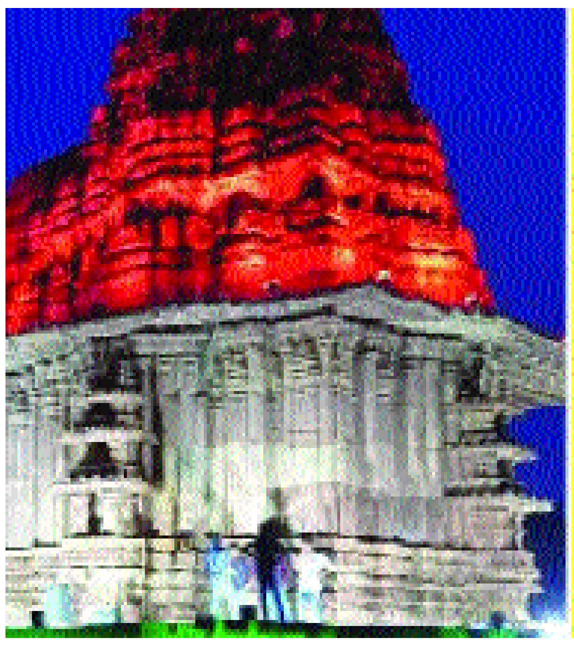
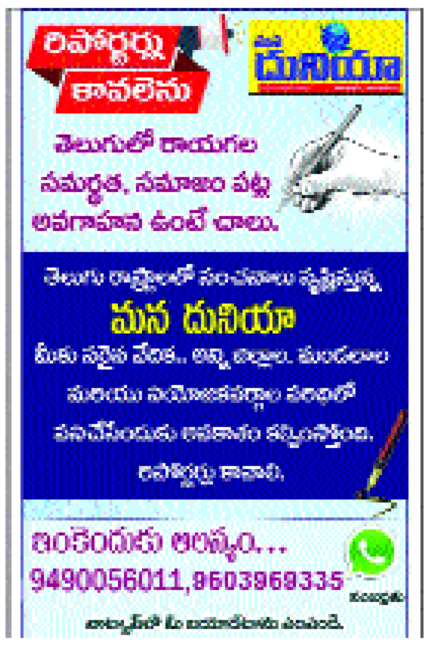


మన దునియా

మన అక్షరం - మన ప్రపంచం

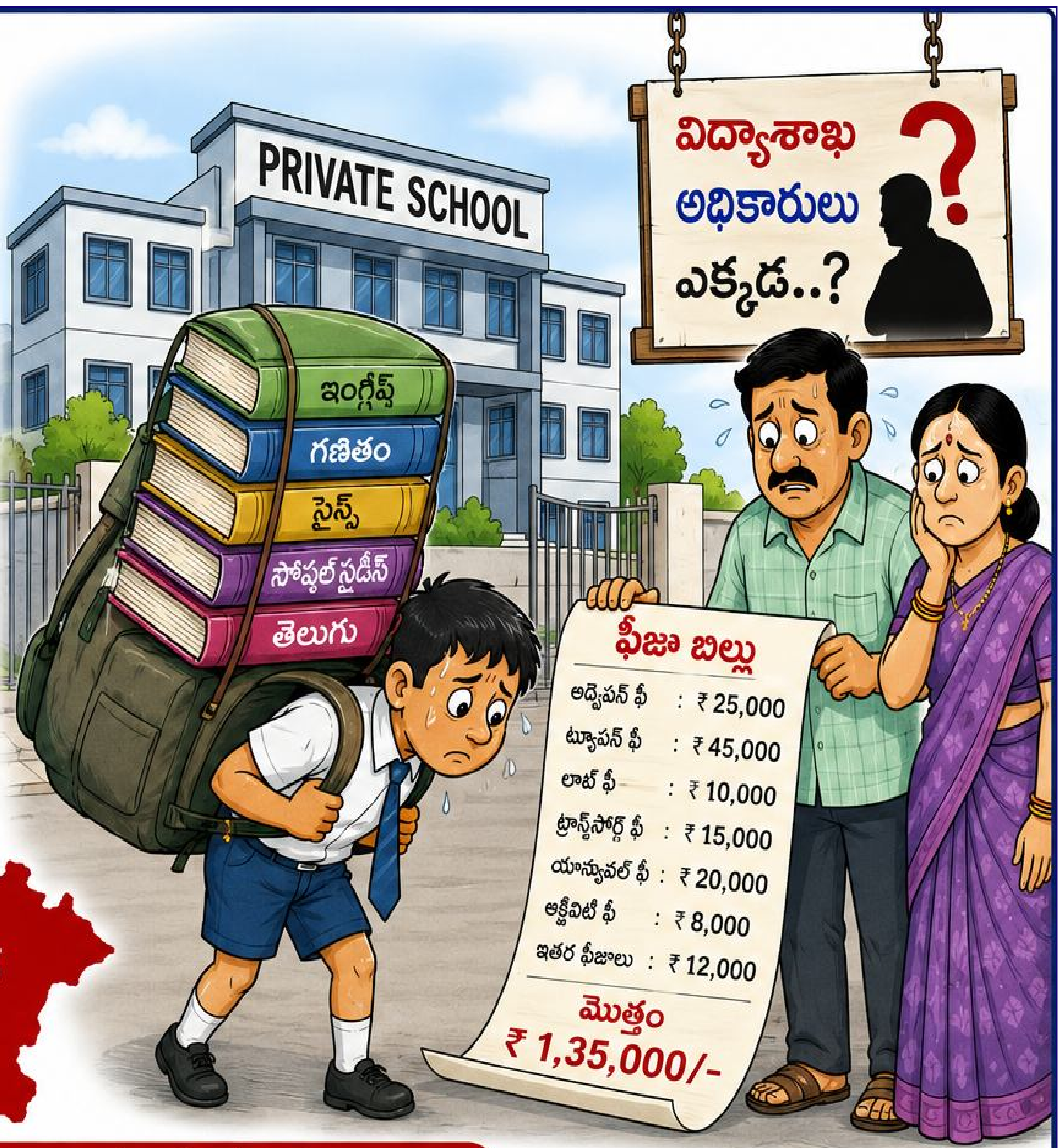
RNI Number TELTEL/2023/85680



సంపుటి : 3 | సంచిక : 292 | జూన్ 20 శనివారం 2026 | పేజీలు : 8 | వెల రూ. 4.00/-

పుస్తకాల బరువు కంటే.. ఫీజు బిల్లుల బరువే ఎక్కువ!

కానీ విద్యాశాఖ అధికారుల తనిఖీలు మాత్రం కనిపించవు



వరంగల్ జిల్లాలో ప్రైవేట్ స్కూలేం ఇష్టారాజ్యం.. మధ్యతరగతి కుటుంబాలపై ఫీజుల భారం

అపారదర్శక ఫీజులపై నియంత్రణ తీసుకురావాలి.. ప్రైవేట్ స్కూళ్ల దోపిడీకి అడ్డుకట్ట వేయాలి!

మన దునియా,వరంగల్ జిల్లా ప్రతినిధి:జూన్ 19

కొత్త విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభం కావడంతో వరంగల్ జిల్లాలో ప్రైవేట్ స్కూల్ల ఫీజుల భారం తల్లిదండ్రులను తీవ్రంగా కలవరపెడుతోంది. పిల్లల భవిష్యత్తు కోసం మంచి విద్య అందించాలని ఆశించే మధ్యతరగతి కుటుంబాలు, ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలు విధిస్తున్న అధిక ఫీజులు, పుస్తకాల ఖర్చులు, యూనిఫాంలు, రవాణా ఛార్జీలతో ఆర్థిక ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్నాయి.'ప్రెస్టీజ్' పేరుతో, నాణ్యమైన విద్య అందిస్తామనే హామీలతో ప్రైవేట్ స్కూల్‌లు భారీ మొత్తాలను వసూలు చేస్తున్నాయని తల్లిదండ్రులు ఆరోపిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పుస్తకాలు, నోట్‌బుక్స్, స్టడీ మెటీరియల్‌ను స్కూల్ల ద్వారానే కొనుగోలు చేయాలని ఒత్తిడి తెస్తూ

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

సాయికృష్ణ కుటుంబానికి న్యాయం చేస్తాం: సీఎం హామీ

మన దునియా,ఆంధ్రప్రదేశ్:జూన్ 19

అమరావతి: మృతుడు సాయికృష్ణ కుటుంబ సభ్యులు ముఖ్యమంత్రి ఎన్. చంద్రబాబు నాయుడును కలిసి తమ ఆవేదనను వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా సాయికృష్ణ తల్లి మాట్లాడుతూ, తమకు న్యాయం చేస్తానని సీఎం హామీ ఇచ్చారని తెలిపారు. ఘటనకు బాధ్యులైన నిందితులపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారని వెల్లడించారు.సాయికృష్ణ కేసులో తప్పు చేసిన వారిని ఉపేక్షించబోమని సీఎం భరోసా ఇవ్వడంతో తమకు

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

మనకు ఎప్పటికీ ఆయనే స్ఫూర్తి: రాహుల్ బర్త్‌డే సందర్భంగా రేవంత్ విషెస్

- నేడు రాహుల్ గాంధీ పుట్టినరోజు
- దేశ వ్యాప్తంగా వేడుకలు జరుపుకుంటున్న కాంగ్రెస్ శ్రేణులు
- దేశానికి రాహుల్ సేవలు ఇలాగే కొనసాగాలని ఆకాంక్షించిన రేవంత్

నేడు కాంగ్రెస్ అగ్రనేత, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నాయకుడు

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

మధ్యలోకి వస్తే ఖబడ్దార్.. మళ్లీ వెంటబడి ఓడిస్తాం: మంత్రి శ్రీధర్ బాబుకు కవిత మాస్ వార్నింగ్

- సింగరేణి బాయిబాట కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న కవిత
- కార్మికుల హక్కుల సాధన కోసం పోరాడుతామని భరోసా
- కార్మికులను కలవకుండా పోలీసులు ఆంక్షలు పెడుతున్నారని మండిపాటు

ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా ఏజెన్సీ ప్రాంతంలో నిర్వహించిన సింగరేణి 'బాయిబాట' కార్యక్రమం తీవ్ర రాజకీయ వేడిని రగిల్చింది. మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబును టార్గెట్ చేస్తూ తెలంగాణ రక్షణ సమితి (టీఆర్ఎస్) అధినేత్రి కల్వకుంట్ల కవిత అత్యంత

(మిగతా 2వ పేజీలో..)

కార్పొరేట్ పాఠశాలలకు పోటీగా ప్రభుత్వ స్కూళ్లు

- 27 లక్షల మంది విద్యార్థులకు 'విద్యా కిట్ల' పంపిణీ ప్రారంభం
- తెలంగాణ చరిత్రలో ఇదొక సువర్ణాధ్యాయం
- పేద విద్యార్థుల ఆత్మగౌరవాన్ని పెంచేందుకే ఈ నిర్ణయం
- రూ. 200 కోట్లతో ఒక్కో ఇండియా స్కూల్ నిర్మాణం
- ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క

మన దునియా,హైదరాబాద్:జూన్ 19

తెలంగాణలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న పేద, మధ్యతరగతి విద్యార్థుల జీవితాల్లో వెలుగులు నింపేలా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఒక చారిత్రాత్మక కార్యక్రమానికి శ్రీకారం చుట్టిందని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని ఇందిరమ్మ

మన దునియా
మన అక్షరం - మన ప్రపంచం

సాయికృష్ణ కుటుంబానికి న్యాయం చేస్తాం: సీఎం హామీ

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

న్యాయం జరుగుతుందనే నమ్మకం కలిగిందని ఆమె పేర్కొన్నారు. నిజాలు వెలుగులోకి వచ్చి బాధ్యులకు శిక్ష పడాలని కోరుకున్నారు.మరోవైపు సాయికృష్ణ మామ నవరంగ్ మాట్లాడుతూ, ఈ ఘటనకు రాజకీయాలతో ఎలాంటి సంబంధం లేదని స్పష్టం చేశారు. దీనిని రాజకీయ కోణంలో చూడొద్దని, ఇది ఒక పోలీస్ స్టేషన్‌లో జరిగిన ఘటన మాత్రమేనని అన్నారు. కేసు దర్యాప్తు నిష్పక్షపాతంగా జరిగి కుటుంబానికి న్యాయం చేయాలని ఆయన కోరారు. ఈ కేసు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా చర్చనీయాంశంగా మారగా, ఘటనపై ప్రభుత్వం తీసుకునే చర్యలపై అందరి దృష్టి నెలకొంది.

మనకు ఎప్పటికీ ఆయనే స్ఫూర్తి: రాహుల్ బర్త్‌డే సందర్భంగా రేవంత్ విషెస్

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

రాహుల్ గాంధీ జన్మదినం. ఏఐసీసీ పిలుపు మేరకు దేశంలోని అన్ని రాష్ట్రాల్లో కాంగ్రెస్ శ్రేణులు భారీ ఎత్తున బర్త్‌డే వేడుకలు, సామాజిక కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారు. రాహుల్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఆయనకు పార్టీలకు అతీతంగా రాజకీయ ప్రముఖులు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నారు.తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఎక్స్ వేదికగా రాహుల్ గాంధీకి ప్రత్యేకంగా శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు. "మనకు ఎప్పటికీ స్ఫూర్తిదాయక నాయకుడైన రాహుల్ గాంధీ గారికి నా హృదయపూర్వక జన్మదిన శుభాకాంక్షలు. భారతదేశంలో ప్రజాస్వామ్య విలువలను కాపాడటం, సామాజిక న్యాయం అందించడం, ప్రజా సంక్షేమం పట్ల ఆయన చూపిస్తున్న అచంచలమైన నిబద్ధత కోట్లాది మందికి నిరంతరం కొండంత స్ఫూర్తినిస్తోంది. ఆయన దేశానికి, దేశ ప్రజలకు ఇలాగే తన నిరంతర సేవలను కొనసాగించాలి. రాహుల్ గాంధీ గారు ఎల్లప్పుడూ ఆయురారోగ్యాలతో, సంతోషంతో, మరింత శక్తితో వర్ధిల్లాలని నేను మనస్ఫూర్తిగా దేవుడిని కోరుకుంటున్నాను" అంటూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తన ట్వీట్ లో పేర్కొన్నారు.రాహుల్ గాంధీ బర్త్‌డే సందర్భంగా తెలంగాణవ్యాప్తంగా ఉన్న గాంధీ భవన్ సహా అన్ని నియోజకవర్గ కేంద్రాల్లో కాంగ్రెస్ నాయకులు కేకులు కట్ చేసి స్వీట్లు పంచుతున్నారు. పలు ప్రాంతాల్లో పేదలకు అన్నదానాలు, ఆసుపత్రుల్లో పండ్ల పంపిణీ వంటి సేవా కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నారు.

మధ్యలోకి వస్తే ఖబడ్దార్.. మళ్లీ వెంటబడి ఓడిస్తాం: మంత్రి శ్రీధర్ బాబుకు కవిత మాస్ వార్నింగ్

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు. "కార్మికులకు, మాకు మధ్య రావాలని చూస్తే ఖబడ్దార్. గతంలో చేసిన తప్పులకే నిన్ను వెంటబడి ఓడించాం. మళ్లీ అదే పునరావృతమైతే వచ్చే ఎన్నికల్లోనూ నిన్ను వెంటాడి మరీ ఓడిస్తాం" అంటూ మంత్రి శ్రీధర్ బాబుకు ఆమె మాస్ వార్నింగ్ ఇచ్చారు.బొయిబాట కార్యక్రమంలో భాగంగా కల్వకుంట్ల కవిత అడ్రియాల లాంగ్ వాల్ ప్రాజెక్టు అండర్‌గ్రౌండ్ మైన్‌లోకి దిగి కార్మికులతో ముఖాముఖి మాట్లాడారు. నల్లబొగ్గు బావుల్లో కార్మికులు పడుతున్న కష్టాలను, ప్రాణసంకట పరిస్థితులను స్వయంగా అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఒక కార్మికుడు తను అనుభవిస్తున్న ఇబ్బందులను వివరిస్తుండగా కవిత తీవ్ర చలనానికి లోనై మైన్ లోపలే కంటతడి పెట్టారు. కార్మికులకు తాము ఎల్లప్పుడూ తోడుగా ఉంటామని, హక్కుల సాధన కోసం పోరాడుతామని భరోసానిచ్చారు.అనంతరం బొగ్గు గని వద్ద నిర్వహించిన భారీ గేట్ మీటింగ్‌లో కవిత మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై, సింగరేణి యాజమాన్యంపై తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. ఉత్తర తెలంగాణకు ఆర్థిక వెన్నెముకగా నిలిచిన సింగరేణి సంస్థకు ప్రస్తుత ప్రభుత్వమే పెద్ద విద్రోహిగా మారిందని ధ్వజమెత్తారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సింగరేణికి దాదాపు రూ. 50 వేల కోట్ల బకాయిలు పెట్టడం వల్లే సంస్థ తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందుల్లో కూరుకుపోయిందని ఆరోపించారు. అధికారులకు ప్రొడక్షన్ టార్గెట్లు పెంచడంపై ఉన్న శ్రద్ధ... కార్మికులకు కనీస సౌకర్యాలు, ఆధునిక పనిముట్లు కల్పించడంపై లేదని మండిపడ్డారు."అండర్‌గ్రౌండ్ మైనింగ్‌లో మెషినరీని అప్‌గ్రేడ్ చేయడం లేదు. మ్యాన్ చైర్ మీద 45 నిమిషాల పాటు ప్రయాణించడం వల్ల కార్మికులు తీవ్రమైన వెన్నునొప్పితో బాధపడుతున్నారు. సింగరేణిలో ఇప్పటికీ బ్రిటిష్ కాలం నాటి దోపిడీ వ్యవస్థ నడుస్తోంది. జేఎంఓటీ లో ఉన్న వారికి తొమ్మిదేళ్లు గడుస్తున్నా ప్రమోషన్లు ఇవ్వకుండా అధికారులు వేధిస్తున్నారు" అని కవిత ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.తాను సింగరేణి కార్మికులను కలవకుండా ఉండేందుకు గత నాలుగు రోజులుగా పోలీసులు ఆంక్షలు పెడుతూ అడ్డుకుంటున్నారని కవిత ఆరోపించారు. అసలు సింగరేణి పరిధిలోకి పోలీసులకు అనుమతే లేదని, గేట్ మీటింగ్‌కు వస్తే కార్మికుల జీతాలు కట్ చేస్తామని యాజమాన్యం బెదిరించడం దుర్మార్గమన్నారు. ఒక్క కార్మికుడి జీతం కట్ చేసినా తాను ఇక్కడే గని ముందే ధర్నాకు కూర్చుంటానని హెచ్చరించారు. రాబోయే సింగరేణి గుర్తింపు సంఘం ఎన్నికల్లో హెచ్ఎంఎస్ (HMS) ను భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని పిలుపునిచ్చారు.

కార్పొరేట్ పాఠశాలలకు పోటీగా ప్రభుత్వ స్కూళ్లు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

ప్రభుత్వం రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న దాదాపు 27 లక్షల మంది విద్యార్థులకు నాణ్యమైన వస్తువులతో కూడిన విద్యా కిట్లను పంపిణీ చేసే బృహత్తర కార్యక్రమాన్ని చేపట్టిందని న్నారు. ఇది కేవలం ఒక రోజువారీ ప్రభుత్వ కార్యక్రమం కాదని, దశాబ్దాలుగా ఉన్న విద్యా వ్యవస్థలో విప్లవాత్మక మార్పులకు, విద్యార్థుల ఆత్మగౌరవానికి ప్రతీక అని డిప్యూటీ సీఎం అన్నారు.

కార్పొరేట్ స్థాయికి దీటుగా..

కార్పొరేట్, ప్రైవేట్ పాఠశాలలకు దీటుగా ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులకు కూడా కిట్లను ప్రజాప్రభుత్వం అందిస్తోందని డిప్యూటీ సీఎం చెప్పారు. ఈ కిట్‌లో అందించే బూట్లు, యూనిఫామ్స్, పుస్తకాలు, బెడ్ షీట్స్ వంటి ప్రతి వస్తువును అత్యంత నాణ్యతతో రూపొందించినట్లు ఆయన ప్రకటించారు. గత ప్రభుత్వాల మాదిరిగా మొక్కుబడిగా కాకుండా, ప్రజాధనంలోని ప్రతి పైసాకు జవాబుదారీతనంగా ఈ వస్తువులను విద్యార్థులకు అందిస్తున్నట్లు చెప్పారు. రాష్ట్రంలోని 27 లక్షల మంది విద్యార్థులకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్వయంగా ఒక తండ్రిలా బాధ్యత తీసుకొని ఈ కిట్లను అందిస్తున్నారు. విద్యార్థుల బంగారు భవిష్యత్తే రాష్ట్ర భవిష్యత్తు అనే నినాదంతో ప్రభుత్వం ముందుకు సాగుతోందన్నారు. ప్రజాప్రభుత్వం ఇస్తున్నయూనిఫామ్ కేవలం ఒక గుడ్డ ముక్క కాదు... మేము ఇస్తున్న బూట్లు కేవలం కాళ్లకు వేసుకునేవి కావు... అవి ప్రభుత్వ పాఠశాల విద్యార్థులు సమాజంలో మేమెవరికీ తక్కువ కాదని ధైర్యంగా, సగర్వంగా తల ఎత్తుకుని తిరిగేలా చేసే ఆత్మగౌరవ ప్రతీకలుగా ఆయన అభివర్ణించారు.

ప్రపంచంతో పోటీ పడేలా యంగ్ ఇండియా స్కూల్స్

విద్యాబుద్ధులతో పాటు విద్యార్థుల ఆహార్యం, మౌలిక వసతులు కూడా అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఉండాలన్నదే ప్రజా ప్రభుత్వ సంకల్పం. ఇందులో భాగంగానే ఒక్కొక్క ఇంటిగ్రేటెడ్ పాఠశాలను రూ. 200 కోట్ల భారీ వ్యయంతో ప్రపంచ స్థాయి వసతులతో తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం ఒకేసారి 100 యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్లను మంజూరు చేసిందన్నారు. ఇటీవలే 'ఆరుట్ల' గ్రామంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు చేతుల మీదుగా ప్రారంభమైన "తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్" దీనికి సజీవ సాక్ష్యం. అక్కడ నిర్మించిన అత్యాధునిక కిచెన్ ఏ కార్పొరేట్ స్కూళ్లోనూ లేని విధంగా ఉన్నాయన్నారు. భవిష్యత్తులో తెలంగాణలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలలన్నీ ఇదే రీతిన మారబోతున్నాయి.

విపక్షాలపై ఘాటు విమర్శలు

రాష్ట్రంలో పేద, బడుగు, బలహీన వర్గాల పిల్లల భవిష్యత్తు కోసం ప్రభుత్వం ఇంత పెద్ద ఎత్తున సంస్కరణలు చేపడుతుంటే, ప్రతిపక్ష నాయకులు అవాకులు చవాకులు పేలడంపై ఆయన తీవ్రంగా మండిపడ్డారు. అభివృద్ధి చెందుతున్న తెలంగాణను చూసి, ప్రపంచంతో పోటీ పడుతున్న విద్యార్థులను చూసి అభినందించాల్సింది పోయి, విమర్శలు చేయడం వారి సంకుచిత మనస్తత్వానికి నిదర్శనమని విమర్శించింది.

నిరంతరాయంగా విద్యా యజ్ఞం

ఈ విద్యా కిట్ల పంపిణీ కార్యక్రమం ఇందిరమ్మ ప్రభుత్వానికి అత్యంత ప్రియమైనదని, ఇది నిరంతరాయంగా కొనసాగుతుందని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది. ఈ చారిత్రాత్మక సందర్భాన్ని పురస్కరించుకుని రాష్ట్రంలోని 27 లక్షల మంది విద్యార్థులకు, వారి తల్లిదండ్రులకు తెలంగాణ సమాజానికి ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

పుస్తకాల బరువు కంటే.. ఫీజు బిల్లుల బరువే ఎక్కువ!

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

వేలాది రూపాయలు వసూలు చేస్తున్నారని వాపోతున్నారు.కొన్ని పాఠశాలల్లో ఒకే తరగతి విద్యార్థికి పుస్తకాలకే రూ.8 వేల నుంచి రూ.12 వేల వరకు ఖర్చు అవుతోందని, అదనంగా ఫీజులు, ఇతర చార్జీలు కలిపి లక్ష రూపాయల వరకు భారం పడుతోందని తల్లిదండ్రులు చెబుతున్నారు. దీంతో పిల్లల చదువుల కోసం అప్పులు చేయాల్సిన పరిస్థితులు కూడా నెలకొంటున్నాయి.ఇక విద్యాశాఖ అధికారులు ప్రైవేట్ స్కూల్‌ల ఫీజుల వ్యవహారంపై పర్యవేక్షణ చేయడంలో విఫలమవుతున్నారనే విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. ప్రభుత్వం మార్గదర్శకాలు ఉన్నప్పటికీ వాటి అమలుపై అధికారులు నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారని పలువురు అభిప్రాయపడుతున్నారు.వరంగల్ జిల్లాలో ప్రైవేట్ స్కూల్‌ల ఫీజుల నిర్ణాణం, పుస్తకాల విక్రయాలు, అదనపు వసూళ్లపై ప్రత్యేక తనిఖీలు నిర్వహించాలని తల్లిదండ్రులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. జిల్లా కలెక్టర్ స్వయంగా జోక్యం చేసుకుని విద్యాశాఖ అధికారులతో కలిసి ప్రత్యేక నిఘా ఏర్పాటు చేయాలని కోరుతున్నారు.

ప్రజల డిమాండ్ ఇదే..

ప్రైవేట్ స్కూల్‌ల ఫీజులపై ప్రత్యేక ఆడిట్ నిర్వహించాలి.

పుస్తకాల విక్రయాల్లో అక్రమాలపై విచారణ చేపట్టాలి.

అదనపు ఫీజులు వసూలు చేసే విద్యాసంస్థలపై చర్యలు తీసుకోవాలి.

జిల్లా స్థాయిలో ఫిర్యాదు కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలి.

"విద్యను వ్యాపారంగా కాకుండా సేవగా చూడాలి. తల్లిదండ్రుల ఆర్థిక పరిస్థితిని దృష్టిలో ఉంచుకుని ప్రభుత్వం కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి" అని వరంగల్ జిల్లా ప్రజలు కోరుతున్నారు.

మన దునియా
మన అక్షరం - మన ప్రపంచం

రాఘవేంద్ర కాలనీ ప్రజలకు చెత్త డంపింగ్ యార్డ్ శాపంగా మారింది..

మన దునియా,గద్వాల:జూన్ 19

గద్వాల పట్టణం 9వ వార్డు రాఘవేంద్ర కాలనీ సమీపంలో ఏర్పాటు చేసిన మున్సిపల్ చెత్త డంపింగ్ యార్డ్ స్థానిక ప్రజలకు తీవ్ర ఇబ్బందులు కలిగిస్తోంది. గతంలో కాలనీకి దూరంగా ఉన్న ఈ డంపింగ్ ప్రదేశం, ప్రస్తుతం కాలనీ విస్తరించడంతో నివాస గృహాల మధ్యలో ఉన్నట్లుగా మారింది. దీంతో ప్రతిరోజూ వివిధ వార్డుల నుండి తీసుకొచ్చే తడి చెత్త, పొడి చెత్తను ఇక్కడే డంప్ చేయడంతో పరిసర ప్రాంతాల్లో భరించలేని దుర్వాసన వ్యాపిస్తోంది.ఉదయం వాకింగ్‌కు వెళ్లే ప్రజలు, విద్యార్థులు, వృద్ధులు, మహిళలు తీవ్ర అసౌకర్యానికి గురవుతున్నారు. చెత్త కుప్పల వల్ల దోమలు, ఈగలు విపరీతంగా పెరిగి సమీప ఇళ్లలోకి చేరుతున్నాయని కాలనీ వాసులు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇప్పటికే దుర్వాసనతో ఇబ్బందులు పడుతుండగా, రానున్న వర్షాకాలంలో పరిస్థితి మరింత దారుణంగా మారే అవకాశం ఉందని వారు ఆందోళన చెందుతున్నారు.పర్యావరణ నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, నివాస ప్రాంతాలకు సమీపంలో చెత్త డంపింగ్ కొనసాగితే డెంగ్యూ, మలేరియా, చికున్‌గున్యా, వైరల్ జ్వరాలు, చర్మ వ్యాధులు, శ్వాసకోశ సంబంధిత సమస్యలు పెరిగే ప్రమాదం ఉంది. వర్షాల సమయంలో చెత్తలో నిల్వ ఉండే నీరు దోమల పెంపక కేంద్రాలుగా మారి ప్రజారోగ్యానికి ముప్పుగా పరిణమించే అవకాశం ఉంది.అంతేకాకుండా, చెత్త నుండి వెలువడే దుర్వాసన, విషవాయువులు చిన్నారులు, వృద్ధులు, గర్భిణీలు మరియు అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న వారిపై తీవ్ర ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉందని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. నివాస ప్రాంతాల మధ్య చెత్త

డంపింగ్ కొనసాగడం ప్రజల ఆరోగ్య హక్కులకు భంగం కలిగించే అంశమని స్థానికులు పేర్కొంటున్నారు.కాబట్టి స్థానిక వార్డు కౌన్సిలర్, మున్సిపల్ చైర్మన్, మున్సిపల్ కమిషనర్ తక్షణమే స్పందించి రాఘవేంద్ర కాలనీ సమీపంలోని చెత్త డంపింగ్ యార్డ్‌ను తొలగించి, పట్టణానికి కనీసం రెండు నుండి మూడు కిలోమీటర్ల దూరంలో శాస్త్రీయ పద్ధతుల్లో నిర్వహించే ప్రదేశానికి తరలించాలని కాలనీ ప్రజలు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.ప్రజల ఆరోగ్యం కంటే ముఖ్యమైనది మరొకటి లేదని, సమస్య తీవ్రరూపం దాల్చకముందే అధికారులు చర్యలు తీసుకుని రాఘవేంద్ర కాలనీ వాసులకు ఉపశమనం కల్పించాలని స్థానికులు కోరుతున్నారు. ప్రజారోగ్య పరిరక్షణలో భాగంగా మున్సిపల్ అధికారులు వెంటనే స్పందించి శాశ్వత పరిష్కారం చూపాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంది.

కమ్మదనం గురుకులానికి 'బెస్ట్ స్కూల్', శారదకు 'బెస్ట్ ప్రిన్సిపల్' అవార్డు

మన దునియా,షాద్‌నగర్:జూన్ 19

"గెలుపు మా సొంతం.. గమ్యం మా ప్రయాణం" అనే నినాదాన్ని నిజం చేస్తూ కమ్మదనం సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల బాలికల పాఠశాల మరో అరుదైన గౌరవాన్ని సొంతం చేసుకుంది. విద్యా రంగంలో విశిష్ట సేవలు, విద్యార్థుల అద్భుత విజయాలను గుర్తిస్తూ ప్రగతి వెల్ఫేర్ సొసైటీ కమ్మదనం గురుకులాన్ని బెస్ట్ స్కూల్‌గా, పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ శారదను బెస్ట్ ప్రిన్సిపల్‌గా ఎంపిక చేసి అవార్డుతో సత్కరించింది. ఒకప్పుడు సంక్షేమ గురుకులాలు పేద విద్యార్థులకు విద్య అందించే కేంద్రాలుగా మాత్రమే భావించేవారు. అయితే ప్రస్తుతం అవి విజయాల కర్మాగారాలుగా మారి గ్రామీణ ప్రాంతాలకు చెందిన విద్యార్థులను ఉన్నత శిఖరాలకు చేర్చుతున్నాయి. ముఖ్యంగా ఆర్థికంగా వెనుకబడిన కుటుంబాల నుంచి వచ్చిన బాలికలు గురుకులాల్లో అందుతున్న నాణ్యమైన విద్య, ఉచిత వసతులు, ఉపాధ్యాయుల ప్రత్యేక పర్యవేక్షణతో అత్యుత్తమ ఫలితాలు సాధిస్తున్నారు. ఇటీవల విడుదలైన పదో తరగతి ఫలితాల్లో కమ్మదనం గురుకుల విద్యార్థినులు విశేష ప్రతిభ కనబరిచారు. మొత్తం 80 మంది విద్యార్థినుల్లో 44 మంది 500కు పైగా మార్కులు, 35 మంది 450కు పైగా మార్కులు సాధించగా, మరో విద్యార్థిని 380 మార్కులు సాధించింది. అలాగే ఇంటర్మీడియట్, నీట్, జేఈఈ వంటి పోటీ పరీక్షల్లోనూ గురుకుల విద్యార్థినులు ప్రతిభ చాటుతూ కార్పొరేట్ విద్యాసంస్థలకు సైతం సవాల్ విసురుతున్నారు. ఈ విజయాలను గుర్తించిన ప్రగతి వెల్ఫేర్ సొసైటీ, షాద్‌నగర్ డివిజన్ పరిధిలోని పాఠశాలలను పరిశీలించి కమ్మదనం గురుకులాన్ని ఉత్తమ పాఠశాలగా ఎంపిక చేసింది. అదే విధంగా ప్రిన్సిపాల్ శారద సేవలను గుర్తించి 'బెస్ట్ ప్రిన్సిపల్' అవార్డును ప్రదానం చేసింది. ఈ సందర్భంగా ప్రిన్సిపాల్ శారద మాట్లాడుతూ, "మా విద్యార్థినుల్లో అంకితభావం ఎంతో ఎక్కువ. వారికి అవసరమయ్యేది సరైన అవకాశం, మార్గదర్శకత్వం మాత్రమే. ఉపాధ్యాయుల ప్రత్యేక శ్రద్ధ, అదనపు తరగతుల ద్వారా విద్యార్థినులను ఉన్నత స్థాయికి తీసుకెళ్లగలిగాం. వారు సాధించిన విజయాలు రాబోయే తరాలకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తాయి. భవిష్యత్తులో మరింత మంది విద్యార్థినులు ఉన్నత విజయాలు సాధించాలని ఆకాంక్షిస్తున్నాం" అని తెలిపారు..

కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలకు ఐఎఫ్ టి యు పోరాడుతుంది

మన దునియా, జూన్ 19,మంచిర్యాల జిల్లా

ఆర్చి లైట్ కంపెనీ అరాచకాలను వ్యతిరేకిస్తూ ఐఎఫ్టియు ఆధ్వర్యంలో టోల్గేట్ లో సమ్మె చేస్తున్న పెట్రోలింగ్ వెహికల్స్ డ్రైవర్స్ డ్రైవర్లు హెల్పర్లు ఆర్ పి ఓ లు సమ్మెలో పాల్గొంటున్నారని మందమర్రి టోల్గేట్ లో ఐఎఫ్టియు ఆధ్వర్యంలో ఈఎస్ఐ పిఎఫ్ బోనస్ జీవో ప్రకారం కనీస వేతనాలు పండగ రోజులలో డ్యూటీ చేస్తే డబుల్ మాస్టర్ వేతనంతో కూడిన జాతీయ పండగ మాస్టర్లు తదితర హక్కులను సాధించడం జరిగిందని అయితే ఈ మధ్యకాలంలో ఈ టోల్ గేట్ కు జితేందర్ ఇన్చార్జి వచ్చి డ్రైవర్ల మధ్యలో చిచ్చు పెట్టి మీరెవరు కూడా యూనియన్ లో ఉండొద్దని ప్రలోభ పెట్టి యూనియన్ కు దూరం చేయడం జరిగిందని అనంతరం డ్రైవర్లను తొలగించడం కొత్త డ్రైవర్లని పెట్టుకోవడం యూనియన్ చేసిన అగ్రిమెంట్ కంటే తక్కువ వేతనం చెల్లించడం ఈపీఎఫ్ డబ్బులు తక్కువ కట్టడం పండగ రోజులలో డ్యూటీ చేస్తే డబ్బులు మాస్టర్ ఇవ్వకపోవడం డ్రైవర్లు అనేక రకాల ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేసి సాధించుకున్న హక్కులను కొల్లగొట్టడం వల్ల ఆర్చ్ లైట్ కంపెనీకి వ్యతిరేకంగా నేటి నుంచి డ్రైవర్లు సమ్మె చేస్తున్నారు ఈ సమ్మెకు భారత కార్మిక సంఘాల సమాఖ్య ఐఎఫ్టియు పూర్తి మద్దతునిస్తుంది ఆర్చి లైట్ కంపెనీ ఇంచార్జి జితేందర్ చేస్తున్న కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలకు వ్యతిరేకంగా ఐఎఫ్టియు పోరాడుతుంది డ్రైవర్లు కోల్పోయిన హక్కులను సాధించుకునే అంతవరకు ఈ సమ్మె కొనసాగుతుంది అలాగే అక్రమంగా తొలగించిన అంబులెన్స్ డ్రైవర్ ని డ్యూటీకి తీసుకునే అంతవరకు ఈ సమ్మె కొనసాగుతుంది పూర్తి హక్కులు సాధించేవరకు ఐఎఫ్టియు డ్రైవర్లకు మద్దతిస్తుందని తెలుపుతూ ఈ సమ్మెలో మంచిర్యాల జిల్లా ఐ ఎఫ్ టి యు కార్యదర్శి డి బ్రహ్మానందం, జిల్లా నాయకులు ఎస్ తిరుపతి రెడ్డి, ఎండి జాఫర్ పాల్గొని ఈ సమ్మెకు మద్దతు తెలిపారు.

దళిత రత్న అవార్డు గ్రహీతకు ఘన సన్మానం

మన దునియా, జూన్ 19, మంచిర్యాల జిల్లా

మందమర్రి పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఇటీవల దళిత రత్న అవార్డు అందుకున్న రామంచ కుమార్ కు ఘన సన్మాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు మంద తిరుమలరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో పట్టణంలోని మనోవికాస్ స్కూల్ ఆవరణలో జరిగిన ఈ కార్యక్రమంలో రామంచ కుమార్‌కు శాలువా కప్పి ఘనంగా సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ నాయకులు మాట్లాడుతూ, సామాజిక సేవా రంగంలో రామంచ కుమార్ చేస్తున్న సేవలకు గుర్తింపుగా దళిత రత్న అవార్డు లభించడం గర్వకారణమని పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తులో కూడా ఆయన మరిన్ని సేవా కార్యక్రమాలు చేపట్టి సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలవాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ కాంగ్రెస్ నాయకులు, మహిళా నాయకురాళ్లు, కార్యకర్తలు మరియు పలువురు ప్రముఖులు పాల్గొని రామంచ కుమార్‌కు అభినందనలు తెలిపారు.

ఘనంగా రాహుల్ గాంధీ జన్మదిన వేడుకలు

మన దునియా, జూన్ 19,మంచిర్యాల జిల్లా

భావి భారత ఆశాదీపం, ప్రజా నాయకులు రాహుల్ గాంధీ జన్మదినం సందర్భంగా మందమర్రి పట్టణంలోని మనోవికాస్ పాఠశాలలో కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షులు మంద తిరుమల్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు.ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా డిసిసి అధ్యక్షులు రఘునాథ్ రెడ్డి పాల్గొని విద్యార్థులతో కలిసి కేకు కట్ చేసి, విద్యార్థులకు నోట్ బుక్స్, పెన్నులు, పండ్లు, మిఠాయిలు పంపిణీ చేశారు.అనంతరం నాయకులు మాట్లాడుతూ రాహుల్ గాంధీ చేపట్టిన భారత్ జోడో యాత్ర ద్వారా దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాలలో పర్యటించి కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులకు నూతనోత్సాహం కలిగించారని, తెలంగాణలో అధికారం చేపట్టడంలో భారత్ జోడో యాత్ర కీలక పాత్ర పోషించిందని తెలిపారు. కేంద్రంలో ఉన్న బీజేపీ ప్రభుత్వం ఓట్ చోరీతో అధికారం చేపడుతూ, రాష్ట్రాల హక్కులను కాలరాస్తుందని, ఓట్ చోరీతో పాటు సీట్ చోరీకి పాల్పడుతూ ప్రతిపక్షాలను అణిచివేసే కుట్రలు చేస్తున్నారని తెలిపారు. ప్రాంతీయ పార్టీలను విచ్ఛిన్నం చేసి ఇడి, సిబిఐ పేరుతో నాయకులను బెదిరింపులకు గురి చేసి పార్టీలను కూడా చోరీ చేస్తున్నారని తెలిపారు.ఈ దేశానికి రాహుల్ గాంధీ నాయకత్వం అవసరమని, వారు ప్రధాని పదవి చేపట్టేవరకు ప్రతి ఒక్క కార్యకర్త కూడా శక్తివంచన లేకుండా కృషి చేయాలని సూచించారు.ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు, జిల్లా మరియు పట్టణ కమిటీ నాయకులు, యూత్, మహిళా, మైనారిటీ, సేవాదళ్, అనుబంధ సంఘాల నాయకులు, సోషల్ మీడియా వారియర్స్, బూత్ ఇంఛార్జ్ లు పాల్గొన్నారు.

మన దునియా

మన అక్షరం – మన ప్రపంచం

ఇథనాల్ మిశ్రమ పెట్రోల్ విధానాన్ని పునఃసమీక్షించాలి

తెలంగాణ రాష్ట్ర సహకార యూనియన్ మాజీ చైర్మన్ రాజా వరప్రసాద్

మన దునియా,హైదరాబాద్:జూన్ 19

పెట్రోల్‌లో ఇథనాల్ మిశ్రమాన్ని 20 శాతం నుంచి 85 శాతం, అనంతరం 100 శాతానికి పెంచాలన్న కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయం కుట్రపూరితమైనదని, మోసపూరిత చర్యగా భావిస్తున్నట్లు తెలంగాణ రాష్ట్ర సహకార యూనియన్ మాజీ చైర్మన్ రాజా వరప్రసాద్ విమర్శించారు. శుక్రవారం విడుదల చేసిన పత్రికా ప్రకటనలో ఆయన మాట్లాడుతూ, పెట్రోల్ అనేది క్రూడ్ ఆయిల్ నుంచి లభించే శిలాజ ఇంధనమని, ఇథనాల్ మాత్రం చెరుకు, ధాన్యాలు వంటి వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల ద్వారా తయారవుతుందని పేర్కొన్నారు. పెట్రోల్‌తో పోల్చితే ఇథనాల్‌కు మండే స్వభావం తక్కువగా ఉండటంతో ప్రస్తుతం ఉన్న పెట్రోల్ వాహనాల ఇంజన్లపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఒక లీటర్ ఇథనాల్ తయారీకి భారీ స్థాయిలో నీటి వినియోగం అవసరమవుతుందని, దీని వల్ల భవిష్యత్తులో దేశం తీవ్రమైన నీటి సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొనే ప్రమాదం ఉందన్నారు. 2023 నుంచే 20 శాతం ఇథనాల్ మిశ్రమ పెట్రోల్ విక్రయాలు ప్రారంభమైనప్పటికీ, దానిని మరింత పెంచే ప్రయత్నాలు లక్షల కోట్ల రూపాయల వ్యాపార ప్రయోజనాలతో ముడిపడి ఉన్నాయని ఆరోపించారు. ఇథనాల్ ఉత్పత్తి చేసే పరిశ్రమలకు లాభం చేకూర్చే ఉద్దేశంతోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ నిర్ణయం తీసుకుందని ఆయన విమర్శించారు. భవిష్యత్తులో అధిక శాతం ఇథనాల్ వినియోగించే వాహనాలు మార్కెట్లోకి వస్తే ప్రస్తుతం ఉన్న పెట్రోల్ వాహనాల వినియోగదారులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొనే పరిస్థితి ఏర్పడుతుందని పేర్కొన్నారు. ఇథనాల్‌కు బదులుగా విద్యుత్ ఆధారిత వాహనాలను ప్రోత్సహించాలని, ఈవీ వాహనాలపై సబ్సిడీలు పెంచడంతో పాటు చార్జింగ్ స్టేషన్ల సంఖ్యను విస్తరించాలని కేంద్ర ప్రభుత్వానికి సూచించారు. ప్రజల ప్రయోజనాల కంటే కార్పొరేట్ వర్గాల ప్రయోజనాలకు ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారనే అభిప్రాయాన్ని వ్యక్తం చేశారు. పెట్రోల్‌లో 20 శాతం ఇథనాల్ కలుపుతున్నప్పటికీ, పెట్రోల్ ధరలు తగ్గకపోవడం వెనుక కారణాలను కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రజలకు వివరించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ అంశంపై అన్ని రాజకీయ పార్టీలు స్పందించి ప్రజల ప్రయోజనాలను కాపాడాలని రాజా వరప్రసాద్ కోరారు.

ఏపీ కి వచ్చిన ఘరానా దొంగలు....దొంగలు

బాబోయ్ దొంగలు... దడ పుట్టిస్తున్న థార్ దొంగలు

మన దునియా,ఆంధ్రప్రదేశ్:జూన్ 19

మధ్యప్రదేశ్‌కు చెందిన అంతర్రాష్ట్ర దొంగల ముఠా కదలికలపై ప్రకాశం, ఏలూరు జిల్లాల పోలీసులు అప్రమత్తమయ్యారు. థార్ జిల్లాకు చెందిన నిందితుల ముఠా రాష్ట్రంలోకి ప్రవేశించినట్లు సమాచారం అందడంతో పలు ప్రాంతాల్లో నిఘాను మరింత కట్టుదిట్టం చేశారు. చీరాలలో గతంలో చోరీ కేసుల్లో నిందితులుగా ఉన్న ముఠాలతో ఈ గ్యాంగ్‌కు సంబంధాలు ఉండొచ్చన్న అనుమానంతో స్థానిక నేరస్థుల కదలికలపైనా పోలీసులు ప్రత్యేక నిఘా పెట్టారు. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని కోరుతూ చీరాల టూ టౌన్ సీఐ శశికుమార్ అనుమానితుల ఫొటోలతో పోస్టర్లను విడుదల చేశారు. పోస్టర్లలో ఉన్న వ్యక్తులు చోరీలు, దోపిడీ కేసుల్లో నిందితులని, వారి ఆచూకీ తెలిసిన వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.పర్చూరులోనూ పోలీసులు ప్రజలకు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. పర్చూరు ఎస్ఐ పులి గోపి మాట్లాడుతూ, థార్ గ్యాంగ్ కదలికలపై రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అప్రమత్తత కొనసాగుతోందని తెలిపారు. ఏలూరు రైల్వే స్టేషన్ పరిసరాల్లో ముగ్గురు అనుమానితుల కదలికలు సీసీ కెమెరాల్లో నమోదైనట్లు చెప్పారు. గ్రామాలు, పట్టణాల్లో అనుమానాస్పదంగా తిరుగుతున్న వ్యక్తులు కనిపిస్తే వెంటనే సమీప పోలీస్ స్టేషన్‌కు సమాచారం ఇవ్వాలని ప్రజలకు సూచించారు. ప్రజల సహకారంతో ఈ ముఠా కదలికలను గుర్తించి నేరాలను అరికట్టేందుకు చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని పోలీసులు వెల్లడించారు

సైబర్ నేరాలపై అప్రమత్తతే రక్షణ

మైనర్లకు వాహనాలు ఇస్తే తల్లిదండ్రులపై కేసులు: సూర్యాపేట ఎస్ హెచ్ ఓ వెంకటయ్య

మన దునియా,సూర్యాపేట:జూన్ 19

రోజురోజుకు పెరుగుతున్న సైబర్ నేరాల నేపథ్యంలో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూర్యాపేట ఎస్‌హెచ్‌ఓ వెంకటయ్య సూచించారు. సాంకేతికత విస్తరిస్తున్న కొద్దీ సైబర్ నేరగాళ్లు కొత్త మార్గాల్లో ప్రజలను మోసం చేస్తున్నారని ఆయన హెచ్చరించారు.మొబైల్ ఫోన్లకు తెలియని నెంబర్ల నుంచి వచ్చే లింకులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఓపెన్ చేయవద్దని ఎస్‌హెచ్‌ఓ స్పష్టం చేశారు. బహుమతులు గెలుచుకున్నారంటూ వచ్చే ప్రకటనలు, బ్యాంకు ఖాతాల వివరాలు అడిగే కాల్స్ పట్ల అత్యంత జాగ్రత్తగా ఉండాలన్నారు. ఇలాంటి లింకులు క్లిక్ చేయడం వల్ల వ్యక్తిగత సమాచారం, బ్యాంకు ఖాతాల వివరాలు నేరగాళ్ల చేతికి చేరే ప్రమాదం ఉందని తెలిపారు.యువత ఈజీ మనీ కోసం ఇన్‌స్టంట్ లోన్ యాప్‌లను ఆశ్రయిస్తున్నారని, రుణాలు తీసుకున్న చాలా మంది సైబర్ నేరగాళ్ల ఉచ్చులో చిక్కుకుని ఇబ్బందులు పడుతున్నారని వెంకటయ్య పేర్కొన్నారు. వ్యక్తిగత ఫోటోలు, ఫోన్ కాంటాక్టులను దుర్వినియోగం చేస్తూ బెదిరింపులకు పాల్పడుతున్నారని, తల్లిదండ్రులు పిల్లల ఆన్‌లైన్ కార్యకలాపాలపై దృష్టి పెట్టాలని సూచించారు.రహదారి భద్రత విషయంలో తల్లిదండ్రులు బాధ్యతగా వ్యవహరించాలని ఎస్‌హెచ్‌ఓ కోరారు. సూర్యాపేట పట్టణ పరిధిలో మైనర్లకు ద్విచక్ర వాహనాలు లేదా ఇతర మోటారు వాహనాలు నడపడానికి ఇచ్చినట్లు గుర్తిస్తే సంబంధిత తల్లిదండ్రులపై చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు కేసులు నమోదు చేస్తామని హెచ్చరించారు. మైనర్లు వాహనాలు నడపడం వల్ల ప్రమాదాల ముప్పు పెరుగుతోందన్నారు. సైబర్ నేరాలు, రోడ్డు భద్రతపై ప్రజలకు పూర్తి అవగాహన ఉండాలని, అనుమానాస్పద ఘటనలు ఎదురైతే వెంటనే 1930 హెల్ప్‌లైన్‌కు లేదా స్థానిక పోలీసులకు సమాచారం ఇవ్వాలని ఎస్‌హెచ్‌ఓ వెంకటయ్య విజ్ఞప్తి చేశారు.

రోగులకు మెరుగైన వైద్యం అందించాలి

డాక్టర్లు నిరంతరం పేషేంట్లకు అందుబాటులో ఉండాలి

వేగవంతంగా జనరల్ హాస్పిటల్ నూతన భవన నిర్మాణ పనులు పూర్తి చేయాలి

సూర్యాపేట జిల్లా ప్రభుత్వ జనరల్ ఆసుపత్రిని సందర్శించిన కలెక్టర్ తేజస్ నంద్ లాల్ పవార్

వైద్య సేవలు, అభివృద్ధి పనులపై సమీక్ష

మన దునియా,సూర్యాపేట జిల్లా:జూన్ 19

వైద్యులు నిరంతరం అందుబాటులో ఉండి హాస్పిటల్ కు వచ్చే రోగులకు మెరుగైన చికిత్స అందించాలని జిల్లా కలెక్టర్ తేజస్ నంద్ లాల్ పవార్ ఆదేశించారు. సూర్యాపేట జిల్లా ప్రభుత్వ జనరల్ ఆసుపత్రిని జిల్లా కలెక్టర్ శుక్రవారం ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఆసుపత్రిలోని ఎమర్జెన్సీ వార్డులు, ఇన్-పేషెంట్ మరియు అవుట్-పేషెంట్ విభాగాలను ఆయన స్వయంగా పరిశీలించారు. వార్డులలోని రోగులతో కలెక్టర్ మాట్లాడి వారి సమస్యలను తెలుసుకున్నారు..ఈ సందర్భంగా ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ శ్రావణ్, ఆర్ఎమ్ఓ, వివిధ విభాగాల హెచ్.ఓ.డిలతో సమావేశమై, రోగులకు అందుతున్న వైద్య సేవలపై ప్రత్యేకంగా చర్చించారు. జనవరి నెల నుండి మే నెల వరకు ఆసుపత్రికి దాదాపు 1,12,000 కంటే ఎక్కువ మంది అవుట్-పేషెంట్లకు, అలాగే 25,000 పైగా ఇన్-పేషెంట్లకు వైద్య సేవలు అందించినట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. రాజీవ్ ఆరోగ్యశ్రీ ప్రోగ్రాం కింద ఆసుపత్రిలో మోకాలి మార్పిడి, ఇతర ఆర్థోపెడిక్ శస్త్రచికిత్సలు విజయవంతంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. రేడియాలజీ, గైనకాలజీ విభాగాల సేవలను నిరంతరం పర్యవేక్షిస్తున్నామని, ముఖ్యంగా ఇక్కడి మాత శిశు కేంద్రంలో గైనకాలజీ విభాగం ఆధ్వర్యంలో ప్రసవాల సంఖ్య పెరిగినట్లు వెల్లడించారు. ఆసుపత్రికి వచ్చే రోగులందరికీ ఉచితంగా నాణ్యమైన వైద్యంతో పాటు, మందులను కూడా అందిస్తున్నామని స్పష్టం చేశారు.

క్యాన్సర్ రోగులకు అండగా పేలియేటివ్ కేర్, కీమోథెరపీ

క్యాన్సర్ బాధితుల కోసం ఆసుపత్రిలో ప్రత్యేకంగా యూనిట్‌ను ఏర్పాటు చేసి, వారికి కీమోథెరపీతో పాటు కార్పొరేట్ స్థాయి వైద్య సేవలు అందిస్తున్నట్లు కలెక్టర్ తెలిపారు. ప్రస్తుతం దాదాపు 58 మంది క్యాన్సర్ రోగులు ఈ సేవల ద్వారా లబ్ధి పొందుతున్నారని ఆయన వివరించారు.త్వరలోనే నూతన భవనాలు అందుబాటులోకిఆసుపత్రి ఆధునీకరణలో భాగంగా నూతనంగా నిర్మించిన మాతా శిశు సంరక్షణ బ్లాక్ భవన నిర్మాణం పూర్తయిందని, దానికి సంబంధించిన మిగిలిన ఎక్విప్‌మెంట్, ఇతర పనులను త్వరలోనే పూర్తి చేసి వినియోగంలోకి తెస్తామని ప్రకటించారు. అలాగే దీని పక్కనే నిర్మాణంలో ఉన్న ప్రభుత్వ జనరల్ ఆసుపత్రి నూతన ప్రధాన భవన పనులు కూడా చివరి దశకు చేరుకున్నాయని, వీటిని వేగవంతంగా, నాణ్యతా ప్రమాణాలతో పూర్తి చేయాలని మెడికల్ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ డిపార్ట్‌మెంట్ ఇంజనీర్లను ఆదేశించినట్లు తెలిపారు.ఆసుపత్రికి వచ్చే ఇన్-పేషెంట్లకు వైద్యంతో పాటు నాణ్యమైన భోజనాన్ని అందించాలని కలెక్టర్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు.కార్యక్రమం లో సూపరింటెండెంట్ శ్రవణ్ కుమార్, ఆర్ఎంఓ లు గీతా వాణి, ప్రశాంతి, డాక్టర్స్ మనీషా, సతీష్, ఉపేందర్ సింగ్, మునిసిపల్ కమీషనర్ హనుమంత్ రెడ్డి,మెడికల్ సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టిమ్స్ ఆసుపత్రి కోసం..

ఉస్మానియా, గాంధీ, నిమ్స్ వైద్యులు

మొత్తం180 మంది డాక్టర్లను టిమ్స్‌కు డిప్యుటేషన్ చేస్తూ డీఎంఈ ఉత్తర్వులు

దీంతో ఉస్మానియా, గాంధీ, నిమ్స్ ఆసుపత్రుల్లో వైద్యుల కొరత

మన దునియా,సనత్‌నగర్:జూన్ 19

సనత్‌నగర్‌లో త్వరలో ప్రారంభంకానున్న ఈ హాస్పిటల్ కోసం ఎలాంటి కొత్త రిక్రూట్మెంట్ చేయకుండా ఉస్మానియా, గాంధీ, నిమ్స్ వంటి హాస్పిటల్స్ నుంచి 98 మంది ప్రొఫెసర్లు, అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్లు, 82 మంది సీనియర్ రెసిడెంట్లతో కలిపి మొత్తం 180 మంది డాక్టర్లను టిమ్స్‌కు డిప్యుటేషన్ పై బదిలీ చేస్తూ డైరెక్టర్ ఆఫ్ మెడికల్ ఎడ్యుకేషన్ (డీఎంఈ) ఉత్తర్వులు జారీ వీరందరినీ జూన్ 18నే రిలీవ్ చేసి 19వ తేదీ ఉదయంకల్లా విధుల్లో చేరాలని ఆదేశం ముఖ్యంగా నిపుణులను తరలించడం వల్ల ఆయా ఆసుపత్రుల్లో సూపర్ స్పెషాలిటీ సేవలకు తీవ్ర అంతరాయం ఏర్పడే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరిస్తున్న వైద్యవర్గాలు ఇప్పటికే ఉస్మానియా, గాంధీ, నిమ్స్ ఆసుపత్రుల్లో సేవలపై ప్రభావం

మన దునియా
మన అక్షరం - మన ప్రపంచం
జూన్ । శనివారం । 20 । 2026
జనరల్ న్యూస్ 05

మొహరం పీర్ల పండుగకు పేరూరు ఎస్సై కృష్ణ ప్రసాద్ కి ఆహ్వానం

మన దునియా, వాజేడు, జూన్ 19

ములుగు జిల్లా వాజేడు మండలం పేరూరు గ్రామపంచాయతీ పేరూరు గ్రామంలో 80 ఏళ్లుగా నిర్వహిస్తున్న మొహరం పీర్ల పండుగ సందర్భంగా పీర్ల కమిటీ సభ్యులు స్థానిక ఎస్సైని కలిసి శాలువాతో సన్మానించి ఆహ్వానించారు పండుగను ప్రశాంత వాతావరణంలో నిర్వహించాలని ఎటువంటి సమస్యలు తలెత్తకుండా చూసుకోవాలని పేరూరు ఎస్సై కృష్ణ ప్రసాద్ వారికి తెలియజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో పిరిల కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు

చంద్రుపట్ల పాఠశాల నుండి గురుకుల పాఠశాలలో ప్రవేశ పరీక్షకు హాజరై విజయం సాధించిన పదిమంది విద్యార్థినీ విద్యార్థులు

చంద్రుపట్ల పాఠశాల గురుకుల విజయ గాథ గురువుల కృషికి దక్కిన ఫలితం

మన దునియా, వాజేడు , జూన్ 19

ములుగు జిల్లా వాజేడు మండలం మారుమూల గ్రామమైన ఎంపియు ఎస్ పట్ల పాఠశాల ఈరోజు రాష్ట్రానికే ఆదర్శంగా నిలిచింది గురుకుల పాఠశాల ప్రవేశ పరీక్షకు హాజరైన మొత్తం పదిమంది విద్యార్థులు విజయం సాధించడం గర్వంగా ఉందని విద్యార్థి విద్యార్థిని తల్లిదండ్రులు చెప్పుచున్నారు విద్యార్థులు సి హెచ్ హన్సి, బి ఎస్విత్ కుమార్, బి అనుదీప్, సిహెచ్ అక్షర, డి అశ్విని ,కే నివేదిత ,బి ఉత్తేజ్ కుమార్, జి. మహేశ్వరి ,జి అభినయ్, బి అనిరుద్, వితీర్ణత సాధించిన విద్యార్థినిలు విద్యార్థులు ఈ విజయం వెనక గురువుల శ్రమ ఈ ఘన విజయం వెనుక పాఠశాల హెడ్మాస్టర్ మరియు ఉపాధ్యాయులు బిక్షపతి ఎస్.కె నజీం అంకితభావం ఉంది ప్రభుత్వ పాఠశాలలో కూడా నాణ్యమైన విద్యను అందించిన వీరు నిరూపించుకున్నారు పాఠ్యపుస్తకాలతో పాటు గురుకుల ప్రవేశ పరీక్షలకు ప్రత్యేకంగా సాయంత్రం వేళ లో అదనపు తరగతులు నిర్వహించారు పిల్లల్లో ఉన్న భయాన్ని పోగొట్టి ఆత్మవిశ్వాసం నింపారు మా పిల్లలు గెలవాలి అనే ఒక లక్ష్యంతో ఈ ముగ్గురు గురువులు కలిసికట్టుగా పనిచేశారు తల్లిదండ్రుల ఆనందం అభినందనలు గురుకులాల్లో సీట్లు సాధించిన విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల ఆనందానికి అవధులు లేవు మా పిల్లలకు ఎంత మంచి చదువు చెప్తారని అనుకోలేదు సంతోష్ సార్ బిక్షపతి సార్ నజీం సార్ లేకపోతే మా

పిల్లలు ఈ స్థాయికి వచ్చే వాళ్ళు కాదు వాళ్ళు మా పిల్లల్ని సొంత బిడ్డల్లా పేదవాళ్ళం గురుకులంలో సీటు వస్తే మా పిల్లల భవిష్యత్తు మారుతుందని చెప్పి కష్టపడి చదివించారు ఈ రుణం తీర్చుకోలేనిది అంటూ తల్లిదండ్రు లు గురువులను ఘనంగా సన్మానించి కృతజ్ఞతలు గ్రామస్తులు ఒకేసారి పదిమంది పిల్లలను గురుకులాలకు ఎంపీ కావడంతో చంద్రుపట్ల గ్రామంలో పండుగ వాతావరణం నెలకొంది మన ఊరి బడి మన పిల్లలు మన గురువులంటూ గ్రామస్తులు స్కూల్కు వచ్చి ఉపాధ్యాయులను అభినందించారు హెడ్మాస్టర్ సంతోష్ మాట్లాడుతూ ఇది మా ఒక్కరి విజయం కాదు పిల్లల కష్టం తల్లిదండ్రుల సహకారం తోటి టీచర్ల సమిష్టి కృషి ఫలితం ప్రభుత్వ బడి పిల్లలు కూడా ఏ విషయంలో తక్కువ కాదని నిరూపించారు.ఎం పి యుపిఎస్ చంద్రుపట్ల సాధించిన ఫలితం ఈ తెలంగాణలో అన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు స్ఫూర్తిదాయకం.

అలాంటివారు ఈ పండు తినకండి!

జామ పండు.. పేదల ఆపిల్ గా పేరు దక్కించుకున్న జామ పండు అన్ని సీజన్లో విరివిగా లభిస్తుంది. దానిమ్మ పండ్లతో పోల్చుకుంటే ఖర్చు కూడా చాలా తక్కువ. చిన్న పెద్ద అనే తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరు కూడా జామ పండును ఎంతో ఇష్టంగా తింటారు. జామపండు పోషకాలకు నిలయం అని చెప్పవచ్చు. ఇకపోతే జామ పండు తినడం వల్ల శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా లభిస్తాయి.. అయితే కొంతమందికి జామపండు పడదు. కొంతమందికి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ కూడా వస్తాయి. ఇంకొంతమంది ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. ఇకపోతే ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు జామ పండు తినకూడదో ఇప్పుడు చూద్దాం. జామ పండు చలికాలంలో తింటే బోలెడు ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి ఇమ్యూనిటీ పవర్ ను పెంచుతుంది. జామ పండు తినడం వల్ల రక్తపోటు తగ్గడంతో పాటు గుండె ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. జామ పండులో ఉండే విటమిన్ ఏ కంటి ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతుంది. అలాగే శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ డి కూడా లభిస్తుంది. ఇన్ని పోషకాలు ఉన్న జామ పండు కి కొంత మంది దూరంగా ఉండాలి.అలర్జీ సమస్యలతో బాధపడేవారు జామపండు తినకపోవడం మంచిది. అలాగే చర్మవ్యాధులు, శ్వాసకోశ వ్యాధులతో బాధ పడే వారు కూడా జామపండు తినకూడదు. జామ పండు తింటే చర్మం పై దద్దుర్లు, మంట, వాపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నవారు జామపండుకు దూరంగా ఉండటమే మేలు అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే గ్యాస్ట్రిక్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండాలి. జామ పండు జీర్ణం అవ్వడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది కాబట్టి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండటమే మంచిది.

పడుకునే ముందు వాము నీటిని తాగితే ఇన్ని లాభాలా?

వామును మెత్తటి పౌడర్‌గా చేసుకుని నిల్వ చేసుకోవాలి. పంటి నొప్పితో ఇబ్బంది పడుతున్నవారు.. అర టీ స్పూన్ వాము పౌడర్, కొద్దిగా ఆలివ్ ఆయిల్, గోరువెచ్చని నీటితో కలిపి తాగితే, పంటి నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు..నోటి దుర్వాసన కూడా దూరమవుతుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పౌడర్ కలిపి తాగడం వల్ల నెలసరి సమయంలో మహిళలు ఎదుర్కొనే తిమ్మిర్లు, కడుపు నొప్పిని దూరం చేస్తుంది. పొత్తి కడుపు తగ్గుతుంది. ఇలా క్రమంగా వాము వాటర్ తాగుతూ ఉంటే.. బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఇందుకోసం వాము పొడి లేదంటే, వాముని నేరుగా కూడా తీసుకోవచ్చు. వాములో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల శ్వాస కోస వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. ఒక వేళ జలుబు, దగ్గు, కఫం లాంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారు ఈ నీటిని తాగడం వల్ల అవి తగ్గుముఖం పడతాయి. రాత్రి పడుకునే ముందు ఇలా గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పౌడర్‌ని కలిపి తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతాయి. సాధారణంగా కడుపు ఉబ్బరం, త్రేన్పులు, జీర్ణ సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో ఈ వాము వాటర్ బాగా హెల్ప్ చేస్తాయి. వాముని కప్పున్నర నీటిలో వేసి మరిగించి కప్పు అయ్యే వరకూ ఉంచాలి. దీనిని ఫిల్టర్ చేసి రెగ్యులర్‌గా తీసుకుంటే బరువు తగ్గుతారు. పిల్లలకు అరుగుదల సరిగ్గా లేకపోయినా, పెద్దలు గ్యాస్ లాంటి వాటితో బాధ పడుతున్నా వాము ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. వాముతో జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేస్తుంది.

బాధిత కుటుంబానికి సెర్ప్ ఉద్యోగుల ఆర్థిక సహాయం

ఉద్యోగుల స్వయం విరాళం రూ, 88,200, అందజేత

సంగెం మన దునియా జూన్19

సెర్ప్ సీసీగా పనిచేస్తున్న సంగెం మండల కేంద్రానికి చెందిన మేదరి మోహన్ బాబు ఇటీవల అనారోగ్య కారణాలతో మృతి చెందిన విషయం పాఠకులకు విధితమే. మృతుడు మోహన్ బాబు కుటుంబ ఆర్థిక పరిస్థితులకు చలించి పోయిన తోటి సహా ఉద్యోగులందరి నుండి సేకరించిన స్వయం విరాళం రూ: 88,200 లను సెర్ప్ ఉద్యోగుల సంక్షేమ సంఘం (జాక్) ప్రతినిధుల బృందం ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం బాధిత కుటుంబానికి అందజేశారు. అలాగే జనగామ జిల్లా డిపిఎం కందిక అనిల్ ఖూూ అందజేసిన 25 కేజీల బియ్యం బస్తా కూడా వారు అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సెర్ప్ జాక్ ప్రతినిధులు ఆధారసంది రాజీర్, కిరణ్, తిలక్, గోలి కొమురయ్య గుండేటి కుమార్, రాజయ్య ఏలియా, సుధాకర్ వరంగల్ స్త్రీనిధి రీజనల్ మేనేజర్ సైదిరెడ్డి రవీందర్ రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు. నెక్కొండలో జిల్లా, మండల సమైక్య అధ్యక్షురాలు రజిత ఏపీఎం కిరణ్ ఆధ్వర్యంలో మండల సమైక్య సమావేశంలో మండలంలోని అన్ని గ్రామాల గ్రామైక్య సంఘాల ప్రతినిధులు సీసీలు ఎంఎస్ సిబ్బంది మోహన్ బాబు అకాల మృతి పట్ల సంతాపం ప్రకటించి మౌనం పాటించారు.

గాంధీ సరోవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు కేంద్ర రక్షణ శాఖ గ్రీన్ సిగ్నల్

మన దునియా,హైదరాబాద్:జూన్ 19

మూసీ నది పునరుజ్జీవనం, రివర్‌ఫ్రంట్ అభివృద్ధి ప్రణాళికలో కీలకమైన గాంధీ సరోవర్ ప్రాజెక్ట్‌కు కేంద్ర రక్షణ శాఖ అనుమతులు లభించాయి. హైదరాబాద్‌లోని బాపు ఘాట్ వద్ద చేపట్టనున్న ఈ ప్రాజెక్ట్ పనులకు కేంద్ర రక్షణ శాఖ, భారత సైన్యం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వడంతో ప్రాజెక్ట్ అమలుకు మార్గం సుగమమైంది. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కేంద్ర రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్, కేంద్ర రక్షణ శాఖకు, భారత ఆర్మీకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. మూసీ నది పునరుజ్జీవనం, రివర్‌ఫ్రంట్ అభివృద్ధి విజన్‌లో గాంధీ సరోవర్ ప్రాజెక్ట్ ఒక కీలక మైలురాయిగా నిలుస్తుందని సీఎం పేర్కొన్నారు. మూసీ పరివాహక ప్రాంతాన్ని పర్యావరణ, సాంస్కృతిక, ప్రజా అవసరాలకు ఉపయోగపడే విలువైన ఆస్తిగా తీర్చిదిద్దడమే ప్రభుత్వ లక్ష్యమని తెలిపారు. ప్రాజెక్ట్ పూర్తయితే మూసీ నది పరిసర ప్రాంతాల అభివృద్ధికి, పర్యాటక ప్రోత్సాహానికి, నగర సౌందర్యవృద్ధికి తోడ్పడటంతో పాటు ప్రజలకు మరిన్ని వినోద, విశ్రాంతి వసతులు అందుబాటులోకి వచ్చే అవకాశం ఉందని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

వెల్లుల్లి పరిమితి దాటి తింటే అనారోగ్య సమస్యలు తప్పవు

వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేదం ప్రకారం సర్వ రోగ నివారిణిగా పిలుస్తారు. ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి లేకుండా ఏ భారతీయ వంటకం ఉండదంటే అతిశయోక్తి కానేకాదు. వెల్లుల్లి కేవలం రుచి కోసమే కాకుండా..ఆరోగ్యపరంగా కూడా చాలా లాభదాయకం. ప్రతి భారతీయుని కిచెన్‌లో తప్పకుండా లభించే పదార్థం వెల్లుల్లి, సాధారణంగా వెల్లుల్లిని తాలింపు కోసం లేదా వంటల రుచి కోసం ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే అంతకుమించిన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు వెల్లుల్లిలో దాగున్నాయి. అందుకే తల్లి చేసే మేలు వెల్లుల్లి కూడా చేయదంటారు. కానీ వెల్లుల్లిని మోతాదుకు మించి తినకూడదంటారు. పరిమితి దాటితే వెల్లుల్లితో అనర్థాలే ఎక్కువ. ఆ వివరాలు మీ కోసం..వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేద శాస్త్రంలో ఆరోగ్య ఖజానాగా పిలుస్తారు. ఎందుకంటే వెల్లుల్లిలోని పోషక పదార్థాలు చాలా ఎక్కువ. ఇందులో విటమిన్ బి1, కాల్షియం, కాపర్, పొటాషియం, ఫాస్పరస్, ఐరన్ వంటి న్యూట్రియంట్లు ఉన్నాయి. అయితే మోతాదు దాటకూడదు. వెల్లుల్లి మోతాదు దాటి తినడం వల్ల ఛాతీలో మంట సమస్య ఏర్పడుతుంది. దీనికి కారణం వెల్లుల్లిలో ఎసిడిక్ కాంపౌండ్ ఎక్కువగా ఉండటం. ఈ మంట చాలా సందర్భాల్లో భరించలేకుండా ఉంటుంది.వెల్లుల్లితో రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. అందుకే లో బీపీ రోగులు వెల్లుల్లి తీసుకోకూడదు. వెల్లుల్లి అతిగా తీసుకుంటే హైపర్ టెన్షన్ సమస్య ఏర్పడవచ్చు. శరీరంలో విపరీతమైన అలసట ఉంటుంది. వెల్లుల్లి స్వభావం వేడి చేసేది కావడంతో వేసవిలో వెల్లుల్లికి దూరంగా ఉండాలి. చలి సంబంధిత సమస్యలున్నప్పుడు వెల్లుల్లి తినడం చాలామందికి అలవాటు. ఆరోగ్యానికి ఎంతమంచిదైనా సరే రోజుకు 1-2 రెమ్మలకు మించి తినకూడదు. అదే పనిగా వెల్లుల్లి తింటే నోటి దుర్వాసన కూడా వస్తుంది.

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 మీరు 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. మీరు 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 అడ్రాక్, కెముక్, క్యూ, కీకంద్, కుముల్, పక్రముల, పుష్కరముల వంటి పేర్లతో కూడా పిలుస్తారు. ఇన్సులిన్ మొక్క ఆకులు పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటాయి. హాయిగా 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. ప్రొటీన్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్, బీటా కెరోటిన్, కార్సోలిక్ 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.

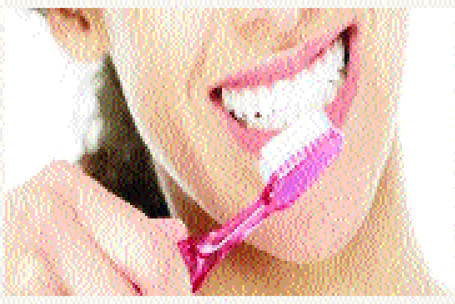
వంకాయను అవాయిడ్ చేస్తున్నారా..!

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో వంకాయ కూడా ఒకటి. కాగా మనలో చాలామంది వంకాయను తినడానికి అంతగా ఇష్టపడరు. ఇంకొందరు మాత్రం లొట్టలు వేసుకొని మరీ తినేస్తూ ఉంటారు. మార్కెట్ లో కూడా పలు 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 అందుకుంటుంది. 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 తోడ్పడుతాయి. అలాగే ఇందులో ఉండే ఫైటర్ 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 ప్రేరేపిస్తుందట. అలాగు 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?

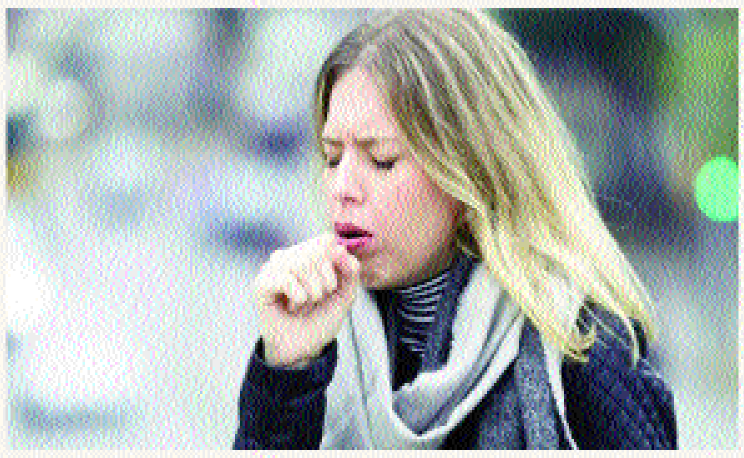
నాన్ స్టిక్ వంటసామాను వేడెక్కినప్పుడు విషపూరిత వాయువును విడుదల చేస్తుంది. ఈ విడుదలైన టెఫ్లాన్ వాయువు టెఫ్లాన్ జ్వరానికి కారణమవుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టెఫ్లాన్ జ్వరం లక్షణాలు జ్వరం, దగ్గు, తలనొప్పి, శ్వాస ఆడకపోవడం, తల తిరగడం, అలసట, వాంతులు, గొంతు నొప్పి, కీళ్ల నొప్పులు, కండరాల నొప్పి వంటివి తలెత్తుతాయి. టెఫ్లాన్ అనేది పాలీటెట్రాఫ్లోరోఎథిలిన్ 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 ఆక్సిడెంట్స్, ఫ్లోరినేటెడ్ పదార్థాలు గాలిలోకి మారుతాయి. ఈ విష వాయువును పీల్చే వ్యక్తులలో జ్వరం వస్తుంది. నాన్ స్టిక్ ప్యాన్లు త్వరగా వేడెక్కుతాయి కాబట్టి ఆహారం లేకుండా ప్యాన్‌లను వేడి చేయవద్దు. నాన్‌స్టిక్ పాత్రలలో ఆహారాన్ని కదిలించడానికి 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.

బ్రష్ చేయకపోతే ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో తెలుసా?



ప్రతిరోజు 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 బాగా 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 నిపుణులు. 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 ఎంచి పేరుకుపోయి పళ్ళు అందవిహీనంగా మారిపోయి నోటి దుర్వాసన ఎక్కువగా వస్తుంది. సరిగా 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 వంటి 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 హోం 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 రెమిడీ 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, లెమన్‌గ్రాస్, 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 , యాంటీమైక్రోబయల్ లక్షణాలను కలిగి ఉంది. ఇది గొంతు నొప్పిని నయం చేయడానికి , గొంతు చికాకును తగ్గించడానికి సహాయపడుతుందట.

వినాయక చవితి రోజున పొరపాటున కూడా ఈ తప్పులు చేయవద్దు ..

శ్రావణ మాసం ముగిసిన 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 అధిపతి. భక్తి శ్రద్ధలతో పూజించినప్పుడు గణేశుడు చాలా సంతోషిస్తాడు. భక్తుని పూజకు సంతసించి పార్వతి పుత్రుడు వరాలను కురిపిస్తాడని విశ్వాసం. శివుడిలాగే వినాయకుడు కూడా చిన్న చిన్న పరిహారాలతోనే సంతృప్తి చెందుతాడు. అయితే వినాయకుడిని పూజించే సమయంలో కొన్ని పనులు చేయడం మరచిపోతే కోపం వస్తుంది. పూజ ఫలం లభించదు. మరోవైపు గణేశుడి వాహనం ఎలుక ఇంద్రియాలకు చిహ్నం. హిందూ మతంలో ప్రధాన 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 పార్వతీ దేవి తనయుడు గణేశుని పూజలో తులసి దళాలను పొరపాటున కూడా ఉపయోగించవద్దు. పూజలో తులసి ఆకులను ఉపయోగించవద్దని గణేశుడు ఒకసారి తులసిని శపించాడని చెబుతారు. కనుక గణపతి పూజలో పొరపాటున కూడా తులసి దళాలను ఉపయోగించవద్దు. అయితే వినాయకుడి పూజలో దుర్వా గడ్డిని ఉపయోగించడం శ్రేయస్కరం. చంద్రుడు: గణేశుడికి.. చంద్రునికి మధ్య సఖ్యత లేదు. శివుడి శిరలో ఉన్న చంద్రుడు ఒకసారి వినాయకుడి గజముఖాన్ని వెక్కిరించాడని చెబుతారు. అందుకే ఆ సమయంలో గణేశుడు చంద్రుడిని చూసిన వారు కష్టాలు పడతారని.. నీలాప నిందలకు గురవుతారని శపించాడు. తెలుపు 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 అక్షింతలు: శాస్త్రం ప్రకారం వినాయకుని పూజలో పొరపాటున కూడా విరిగిన అక్షింతలు సమర్పించవద్దు. బదులుగా, మొత్తం అక్షితలు ఉపయోగించండి. అయితే అక్షతలుగా ఉపయోగించే బియ్యంలో ముక్కలు ఉండకూడదు. అంతేకాదు వినాయకుని పూజలో పొడి బియ్యాన్ని ఉపయోగించవద్దు. మొగలి పువ్వులు: శివుడు వలెనే గణేశుడి పూజలో కూడా మొగలి పువ్వులు వాడటం నిషిద్ధం. శివుడు మొగలి పువ్వుని శపించాడు. కనుక ఈ దేశీయ పుష్పం ఆతని కుమారుడైన వినాయకుడికి కూడా సమర్పించరాదు. ఎండిన పువ్వులు: వినాయకుని పూజలో పొరపాటున ఎండిన లేదా వాడిన పువ్వులను సమర్పించవద్దు. పూజ సమయంలో తాజా పువ్వులు అందుబాటులో లేకపోతే పువ్వులకు బదులు అక్షింతలు సమర్పించవచ్చు. దుర్వను లేదా అక్షతలను సమర్పించినా చాలు. అంతేకాదు ఎండిపోయిన లేదా వాడిపోయిన పువ్వులతో పూజ చేయడం వల్ల వినాయకుడికి కోపం వస్తుంది. వాస్తు దోషంతో పాటు ఇంట్లో అశాంతి, అలజడి లోపిస్తుంది. ప్రతికూల శక్తి కూడా పెరుగుతుంది.

మన దునియా
మన అక్షరం - మన ప్రపంచం

విరాట్ కోహ్లీ రిటైర్మెంట్‌పై ఆర్‌సీబీ సీఈవో క్లారిటీ.. ఫ్యాన్స్‌కు గుడ్ న్యూస్

కోహ్లీ మరో 3-4 ఏళ్లు ఆడతాడని స్పష్టం చేసిన రాజేశ్ మీనన్

ఆర్‌సీబీ, విరాట్ ఒకే నాణేనికి రెండు వైపులని అభివర్ణించిన వైనం

కోహ్లీలో సత్తా, ఫిట్‌నెస్ తగ్గలేదని.. అతని ఆకలి చావదని ప్రశంస

రిటైర్మెంట్ తర్వాత కూడా కోహ్లీ ఆర్‌సీబీతోనే ఉంటాడని వెల్లడి

ఐపీఎల్ 2026లో అద్భుత ఫామ్‌తో జట్టుకు టైటిల్ అందించిన కోహ్లీ

టీమిండియా స్టార్ బ్యాటర్, రన్ మెషీన్ విరాట్ కోహ్లీ భవిష్యత్తుపై రాయల్ ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరు (ఆర్‌సీబీ) సీఈవో రాజేశ్ మీనన్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. విరాట్ కోహ్లీ కనీసం మరో మూడు, నాలుగేళ్లు ఆర్‌సీబీ తరఫున ఆడతాడని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కోహ్లీలో ఆట పట్ల ఆకలి, ఫిట్‌నెస్ ఏమాత్రం తగ్గలేదని, అతని రిటైర్మెంట్ ఇప్పట్లో ఉండబోదని స్పష్టం చేశారు. అంతేకాదు, ఆటగాడిగా కెరీర్ ముగిసిన తర్వాత కూడా కోహ్లీ ఆర్‌సీబీతోనే తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తాడని చెప్పడం అభిమానుల్లో కొత్త ఉత్సాహాన్ని నింపింది.సీఎన్‌బీసీ టీవీ18తో మాట్లాడుతూ రాజేశ్ మీనన్ ఈ ఆసక్తికర విషయాలను పంచుకున్నారు. "ఆర్‌సీబీ, విరాట్ ఒకే నాణేనికి రెండు వైపుల వంటివారు. ఒకవేళ ఆటగాడిగా కోహ్లీ కెరీర్ ముగిసిన తర్వాత కూడా అతడు లేని ఆర్‌సీబీని ఊహించుకోలేను. అయితే, రాబోయే మూడు, నాలుగేళ్ల పాటు అతను కచ్చితంగా ఆడతాడు. అతడు చాలా ఫిట్‌గా ఉన్నాడు. అతనిలోని ఆకలి ఎప్పటికీ చావదు. ఈ ఐపీఎల్ సీజన్‌లో మీరు అతని ఎనర్జీ, పరుగులు, దూకుడు అన్నీ చూశారు. కాబట్టి మరో నాలుగు సంవత్సరాలు ఆడటంలో ఎటువంటి సందేహం లేదు" అని మీనన్ పేర్కొన్నారు.రాజేశ్ మీనన్ వ్యాఖ్యలకు బలం చేకూరుస్తూ ఐపీఎల్ 2026 సీజన్‌లో విరాట్ కోహ్లీ అద్భుతమైన ఫామ్‌ను కనబరిచాడు. ఈ టోర్నీలో 675 పరుగులతో నాలుగో అత్యధిక స్కోరర్‌గా నిలిచాడు. ముఖ్యంగా తన ఐపీఎల్ కెరీర్‌లోనే అత్యుత్తమంగా 165.84 స్ట్రైక్ రేటును నమోదు చేసి అందరినీ ఆశ్చర్యపరిచాడు. అత్యంత కీలకమైన ఫైనల్ మ్యాచ్‌లో 75 పరుగులతో అజేయంగా నిలిచి, ఆర్‌సీబీ వరుసగా రెండోసారి టైటిల్ గెలవడంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. దీంతో వరుసగా రెండు టైటిళ్లు గెలిచిన మూడో జట్టుగా ఆర్‌సీబీ చరిత్ర సృష్టించింది.ఐపీఎల్ ప్రారంభమైన 2008 నుంచి విరాట్ కోహ్లీ ఆర్‌సీబీకి మూలస్తంభంలా నిలిచాడు. ఈ లీగ్ చరిత్రలో అత్యధిక పరుగులు (9,336), అత్యధిక సెంచరీలు (8) చేసిన ఆటగాడిగా తిరుగులేని రికార్డులను నెలకొల్పాడు. 2016లో ఒకే సీజన్‌లో 973 పరుగులు చేసి అసాధారణ ఫీట్‌ను అందుకున్నాడు. కేవలం ఐపీఎల్‌లోనే కాదు, అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌లోనూ విరాట్ కోహ్లీ తనదైన ముద్ర వేశాడు. తన దూకుడైన కెప్టెన్సీ, నిలకడైన బ్యాటింగ్, ఉన్నతమైన ఫిట్‌నెస్ ప్రమాణాలతో భారత క్రికెట్ స్వరూపాన్నే మార్చేశాడు. ఐసీసీ టెస్టు, వన్డే, టీ20 ర్యాంకింగ్స్‌లో ఏకకాలంలో నంబర్ వన్ స్థానంలో నిలిచిన ఏకైక భారత ఆటగాడిగా చరిత్ర సృష్టించాడు. ఈ నేపథ్యంలో కోహ్లీ భవిష్యత్తుపై ఆర్‌సీబీ సీఈవో చేసిన వ్యాఖ్యలు ఫ్రాంచైజీకి అతనిపై ఉన్న నమ్మకాన్ని, గౌరవాన్ని తెలియజేస్తున్నాయి.

ఆఫ్ఘనిస్థాన్‌తో చివరి వన్డేకు భారత జట్టులో కొత్త ముఖం

జట్టులోకి యువ బౌలర్ హర్షిత్ రాణా

గాయం నుంచి పూర్తిగా కోలుకున్న బౌలర్

బీసీసీఐ అధికారిక ప్రకటన

ఐర్లాండ్, ఇంగ్లాండ్ టూర్లకూ ఎంపికైన హర్షిత్

ఆఫ్ఘన్‌తో సిరీస్ కైవసమైన నేపథ్యంలో యువకులకు అవకాశాలు

ఆఫ్ఘనిస్థాన్‌తో జరిగే మూడో వన్డేకు ముందు భారత జట్టులో మార్పు చోటుచేసుకుంది. యువ ఫాస్ట్ బౌలర్ హర్షిత్ రాణాను జట్టులోకి తీసుకున్నారు. ఈ విషయాన్ని బీసీసీఐ అధికారికంగా ప్రకటించింది. మూడు వన్డేల సిరీస్‌లో తొలి రెండు మ్యాచ్‌లు గెలిచిన భారత్ ఇప్పటికే సిరీస్‌ను కైవసం చేసుకుంది. శనివారం చెన్నై వేదికగా జరిగే చివరి మ్యాచ్‌లో రాణా కూడా జట్టుతో ఉండనున్నాడు.టీ20 ప్రపంచకప్‌నకు ముందు ముంబైలో జరిగిన వార్మప్ మ్యాచ్ సందర్భంగా హర్షిత్ మోకాలికి గాయమైంది. దీంతో టోర్నీ మొత్తానికి దూరమయ్యాడు. ఆ తర్వాత జరిగిన ఐపీఎల్‌లో కూడా కోల్‌కతా నైట్ రైడర్స్ తరఫున ఆడే అవకాశం కోల్పోయాడు. గాయం నుంచి పూర్తిగా కోలుకున్న హర్షిత్ ఇటీవల బెంగళూరులోని బీసీసీఐ సెంటర్ ఆఫ్ ఎక్సలెన్స్‌లో రిహాబిలిటేషన్ ప్రోగ్రామ్‌ను పూర్తి చేశాడు. అనంతరం చెన్నైలో ఉన్న భారత జట్టుతో చేరినట్లు బీసీసీఐ కార్యదర్శి దేవజిత్ సైకియా వెల్లడించారు.24 ఏళ్ల హర్షిత్ రాణా ఇప్పటివరకు భారత్ తరఫున 14 వన్డేలు ఆడి 16 వికెట్లు పడగొట్టాడు. అతని బౌలింగ్ సగటు 27.38 కాగా ఎకానమీ 6.21గా ఉంది. ఈ ఏడాది జనవరిలో న్యూజిలాండ్‌తో జరిగిన టీ20 సిరీస్‌లో చివరిసారిగా భారత జెర్సీలో కనిపించాడు. ప్రస్తుతం అతడిని ఐర్లాండ్, ఇంగ్లాండ్ పర్యటనలకూ ఎంపిక చేశారు. ఆ పర్యటనల్లో భారత్ ఏడు టీ20 మ్యాచ్‌లు ఆడనుంది.మూడో వన్డేకు ముందు హర్షిత్ జట్టులో చేరడం వల్ల భారత బౌలింగ్ విభాగానికి మరింత బలం చేకూరనుంది. సిరీస్ ఇప్పటికే ఖరారైన నేపథ్యంలో యువ ఆటగాళ్లకు అవకాశం ఇచ్చే యోచనలో ఉన్నారు.

2027 ప్రపంచకప్‌లో రోహిత్, కోహ్లీ ఆడతారా?... క్లారిటీ ఇవ్వని బీసీసీఐ

2027 వన్డే ప్రపంచకప్‌లో రోహిత్, కోహ్లీల ప్రాతినిధ్యంపై స్పష్టతనివ్వని బీసీసీఐ

జట్టు ఎంపిక వ్యూహాత్మక అంశమని, బహిరంగంగా చర్చించలేమన్న బీసీసీఐ కార్యదర్శి

సెలెక్టర్లు, కోచ్, క్రికెట్ కమిటీతో చర్చించాకే తుది నిర్ణయం ఉంటుందని వెల్లడి

2027 వన్డే ప్రపంచకప్‌లో సీనియర్ ఆటగాళ్లు రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లీల ప్రాతినిధ్యంపై ఇప్పుడే స్పష్టత ఇవ్వలేమని భారత క్రికెట్ నియంత్రణ మండలి (బీసీసీఐ) వెల్లడించింది. జట్టు ఎంపిక, దీర్ఘకాలిక వ్యూహాలు అనేవి పూర్తిగా బోర్డు అంతర్గత విషయాలని, వాటిని బహిరంగంగా చర్చించడం సాధ్యం కాదని బీసీసీఐ కార్యదర్శి దేవజిత్ సైకియా స్పష్టం చేశారు. ఈ అంశంపై ఆయన చేసిన వ్యాఖ్యలు రోహిత్, కోహ్లీల భవిష్యత్తుపై నెలకొన్న ఊహాగానాలకు మరింత బలాన్ని చేకూర్చాయి.ప్రస్తుతం ఆఫ్ఘనిస్థాన్‌తో జరుగుతున్న వన్డే సిరీస్ సందర్భంగా పీటీఐ వార్తా సంస్థతో సైకియా మాట్లాడారు. "జట్టుకు సంబంధించిన కీలక నిర్ణయాలు తీసుకునేందుకు మా వద్ద నిపుణుల బృందం ఉంది. క్రికెట్ కమిటీ, సెలెక్టర్లు, హెడ్ కోచ్ గౌతమ్ గంభీర్ మరియు ఇతర సహాయక సిబ్బందితో నిరంతరం సంప్రదింపులు జరుగుతూనే ఉంటాయి. ఇవన్నీ వ్యూహాత్మకమైన అంశాలు కాబట్టి, వీటిని మీడియా ముందు వెల్లడించే అధికారం నాకు లేదు. ఇటువంటి చర్చలు కేవలం బోర్డు సమావేశాలకే పరిమితం కావాలి" అని ఆయన పేర్కొన్నారు.ప్రస్తుతం రోహిత్ శర్మ వయస్సు 39 ఏళ్లు కాగా, విరాట్ కోహ్లీకి 37 ఏళు . వీరిద్దరూ ఇప్పటికే టీ20, టెస్ట్ ఫార్మాట్ల నుంచి రిటైర్ అయ్యారు. అయినప్పటికీ, వన్డే క్రికెట్‌లో కొనసాగుతూ 2027 ప్రపంచకప్‌లో ఆడాలనే ఆసక్తితో ఉన్నట్లు సమాచారం. కోహ్లీ తన అద్భుతమైన ఫిట్‌నెస్‌తో సానుకూల దృక్పథంతో ఉండగా, రోహిత్‌ను వేధిస్తున్న గాయాల సమస్యలు కొంత ఆందోళన కలిగిస్తున్నాయి. ఈ క్రమంలో వీరి భవిష్యత్తుపై బీసీసీఐ ఎలాంటి నిర్ణయం తీసుకోబోతుందనే అంశంపై సర్వత్రా ఉత్కంఠ నెలకొంది.

యువీ కొత్త ఇన్నింగ్స్... ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ కోచింగ్ స్టాఫ్ లో లెజెండ్!

ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ కోచింగ్ బృందంలో యువరాజ్ సింగ్

యాజమాన్య మార్పులతో కోచింగ్ బృందంలో ప్రక్షాళన

గత రెండు సీజన్లలో ప్లేఆఫ్స్‌కు చేరని ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్

భారత క్రికెట్ మాజీ ఆల్ రౌండర్ యువరాజ్ సింగ్ ఇండియన్ ప్రీమియర్ లీగ్ (ఐపీఎల్)లో సరికొత్త ఇన్నింగ్స్ ప్రారంభించనున్నాడు. ఐపీఎల్ 2027 సీజన్ నుంచి ఆయన ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ జట్టు కోచింగ్ బృందంలో చేరనున్నాడు. బహుశా యువీ బ్యాటింగ్ కోచ్ గా బాధ్యతలు చేపట్టనున్నట్టు తెలుస్తోంది.జీఎంఆర్ గ్రూప్‌తో కుదుర్చుకున్న ఒప్పందం ప్రకారం, 2027, 2028 సీజన్లకు గాను ఢిల్లీ క్యాపిటల్స్ ఫ్రాంచైజీ నిర్వహణ బాధ్యతలను జేఎస్‌డబ్ల్యూ గ్రూప్ స్వీకరించనుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే కోచింగ్ బృందంలో భారీ మార్పులు చోటుచేసుకుంటున్నాయి. గత రెండు సీజన్లలో (2025, 2026) ఢిల్లీ జట్టు వరుసగా ఐదు, ఆరో స్థానాలతో సరిపెట్టుకుని ప్లేఆఫ్స్‌కు అర్హత సాధించలేకపోయింది. ఈ క్రమంలో, మెగా వేలానికి ముందు జట్టులో నూతనోత్తేజం నింపేందుకు యాజమాన్యం ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. 2007 టీ20, 2011 వన్డే ప్రపంచకప్ విజయాల్లో కీలక పాత్ర పోషించిన యువరాజ్ సింగ్, 2019లో అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌కు వీడ్కోలు పలికాడు. అప్పటి నుంచి శుభ్‌మన్ గిల్, అభిషేక్ శర్మ, రిషభ్ పంత్ వంటి పలువురు యువ ఆటగాళ్లకు అనధికారికంగా మెంటార్‌గా వ్యవహరిస్తున్న యువీ, పూర్తిస్థాయి కోచింగ్ బాధ్యతలు చేపట్టడం ఇదే తొలిసారి.

మన దునియా

మన అక్షరం – మన ప్రపంచం

‘లవ్ గురూ’గా మారిన రాజమాత.. రమ్యకృష్ణ హోస్ట్‌గా డేటింగ్ రియాలిటీ షో!

రాజమాత శివగామిగా పాన్ ఇండియా స్థాయిలో మెప్పించిన సీనియర్ నటి రమ్యకృష్ణ సరికొత్త అవతారంలో ప్రేక్షకులను అలరించడానికి సిద్ధమయ్యారు. లవ్ ఫెయిల్ అయిన వారి కోసం ఆమె ‘లవ్ గురూ’గా మారి సరికొత్త ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించబోతున్నారు. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ ‘బానిజే ఏషియా’ సరికొత్త కాన్సెప్ట్‌తో రూపొందిస్తున్న తమిళ డేటింగ్ రియాలిటీ షో ‘సెకండ్ లవ్’కు రమ్యకృష్ణ హోస్ట్‌గా వ్యవహరించనున్నారు. ఈ షో త్వరలోనే ప్రముఖ ఓటీటీ ప్లాట్‌ఫామ్ ‘జియో హాట్‌స్టార్’లో స్ట్రీమ్ కానుంది.

‘సెకండ్ లవ్’ కాన్సెప్ట్ ఏంటి?

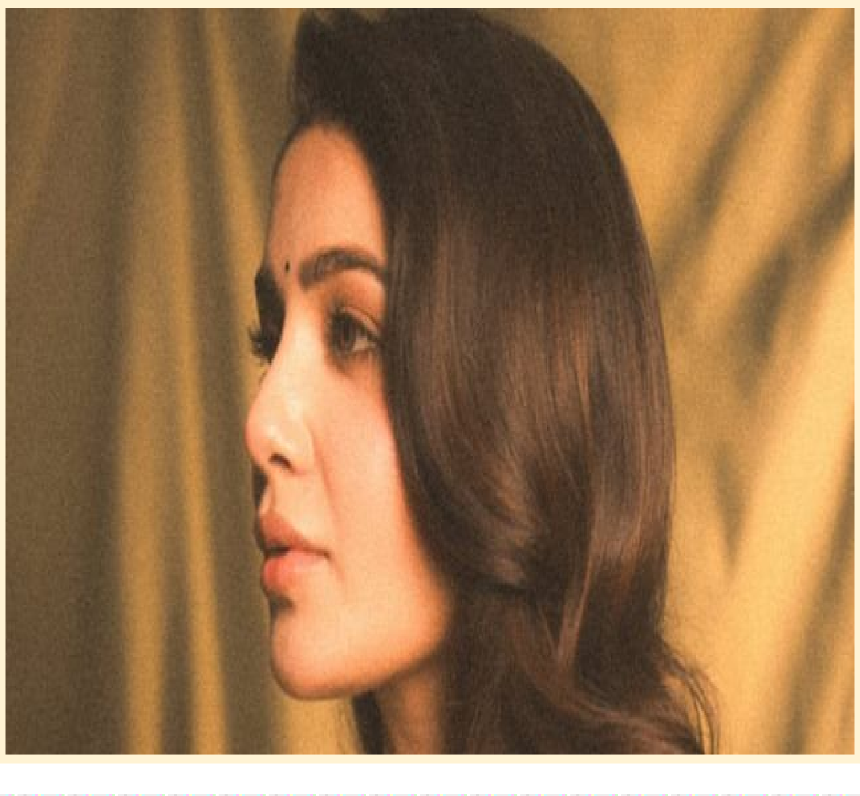
జీవితంలో ప్రేమ విఫలమై, బ్రేకప్ లేదా విడాకులతో బాధపడుతూ ఒంటరిగా ఉన్న 12 మంది సింగిల్స్ (యువతీ యువకులు) ఈ షోలో కంటెస్టెంట్లుగా పాల్గొంటారు. గత చేదు జ్ఞాపకాలను మర్చిపోయి, తమ జీవితంలో రెండోసారి ప్రేమను వెతుక్కునేందుకు ఈ షో వారికి ఒక వేదిక కానుంది. ఒకే విల్లాలో ఉండే ఈ కంటెస్టెంట్లు రకరకాల టాస్కులు, భావోద్వేగపూరితమైన చర్చల ద్వారా ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకుంటారు.రమ్యకృష్ణ పాత్రహోస్ట్‌గా రమ్యకృష్ణ ఈ 12 మంది కంటెస్టెంట్ల భావోద్వేగాలను పంచుకుంటూ వారు మళ్లీ మనసు విప్పి ప్రేమించడానికి ఒక మార్గదర్శిగా తోడుంటారు. షో ముగిసే సమయానికి వారు తమకు నచ్చిన భాగస్వామిని ఎంచుకుని సరికొత్త జీవితాన్ని ప్రారంభించవచ్చు.ఈ షోకు సంబంధించిన అఫీషియల్ పోస్టర్‌ను తాజాగా విడుదల చేశారు. ఇందులో గాయపడిన గుండెకు రమ్యకృష్ణ ప్యాచ్-అప్ చేస్తూ కనిపిస్తున్న లుక్ ప్రేక్షకులు, ముఖ్యంగా నేటి జెన్-జీ యూత్‌ను బాగా ఆకట్టుకుంటోంది. ‘మరో అవకాశం.. మరో ప్రేమకథ’ అనే క్యాప్షన్‌తో ఈ షోపై ఆసక్తిని పెంచేశారు.

సినిమాల్లోనూ బిజీ బిజీ..

ఓ ఓటీటీలోకి గ్రాండ్‌గా ఎంట్రీ ఇస్తూనే మరోవైపు సినిమాల్లోనూ రమ్యకృష్ణ బిజీగా ఉన్నారు. సూపర్ స్టార్ రజినీకాంత్ సరసన ఆమె నటించిన బ్లాక్‌బస్టర్ సినిమా ‘జైలర్’ సీక్వెల్ ‘జైలర్ 2’లో నటిస్తున్నారు. నెల్సన్ దిలీప్‌కుమార్ దర్శకత్వంలో రాబోతున్న ఈ క్రేజీ సీక్వెల్‌లో ఆమె తన పాపులర్ ‘విజయ ముత్తువేల్ పాండియన్’ పాత్రను మరోసారి పోషిస్తున్నారు. ఈ సినిమాలో ఎస్.జె. సూర్య కూడా కీలక పాత్రలో నటిస్తున్నారు.

సమంతపై రామ్ చరణ్ ప్రశంసలు.. అసాధారణ ధైర్యశాలి అంటూ ట్వీట్

నేడు విడుదలైన సమంత తాజా చిత్రం ‘మా ఇంటి బంగారం’ నేపథ్యంలో ఆమెను ‘అసాధారణ ధైర్యవంతురాలు’ అంటూ కొనియాడారు. ఈ సినిమాకు ప్రేక్షకుల నుంచి సానుకూల స్పందన లభిస్తున్న తరుణంలో చరణ్ చేసిన అభినందనలు ప్రాధాన్యత సంతరించుకున్నాయి.ఈ సందర్భంగా రామ్ చరణ్ ‘ఎక్స్’ వేదికగా స్పందిస్తూ, “ప్రియమైన సమంత, మీరు ఎల్లప్పుడూ అసాధారణమైన శక్తి, సౌందర్యం మరియు ఆత్మవిశ్వాసం కలిగిన మహిళ” అని పేర్కొన్నారు. ““మా ఇంటి బంగారం’ సినిమా గురించి అద్భుతమైన విషయాలు వింటున్నాను. ఈ విజయాన్ని అందుకున్న మీకు, చిత్ర బృందానికి నా హృదయపూర్వక అభినందనలు. మీ అందరి విజయం పట్ల నేను ఎంతో సంతోషిస్తున్నాను” అని తన పోస్ట్‌లో రాసుకొచ్చారు.రామ్ చరణ్ ప్రశంసలపై సమంత స్పందిస్తూ, ఈ మాటలు తనకు, తన చిత్ర బృందానికి ఎంతో విలువైనవని బదులిచ్చారు. నందిని రెడ్డి దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రాన్ని సమంత స్వయంగా నిర్మించడం విశేషం. ఇందులో వాస్తవిక యాక్షన్ సన్నివేశాల్లో ఆమె డూప్ లేకుండా నటించి మెప్పించారు. మయోసైటిస్ అనే ఆటో ఇమ్యూన్ వ్యాధితో పోరాడి, కొంతకాలం సినిమాలకు విరామం తీసుకున్న తర్వాత సమంత వరుసగా సినిమాలు చేస్తున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో, ‘మా ఇంటి బంగారం’పై ప్రేక్షకుల్లో ప్రత్యేక ఆసక్తి నెలకొంది.



‘మా ఇంటి బంగారం’ కోసం నిజంగానే దెబ్బలు తిన్నా, రక్తం వచ్చింది: సమంత

నా నిజ స్వరూపానికి ‘స్వర్ణ’ పాత్ర చాలా దగ్గరగా ఉంటుందని వెల్లడి

సినిమాలో డూప్ లేకుండా రియలిస్టిక్ యాక్షన్ చేశానని స్పష్టం

ఈ చిత్రం కోసం నిజంగానే దెబ్బలు తిన్నా, రక్తం చిందించానన్న సమంత

స్టార్ హీరోయిన్ సమంత రూత్ ప్రభు ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తూ, స్వయంగా నిర్మించిన తాజా చిత్రం ‘మా ఇంటి బంగారం’. ఇవాళ ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చిన ఈ సినిమా ప్రమోషన్లలో భాగంగా సమంత పలు ఆసక్తికర విషయాలను పంచుకున్నారు. సోషల్ మీడియా వేదికగా అభిమానులతో ముచ్చటించిన ఆమె, ఈ సినిమాలోని తన పాత్రకు ఎందుకు అంతగా కనెక్ట్ అయ్యారో వివరించారు. ‘మా ఇంటి బంగారం’లోని స్వర్ణ పాత్రలో ఉన్న ‘దృఢ సంకల్పం’ అనే ఒక్క లక్షణం తనను ఎంతగానో ఆకట్టుకుందని, ఆ పాత్రతో ప్రేమలో పడేలా చేసిందని ఆమె వెల్లడించారు.ఇంతవరకు తాను తెలుగులో పోషించిన పాత్రలన్నింటిలోకీ, తన నిజ స్వరూపానికి అత్యంత దగ్గరగా ఉన్న పాత్ర ‘స్వర్ణ’ అని సమంత పేర్కొనడం విశేషం. ఓ అభిమాని అడిగిన ప్రశ్నకు సమాధానంగా ఆమె ఈ విషయాన్ని తెలిపారు. ఇది ఆమె అభిమానులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటోంది.ఇక, ఈ సినిమాలో యాక్షన్ సన్నివేశాల గురించి మీడియా సమావేశంలో సమంత మాట్లాడుతూ.. “ఈ సినిమాలో ఎక్కడా స్లో మోషన్ షాట్స్, బిల్డప్ షాట్స్ వంటివి ఉండవు. యాక్షన్ సన్నివేశాలు చాలా రియలిస్టిక్‌గా ఉంటాయి. అవి నిజమైన పంచులు. వాటి చిత్రీకరణ సమయంలో నాకు కూడా దెబ్బలు తగిలాయి, రక్తం వచ్చింది. అన్ని యాక్షన్ సీన్స్ నేనే స్వయంగా చేశాను. అందుకే అవి ప్రేక్షకులకు అంతగా కనెక్ట్ అవుతున్నాయి” అని వివరించారు. ఇప్పటికే విడుదలైన ట్రైలర్‌లో, రెండేళ్ల నిరీక్షణ తర్వాత తన ప్రియుడి ఇంటికి వచ్చిన స్వర్ణకు అక్కడ పలు ప్రశ్నలు ఎదురవుతాయి. కులం, వంట, తోబుట్టువులు వంటి ప్రశ్నలతో ఆమెను విసిగిస్తారు. అయితే, “నేనెవరో మీకు తెలుసా?” అని ఆమె ఎదురు ప్రశ్నించడం ఉత్కంఠ రేపుతుంది. “కోడలికి అందం, సన్నగా ఉండటం, వంట చేయడం వంటి ఎన్నో లక్షణాలు ఉండాలని ఆశిస్తారు. కానీ నాలో ఆ లక్షణాలు ఏవీ లేవు. నాలో ఒకే ఒక్క గుణం ఉంది. నా కుటుంబాన్ని కాపాడుకోవడానికి ఎంతకైనా తెగిస్తాను” అని ఆమె చెప్పే డైలాగ్, పాత్రలోని ఆత్మవిశ్వాసాన్ని, ధైర్యాన్ని తెలియజేస్తుంది. ఈ డైలాగ్ ద్వారానే చిత్ర కథాంశం ఏమిటో స్పష్టమవుతోంది

EDITED, PRINTED, PUBLISHED AND OWNED BY AAKULA SUDHAKAR, PUSHPALATHA PUBLICATIONS AND PRINTING, HNo: 1-83, B.C.Colony, BOLLONIPALLY ARSHANPALLY, NALLA-BELLY MANDALAM, WARANGAL DIST - 506349, TELANGANA STATE, PUBLISHED PUSHPALATHA PUBLICATIONS HNo. 1-83, B.C.Colony, BOLLONIPALLY ARSHANPALLY, NALLABELLY MANDALAM, WARANGAL DIST- 506349.TELANGANA STATE,TITEL-code : RNI NUMBER ; TELTEL-2023/85680, Cell No: 9603969335, MANADUNIA 2022 @ gmail.com