష్. అధికారిక భాష హిందీ దేవనాగరిక లిపి నుంచి రూపొందించబడింది. ఈ భాష ఇండో యూరోపియన్ భాష సంతతికి సంబంధించిన ఇండో-ఆర్యన్ శాఖకు చెందినది. హిందీ అంటే "పర్షియన్ కానుక" అని అర్ధం. హిందీ" మరియు "హిందూ" అనే పదాలు పాత పర్షియన్ కు చెందినవి, ఇవి "సింధు నది"ని సూచించే సంస్కృత పేరు సింధు నుండి వచ్చాయి. దీని అర్ధం " హింద్ (భారత దేశం) యొక్క లేదా చెందినది". హిందీ భాష చాలా వరకూ సంస్కృతం నుంచి గ్రహించ బడినది. అయితే కాలక్రమంలో ఉత్తర భారత దేశం లోని ముస్లిం ప్రభావం వల్ల పర్షియన్, అరబిక్, టర్కిష్ పదాలు హిందీలో చేరి ఉర్దూ భాష ఆవిర్భవించింది. మనం శుద్ధ హిందీ(ప్యూర్ హిందీ) భాషను రేడియోలలో, టి.వి. వార్తలలో వినవచ్చు. ప్రస్తుతం చలామణిలో ఉన్న హిందీ భాష చాలా వరకూ సులభతరం చేయ బడింది. ఉత్తర భారతదేశంలో ఇస్లామిక్ పరిపాలన వచ్చిన తరువాత, పాత హిందీ పెర్షియన్, అరబిక్ నుండి అనేక రుణ పదాలను సంపాదించింది. ఇది హిందూస్థానీ అభివృద్ధికి దారి తీసింది.అవధి మరియు బ్రజ్ భాష వంటి సాహిత్య ప్రామాణీకరణ ద్వారా హిందీ బెల్ట్ యొక్క వివిధ మాండలికాలు, భాషలు ప్రాముఖ్యతను సంతరించుకున్నాయి. మొఘల్ కాలం (1800 లు) చివరి భాగంలో భాషా ప్రతిష్టను పొందింది. ఆధునిక హిందీ, దాని సాహిత్య సంప్రదాయం 18 వ శతాబ్దం చివరిలో ఉద్భవించింది. ముందుగా దీనిని ఉత్తర భారత దేశం భాషగా (ప్రస్తుత పాకిస్తాన్‌తో సహా) బ్రిటిష్ వలస వాదులు, స్వదేశీ ప్రజలు స్వీకరించారు. 19 వ శతాబ్దం చివరలో, ఉర్దూ నుండి వేరుగా ఉన్న హిందూస్థానీ యొక్క ప్రామాణిక రూపంగా హిందీని మరింత అభివృద్ధి చేసే ఉద్యమం ఏర్పడింది. జాతిపిత మహాత్మా గాంధీ కూడా దేశంలో ఐక్యతను తీసుకు రావడానికి ఈ భాషనే వాడేవారు. ఈ భాషను "లాంగ్వేజ్ ఆఫ్ యూనిటి" అనేవారు. 9 రాష్ట్రాల్లో, 3 కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలలో అధికార భాష కాగా, 3 రాష్ట్రాల అదనపు అధికార భాష. బీహార్, ఛత్తీస్‌గఢ్, గుజరాత్ (అదనపు), హర్యానా, హిమాచల్ ప్రదేశ్, జార్ఖండ్, మధ్యప్రదేశ్, మిజోరం (అదనపు), రాజస్థాన్, ఉత్తర ప్రదేశ్, ఉత్తరాఖండ్, పశ్చిమ బెంగాల్ (బ్లాక్స్, డివిజన్లు లేదా 10 శాతం కంటే ఎక్కువ జనాభా ఉన్న జిల్లాల్లో) అండమాన్ మరియు నికోబార్ దీవులు, దాద్రా మరియు నగర్ హవేలి, డామన్ డయ్యూ, ఢిల్లీలలో రాజ్య మేలుతోంది.1954 లో, భారత ప్రభుత్వం హిందీ వ్యాకరణాన్ని సిద్ధం చేయడానికి ఒక కమిటీని ఏర్పాటు చేసిందిబీ కమిటీ నివేదిక 1958 లో "ఎ బేసిక్ గ్రామర్ ఆఫ్ మోడరన్ హిందీ"గా విడుదలైంది. రాతలో ఏక రూపతను తీసుకు రావడానికి, కొన్ని దేవనాగరి అక్షరాల ఆకారాన్ని మెరుగు పరచడానికి, అలాగే ఇతర భాషల నుండి శబ్దాలను వ్యక్తీకరించ డానికి కృషి జరిగింది. ఇతరులు అర్ధం చేసు కోవడాన్ని సులభమైన బాష హిందీ ఒక్కటేనని గుర్తు చేశారు. ప్రపంచంలోని చాలా దేశాలలో హిందీ భాష మాట్లాడుతారు. భారత దేశం వెలుపల, హిందీ మాట్లాడేవారు నేపాల్ లో 8 మిలియన్లు, యూ.ఎస్.ఏ లో 8,63,077, మారిషస్ లో 4,50,170బీ ఫిజీలో 3,80,000బీ దక్షిణాఫ్రికాలో 2,50,292బీ సురినామ్‌లో 1,50,000బీ ఉగాండాలో 1,00,000బీ యునైటెడ్ కింగ్‌డమ్‌లో 45,800బీ న్యూజిలాండ్‌లో 20వేలు, జర్మనీలో 20వేలు, ట్రినిడాడ్ మరియు టొబాగోలో 26వేలు, సింగపూర్‌లో 3 వేలు, మారిషస్, ట్రినిడాడ్, అమెరికా, దక్షిణాఫ్రికా, న్యూజిల్యాండ్ వంటి చాలా దేశాలలో ఇప్పటికీ హిందీ ముఖ్య భాషగా ఉంది. ఆసియా వెలుపల, భోజ్‌పురి, బిహారీ భాషలు, ఫిజియన్ మరియు ఇంగ్లీష్ ప్రభావంతో అవధి భాష (తూర్పు హిందీ మాండలికం) ఫిజీలో మాట్లాడ బడుతోంది. ఇది ఫిజీలో 1997 రాజ్యాంగం ప్రకారం "హిందుస్తానీ" గా పిలువబడే అధికారిక భాష. అయితే 2013 ఫిజి రాజ్యాంగంలో దీనిని "ఫిజి హిందీ" అని పిలుస్తారు. ఫిజీలో 3.8 లక్షల మంది మాట్లాడు తున్నారు. 2011 నేపాల్ జనాభా లెక్కల ప్రకారం నేపాల్‌లో సుమారు 77,569 మంది హిందీని మొదటి భాషగా, ఇంకా 1,225,950 మంది రెండవ భాషగా మాట్లాడతారు. దక్షిణాఫ్రికాలో రక్షిత భాషగా, రాజ్యాంగం ప్రకారం,దక్షిణాఫ్రికా భాషా బోర్డు ఇతర భాషలతో పాటు హిందీ పట్ల గౌరవాన్ని ప్రోత్సహిస్తున్నది. ఉర్దూ మాట్లాడే చాలా మంది పాకిస్తానీయులకు హిందీ అర్ధం చేసుకోవడం చాలా సులభం. ఇది హిందీ మాదిరిగానే హిందూస్థానీ భాష యొక్క ప్రామాణిక రిజిస్టర్‌బీ ఆధునిక హిందీ నేడు 250 మిలియన్లకు పైగా ప్రజలకు మొదటి భాషగా, 1.8 బిలియన్ల ప్రజలు మాట్లాడే భాషగా ఉంది. అంటే దేశంలో 1/8 వ ప్రజలు ఉపయోగించే భాషగా, దేశాన్ని ఏకం చేసే భాషగా హిందీ గుర్తించ బడుతోంది. జాతీయ భాషగా వర్ధిల్లుతోంది. హిందీ నేర్చు కోవడానికి చాలామంది ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారు. ఆర్టికల్ 351 ప్రకారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు తమకు నచ్చిన భాషలో పని చేయడానికి స్వేచ్ఛను కలిగి ఉన్నాయి. స్థానికేతర హిందీ మాట్లాడే వారిపై బలవంతపు రుద్దడానికి విస్తృతమైన ప్రతిఘటన, ముఖ్యంగా దక్షిణ భారత దేశంలో (తమిళనాడు వంటివి) 1963 అధికారిక భాషల చట్టం ఆమోదించడానికి దారితీసింది. ప్రపంచం లోనే ఎక్కువగా మాట్లాడే భాషలలో ఒకటిగా హిందీ భాషకు ప్రత్యేక గుర్తింపు ఉండడం గమనార్హం. అయితే మాతృభాషపై ఉన్న మమకారముతో సంబంధిత రాష్ట్రాలలో ప్రతివారికి విద్యా విధానాలు అందాలంటే తప్పని సరిగా మాతృభాష లోనే చదువు కోవాలి. విభిన్న భాషలు ఉన్న భారత దేశములో ఒకరి భావావేశాలు మరొకరు అర్ధము చేసు కునేందుకు ఒక కనీస ఉమ్మడి భాష అవసరము ఎంతైనా ఉంది. ప్రపంచ దేశాల ప్రజలతో సంభాషించేందుకు ఇంగ్లీష్ కు ఉన్న ప్రాముఖ్యత మరియే ఇతర భాషకు లేదు. ఇంగ్లీష్ నేర్చుకోవడం తప్పనిసరి అవుతున్నది. ఈ విధంగా హిందీయేతర ప్రాంతాలలో మూడు భాషలు నేర్చుకోవడం కష్టతరము, ఇబ్బందులకు హేతువు అవుతుంది. కనుక హిందీని తప్పనిసరిగా నేర్చుకోమని బలవంత పెట్టకూడ దనేది విద్యావేత్తల అభిప్రాయం. నరేంద్ర మోడీ ప్రభుత్వం అందుకే ప్రాథమిక దశలో విద్యార్ధులకు మాతృ భాషలో విద్య నేర్చుకునే విషయంపై ప్రధానంగా దృష్టి నిలిపింది.

రాజ్యాంగ మూలప్రతి రూపకర్త

బెనెగల్ నరసింహా రావు భారత దేశంలో దాదాపు తెర మరుగైన వ్యక్తి, కనుమరుగైన పేరు. బి.ఎన్.రావుగా నాడు సుపరిచితులయిన ఆయన భారత రాజ్యాంగం రూపొందించిన అసలు వ్యక్తి అని తెలిస్తే ఆశ్చర్యం కలుగక మానదు.రాజ్యాంగ ముసాయిదా కమిటీ అధ్యక్షులుగా బాబా సాహెబ్ ఎన్నుకోబడిన సందర్భంలో ఆయన అన్న మాటలు.. "షెడ్యూల్డ్ కులాల ప్రయోజనాలను కాపాడుకోవడం అనే ఒకే ఒక్క తలంపుతో వచ్చిన నాకు రాజ్యాంగ అసెంబ్లీలో ఇటువంటి మరింత బాధ్యతాయుతమ్కెన అధికారం చేపట్టమని నాకు అప్పగించారు. రాజ్యాంగ అసెంబ్లీ నన్ను డ్రాఫ్టింగ్ కమిటీకి సభ్యుడిగా నన్ను ఎన్నుకున్నప్పుడు నేను చాలా ఆశ్చర్య పోయాను. అలాగే అంతకు మించి నేను ముసాయిదా కమిటీకి ఛైర్మన్ గా ఎన్నుకో బడినప్పుడు మరింత ఆశ్చర్యపడ్డాను. ఎందుకంటే అప్పటికే డ్రాఫ్టింగ్ కమిటీలో నాకన్నా మెరుగ్కెన, మరింత సమర్థవంతుల్కెన వారుండటం. అలాగే... "నాకు ఇచ్చిన క్రెడిట్ నిజంగా నాకు చెందినది కాదు. ఇది కొంతవరకు రాజ్యాంగ అసెంబ్లీకి రాజ్యాంగ సలహాదారు సర్ బిఎన్ రావుకు చెందినది, వారు ముసాయిదా కమిటీ పరిశీలన కోసం రాజ్యాంగం యొక్క కఠినమైన ముసాయిదాను సిద్ధం చేశారు". అని డాక్టర్ బిఆర్ అంబేద్కర్ 25 నవంబర్ 1949 న రాజ్యాంగ అసెంబ్లీలో తన ముగింపు ప్రసంగంలో పేర్కొన డాన్ని బట్టి నరసింహా రావు ప్రతిభ, గొప్పతనం స్పష్టం అవుతున్నది. రాజ్యాంగ అసెంబ్లీ అధ్యక్షుడు డా. బాబు రాజేంద్ర ప్రసాద్ గారు కూడా రాజ్యాంగ సంతకం రోజున బి.ఎన్.రావు కృషిని కీర్తిస్తూ చేసిన ప్రస్తావన రావు ప్రతిభను తేటతెల్లం చేస్తున్నది. 1887 ఫిబ్రవరి 26న సంప్రదాయ బ్రాహ్మణ మేధావుల కుటుంబంలో మంగళూరులో జన్మించి, సివిల్ సర్వీసెస్, న్యాయ శాస్త్ర పారంగతునిగా పేరెన్నిక గని, బ్రిటిష్ ఇండియాలో న్యాయమూర్తిగా పని చేసి, అపార అనుభవం గడించి, 1947 లో బర్మా మరియు 1950 లో భారతదేశం యొక్క రాజ్యాంగాలను రూపొందించడంలో ప్రధాన పాత్ర పోషించారు. నరసింహా రావు (26 ఫిబ్రవరి 1887 - 30 నవంబర్ 1953) 1950 నుండి 1952 వరకు ఐక్యరాజ్య సమితి భద్రతా మండలికి అధ్యక్షునిగా ఉన్నారు. ఐక్యరాజ్యసమితి భద్రతా మండలి (1950%-%52) లో భారత ప్రతినిధిగా, అధ్యక్షుడిగా పని చేశారు. కొంతకాలం (1944-45) జమ్మూ కాశ్మీర్ రాష్ట్ర మంత్రిగా పనిచేశారు . ఫిబ్రవరి 1952 నుండి మరణించే వరకు, హేగ్‌లోని అంతర్జాతీయ న్యాయస్థాన న్యాయమూర్తిగా పనిచేశారు. తూర్పు బెంగాల్ లోని అనేక జిల్లాల్లో న్యాయమూర్తిగా పనిచేశారు. 1925 లో, అస్సాం ప్రభుత్వం ప్రావిన్షియల్ కౌన్సిల్ కార్యదర్శిగా సుమారు ఎనిమిది సంవత్సరాలు ఈ పదవిలో పనిచేశారు. ఈ విధులతో పాటు, సైమన్ కమిషన్‌కు ఆర్థిక సహాయం కోసం మెమోరాండాను రూపొందించడం విషయంలో అస్సాం ప్రభుత్వానికి సహకరించారు. వాటర్స్ కమిషన్ అధ్యక్షుడిగా పనిచేశారు. కలకత్తా హైకోర్టులో న్యాయమూర్తిగా పనిచేశారు. జమ్మూ కాశ్మీర్ రాచరిక ప్రధాన మంత్రిగా ఉంటూ,1945 లో అప్పటి కాశ్మీర్ మహారాజాతో విభేదాలను అనుసరించి ఆయన ఈ పదవికి రాజీనామా చేశారు. సంస్కరణల కార్యాలయంలో ఉండటానికి మరియు రాజ్యాంగ మరియు సమాఖ్య సమస్యలపై పనిచేయడానికి ఇష్టపడగా, గవర్నర్ జనరల్ కార్యాలయంలో కార్యదర్శిగా నియమించ బడ్డారు., రాజ్యాంగ సంస్కరణలపై పనిచేశారు. రావు 1946 లో రాజ్యాంగ అసెంబ్లీకి రాజ్యాంగ సలహాదారుగా నియుక్తులు అయినారు. రాజ్యాంగ ముసాయిదా రాజ్యాంగంపై చర్చలో నిమగ్నమై ఉండగా, హైదరాబాద్ నిజాం మరియు భారత ప్రభుత్వాల మధ్య జరిగిన వివాదంలో ఐక్యరాజ్య సమితి భద్రతా మండలి జోక్యం చేసుకోగలదా అనే ప్రశ్నపై సంక్షిప్త సమాచారం సిద్ధం చేయడానికి రావు పనిచేశారు.1946 లో భారత రాజ్యాంగాన్ని రూపొందించడంలో రాజ్యాంగ సభకు రాజ్యాంగ సలహాదారుగా బిఎన్ రావు నియమించ బడ్డారు. ఫిబ్రవరి 1948 లో దాని ప్రారంభ ముసాయిదాను సిద్ధం చేశారు. ఇట్టి ముసాయిదాను 26 నవంబర్ 1949 న భారత రాజ్యాంగ సభ చర్చించింది, సవరించింది మరియు చివరకు స్వీకరించింది. భారత రాజ్యాంగాన్ని రూపొందించడంలో తన పరిశోధనలో భాగంగా, 1946లో, ఆయన యుఎస్, కెనడా ఐర్లాండ్ మరియు యునైటెడ్ కింగ్‌డమ్‌లలో పర్యటించారు, అక్కడ రాజ్యాంగ చట్టంపై న్యాయ మూర్తులు, పండితులు మరియు అధికారులతో వ్యక్తిగత సంప్రదింపులు జరిపారు. ఇతరులలో, అమెరికన్ సుప్రీంకోర్టు జస్టిస్ ఫెలిక్స్ ఫ్రాంక్‌ఫర్టర్‌ను కలిశారు. రాజ్యాంగ సలహాదారుగా అయన తయారుచేసిన ముసాయిదా అక్టోబర్ 1947 లో సమర్పించ బడింది. ఇతరదేశాల యొక్క రాజ్యాంగాలప్కె తనకు గల విస్తృత పరిజ్ఞానంతోఅలాగే మన దేశంలోని పరిస్థితులప్కె తనకు గల అపార అధికార నైపుణ్యం తో పాటు తన స్వంత పరిపాలనా అనుభవము రంగరించి తన బాధ్యతను సక్రమంగా నెరవేర్చారు రావు. ఈ ముసాయిదాతో పాటు, రాజ్యాంగ అసెంబ్లీ ఏర్పాటు చేసిన వివిధ ఇతర కమిటీలు ప్రతిపాదించినవి పరిగణనలోకి తీసుకోబడ్డాయి.బిఆర్ అంబేద్కర్ అధ్యక్షతన 1947 ఆగస్టు 29 న ముసాయిదా కమిటీని ఏర్పాటు చేసిన రాజ్యాంగ అసెంబ్లీ తీర్మానం, "రాజ్యాంగ సలహాదారుగా రావు తయారుచేసిన రాజ్యాంగం యొక్క ముసాయిదాను పరిశీలించడానికి, అప్పటికే అసెంబ్లీలో తీనుకున్న నిర్ణయాలను అమలులోకి తెచ్చేందుకు, దానికి సంబంధించిన అన్ని విషయాలను చేర్చడానికి లేదా మార్చుటకు చర్యలు చేపట్టడం జరిగింది. ముసాయిదా కమిటీ మొదటి ముసాయిదాను 1948 ఫిబ్రవరిలో ప్రచురించింది. ముసాయిదాపై చర్చించడానికి, సవరణలను ప్రతిపాదించడానికి భారత ప్రజలకు ఎనిమిది నెలల సమయం ఇవ్వబడింది. ప్రజల వ్యాఖ్యలు, విమర్శలు మరియు సలహాల వెలుగులో, బిఆర్ అంబేద్కర్ 4 నవంబర్ 1948 న (మొదటి పఠనం) తర్వాత రెండవ పఠనం నిబంధన పరిశీలనకు ఒక సంవత్సరం పట్టింది. మూడు చిత్తుప్రతులు మరియు మూడు రీడింగుల తరువాత, రాజ్యాంగం 26 నవంబర్ 1949 న ఆమోదించినట్లు ప్రకటించబడింది. ఇక బి.ఎన్. రావే స్వయంగా రాజ్యాంగపు మొదటి విడతగా 243 ఆర్టికల్స్ (వర్గాలు) వ్రాసి రాజ్యాంగ రచనా కమిటీకి అందజేశారు. ఆ కమిటీ సభ్యులు కలసి రావు ప్రాథమికంగా రూపొందించిన 243 ఆర్టికల్స్‌ను 315గా రూపొందించారు. చివరకి 2473 సవరణల తరువాత ప్రస్తుత రాజ్యాంగం యొక్క చివరి రూపం మొత్తం 395 నిబంధనలతో సంతరించుకుని తుది రూపు దాల్చింది. రాజ్యాంగ సలహాదారుగా బి.ఎన్.రావు తయారు చేసిన అసలు ప్రతి (ఒరిజినల్ డ్రాఫ్టింగ్) ఆధారంగానే రాజ్యాంగ రచనా కమిటీ రాజ్యాంగాన్ని తయారు చేసిందని, మార్పులు, చేర్పులు, సవరణలతో రెండవ పఠన దశలో అసెంబ్లీచే ఆమోదింప బడిందని స్పష్టం అవుతున్నది.

జామ, ఉసిరి ఏది మేలు చేస్తుంది...?

అన్ని కాలాల్లో ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే సీజనల్ పండ్లు, కూరగాయలు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా చలికాలంలో రోగాలు ఎక్కువగా దాడి చేస్తాయి. ఇలా జరగకుండా ఉండాలంటే ఈ కాలంలో వచ్చే పండ్లు ఆహారంలో తప్పని సరిగా తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా జామ, ఉసిరి వీటిని ఆహారంలో భాగంగా తీసుకుంటే ఎన్నో ఆరోగ్య సమస్యల నుంచి కాపాడుకోవచ్చు. చలికాలంలో కొన్ని రకాల ఆహారాలు తప్పనిసరిగా తినడం ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. అటువంటి వాటిల్లో జామ, ఉసిరి ముందు వరుసలో ఉంటాయి. వీటిల్లో అనేక రకాల పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి రెండూ సూపర్ ఫుడ్స్. పురాతన కాలం నుంచి వివిధ ఆరోగ్య సమస్యలను నయం చేయడానికి వీటిని ఉపయోగిస్తున్నారు. అయితే వీటిలో ఒకటి ఎంచుకోవలసి వస్తే, ఏది ఆరోగ్యకరమైనది అనే సందేహం కలుగుతుంది. జామలో విటమిన్ సి, ఫైబర్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, పొటాషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. ఉసిరిలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా ఉసిరిలో ఐరన్, కాల్షియం, టానిన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్ వంటి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి శరీరాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడానికి ఉపయోగపడతాయి. ఇవి రెండింటిలోనూ విటమిన్ సి కంటెంట్ అధికంగా ఉంటుంది. అయితే అధిక యాంటీఆక్సిడెంట్ స్థాయిల కారణంగా జామను ఎక్కువగా తీసుకోమని నిపుణులు చెబుతుంటారు. జామ, ఉసిరి..ఇవి రెండూ రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. జామలో విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల రోగనిరోధక శక్తి కూడా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది కణాలను దెబ్బతినకుండా కాపాడుతుంది. చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తుంది. ఉసిరి రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడమే కాకుండా సహజమైన నిర్విషీకరణగా కూడా పనిచేస్తుంది. ఇది టాక్సిన్స్‌ను బయటకు పంపడానికి సహాయపడుతుంది. జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. ఉసిరిలోని యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఆర్థరైటిస్, డయాబెటిస్ వంటి దీర్ఘకాలిక సమస్యలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఉసిరిలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది సాధారణ జలుబు లక్షణాల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. మొత్తం రోగనిరోధక శక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. జామల ఫైబర్ అధికంగా ఉండే పండు. ఇది జీర్ణక్రియను ప్రోత్సహిస్తుంది. మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది. గట్‌లో ఆరోగ్యకరమైన మైక్రోబయోటాను నిర్వహించడానికి ఇది చాలా మంచిది. ఉసిరి జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఇది ప్రేగు కదలికలను నియంత్రిస్తుంది. జీర్ణ ఎంజైమ్‌ల ఉత్పత్తికి సహాయపడుతుంది. ఉసిరిని అజీర్ణం, ఉబ్బరం చికిత్సకు ఆయుర్వేదంలో విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తారు. జామలోని పీచు పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఉసిరి జీర్ణవ్యవస్థను నియంత్రిస్తుంది. కాబట్టి ఈ రెండూ జీర్ణక్రియకు మంచి ఎంపిక.