

వార్త

తెలుగు దినపత్రిక

అనుక్షణం ప్రజలపక్షం...

WANTED రిపోర్టర్లు కావలెను

జర్నలిస్ట్ వార్త

దిన పత్రికలో పనిచేయుటకు తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాలలోని అన్ని జిల్లా, మండల, కేంద్రాలకు రిపోర్టర్లు కావలెను.

KKR NEWS

ఎడిటర్ : జర్న కరుణాకర్
Cell: 9701249103

సామాజిక జైత్రయాత్ర..

దేశంలోనే ఆదర్శవంతమైన పాలన



కృష్ణా జిల్లా: జర్నలిస్ట్ వార్త

రిఎస్పీ, ఎస్పీ, బీసీ, మైనార్టీ వర్గాలకు చేకూరిన సంక్షేమాన్ని వివరిస్తూ వారిని చైతన్య పరిచే లక్ష్యంతో చేపట్టిన సామాజిక సాధికార బస్సు యాత్ర పెనమలూరు నియోజకవర్గంలో గురువారం సాగింది. కంకిపాడు ప్రధాన సెంటర్లో జరిగిన బహిరంగ సభలో ప్రజలకు సంక్షేమ పాలనను ప్రజాప్రతినిధులు, నాయకులు వివరించారు.

తాడిగడప వైఎస్సార్ సీపీ కార్యాలయంలో మధ్యాహ్నం.. మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేల మీడియా సమావేశం అనంతరం మోటర్ బైక్ ర్యాలీ కంకిపాడు వరకూ సాగింది. చంద్రబాబుకు ఇదే నా సవాల్. మంత్రి జోగి రమేష్దేవ్తో సామాజిక న్యాయాన్ని పాటించిన ఒకే ఒక్క సీఎం జగన్. 14 ఏళ్లలో సామాజిక న్యాయం చేశానని చెప్పే దమ్ము చంద్రబాబుకు ఉందా?. రాజ్యసభ స్థానాలను చంద్రబాబు వందల కోట్లకు అమ్ముకున్నాడు.

నలుగురు బీసీలను సీఎం జగన్ రాజ్యసభకు పంపించారు. అచ్చెన్నాయుడు, చంద్రబాబుకు ఇదే నా సవాల్. మీ మేనిఫెస్టోతో రండి.. మా మేనిఫెస్టోతో వస్తాం. చర్చించే దమ్ముందా?. చంద్రబాబుకే గ్యారంటీ లేదు. ఇక మనకేం గ్యారంటీ ఇస్తాడు

చదువుతో పాటు క్రీడలూ ముఖ్యమే

క్రీడల్లో పోటీతత్వం అలవర్చుకోవాలి - పుట్టబాల్ పోటీల ప్రారంభంలో హరీష్ రావు

సిద్దిపేట,డిసెంబర్ 2 జర్నలిస్ట్ వార్త

చదువు ఎంత ముఖ్యమో క్రీడలూ కూడా అంతే ముఖ్యమని సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు అన్నారు. విద్యతోపాటు క్రీడల్లో పోటీతత్వం అలవర్చుకోవాలని సూచించారు. చదువుతోపాటు ఆటల్లో ప్రతిభ చూపించినవారికి మంచి భవిష్యత్తు ఉంటుందని చెప్పారు. సిద్దిపేట పుట్టబాల్ స్టేడియంలో ఇంటర్ స్కూల్ డిస్ట్రిక్ట్ పుట్టబాల్ చాంపియన్ షిప్ పోటీలను ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ.. అన్ని జాతీయ స్థాయి ఆటలకు సిద్దిపేట వేదికగా నిలిచిందన్నారు. ఆటలు అదుర్స్ అనేలా అన్ని వేదికలను పట్టణంలో ఏర్పాటు చేశామని తెలిపారు. అన్ని ఆటలకు నెలవుగా సిద్దిపేట మారిందని చెప్పారు. పాఠశాలల స్థాయికే పరిమితమైన క్రీడాకారులను జాతీయ స్థాయి పోటీలకు పంపేట సిద్ధం చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. అంతర్జాతీయ స్థాయి ప్రమాణాలతో 16 రకాల క్రీడలకు సంబంధించిన మైదానాలు, కోర్టులు, సౌకర్యాలను ఏర్పాటు చేశామని, దీంతో అనేక జాతీయ, రాష్ట్ర స్థాయి పోటీలకు అతిథ్యం ఇచ్చామన్నారు. స్విమ్మింగ్ పుల్ జాతీయ స్థాయిలో పోటీలకు, బ్యాడ్మింటన్,



వాలిబాల్ రాష్ట్ర జాతీయ స్థాయి సెలెక్షన్స్, పుట్టబాల్ సెలెక్షన్స్, రంగనాయక సాగర్ వద్ద జాతీయ స్థాయి సైకింగ్ పోటీలకు సిద్దిపేట వేదికయిందని చెప్పారు. సిద్దిపేట స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ను మరో రూ.11 కోట్లతో అభివృద్ధి చేయబోతున్నామని, క్రీకెట్ స్టేడియానికి రూ.4 కోట్లు వెచ్చిస్తున్నామని తెలిపారు. క్రికెట్, పుట్టబాల్, బాస్కెట్ బాల్, బ్యాడ్మింటన్, కబడ్డీ, ఖోఖో, హాకీ, కరాటే, రస్టింగ్, వ్యూండ్ బాల్, షాట్పుట్, స్పెలింగ్, అ+-లథెటిక్స్ తో పాటు ఇటీవలే నూతన వాలిబాల్ అకాడమీ ఏర్పాటైందని చెప్పారు.

తమిళ సినిరంగంలో విప్లావం

- నటుడు విజయకాంత్ మరణం -సంతాపం ప్రకటించిన మోడీ, కమల్, ఎన్టీఆర్



తాడిపత్రి నేతల మధ్య డైలాగ్ వారు

పరస్పర విమర్శలతో ఎన్నికలకు ముందే నేడి

పెద్దారెడ్డి వ్యాఖ్యలపై జెపి ప్రభాకర్ ఘాటు స్పందన

వివరాలు 3లో

నేను ఎప్పటికీ మీ సీతక్కనే....?

- మేడం అని పిలిస్తే దూరం అవుతాం
- మాది గడిల పాలన కాదు..గట్టి జడ్డల పాలన
- కుమ్మంభిమ్ గర్లపై ప్రజాపాలన చేపట్టడం ఆనందంగా ఉంది

వివరాలు 3లో



మీ విభేదాలతో పార్టీకి నష్టం

- 30 సీట్లు వస్తాయనుకుంటే 8తో సరిపెట్టారు
- పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో అయినా కలసి పనిచేయండి
- పార్టీ శ్రేణులకు అమిత్ షా క్లాస్



హైదరాబాద్,డిసెంబర్ 2 జర్నలిస్ట్ వార్తతెలంగాణ రాష్ట్ర అసెంబ్లీ ఎన్నికల ఫలితాలు నిరాశ కలిగించాయని కేంద్ర హోంశాఖ మంత్రి అమిత్ షా అన్నారు. మీలో విభేదాలే పార్టీ కొంప ముంచాయని అన్నారు. అనుకున్న సీట్లు సాధించలేదని.. 30 సీట్లు

వస్తాయని ఆశించామని పేర్కొన్నారు. వర్గ విభేదాల కారణంగానే నష్టపోయామని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. గురువారం రాష్ట్ర పర్యటనకు వచ్చిన అమిత్ షా.. హైదరాబాద్ లోని నోవాటల్లో పార్టీ ముఖ్య నేతలతో సమావేశమయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వర్గ విభేదాలు లేకుండా కలిసి పనిచేయాలని రాష్ట్ర బీజేపీ నేతలకు వార్నింగ్ ఇచ్చారు. వచ్చే పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో కలిసికట్టుగా ఎక్కువ సీట్లు సాధించేందుకు పాటుపడాలన్నారు. వర్గ విభేదాల వల్లే అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో నష్టపోయామని ముఖ్య నేతలకు అమిత్ షా వార్నింగ్ ఇచ్చారు. విభేదాలు లేకుండా కలిసి పనిచేయాలని ఆదేశించారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో అనుకున్న సీట్లు సాధించలేదు. లోక్సభ ఎన్నికల్లో సమన్వయంతో పనిచేయాలి. రాష్ట్రం నుంచి అత్యధిక ఎంపీ సీట్లు గెలిచేందుకు కృషి చేయాలి. ఒకరిపై ఒకరు ఫిర్యాదులు చేసుకుంటూ పార్టీకి నష్టం చేయకండి..

తెలంగాణలో ప్రజాపాలన సందడి

- ఆరు గ్యారెంటీల కోసం దరఖాస్తుల స్వీకరణ
- మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేల ఆధ్వర్యంలో కార్యక్రమంలో
- తమది దొరల ప్రభుత్వంకాదన్న డిప్యూటీ సీఎం భట్టి
- ప్రజా ప్రభుత్వంగా పనులు నెరవేరుస్తామన్న దామోదర



హైదరాబాద్,డిసెంబర్ 2 జర్నలిస్ట్ వార్త మొదలయ్యింది. పలు జిల్లాల్లో మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. రాష్ట్రంలో పార్టీలతో సంబంధం లేకుండా ఆర్డూలందరికీ సంక్షేమ అందిస్తామని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క స్పష్టం చేశారు. రంగారెడ్డి జిల్లా అబ్దుల్లాపూర్ మెట్లో 6 గ్యారెంటీలకు సంబంధించి 'ప్రజాపాలన' దరఖాస్తుల స్వీకరణ కార్యక్రమాన్ని ఆయన గురువారం ప్రారంభించారు. ప్రజలపరకూ ఇబ్బంది పడల్సిన అవసరం లేదని, ఇది దొరల ప్రభుత్వం కాదని ప్రజల ప్రభుత్వమని అన్నారు. మా పార్టీలోకి వస్తేనే ఇల్లు ఇస్తామని, పథకాలు అందిస్తామనే ప్రభుత్వం తమది కాదని చెప్పారు. 'పదేళ్లలో రాష్ట్ర ప్రజలు నీళ్లు, నిధులు, నియామకాలు పొందలేదు. ప్రజల చేత ప్రజల కోసం వచ్చిన

ప్రభుత్వం మాది. ప్రజాపాలన అందిస్తామని చెప్పి ఒప్పించి ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేశాం. మేం ఇచ్చిన 6 గ్యారెంటీలను ప్రజల సమక్షంలోనే అమలు చేస్తున్నామని వివరించారు. ప్రజల వద్దకే వెళ్లి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నాం. అర్హులు ఎవరైనా దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. ప్రతి వంద కుటుంబాలకు ఓ కొంటర్ పెట్టి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నాం. ఈ రాష్ట్ర సంపదను ప్రజలకు అందిస్తాం. ప్రతి ఊరిలోనూ కొంటర్ ఉంటుంది. జనవరి 6 వరకూ దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తారని భట్టి వెల్లడించారు. మనది ప్రజల ప్రభుత్వమని దొరల ప్రభుత్వం కాదని ఉపముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు. ప్రజల దగ్గరకే వెళ్లి దరఖాస్తులు స్వీకరిస్తున్నామని, తాను పాదయాత్ర చేస్తున్న సమయంలో మహిళలు వారి సమస్యలు చెప్పుకున్నారని, ప్రజల చేత ప్రజల కోసం

వచ్చిన ప్రభుత్వం మనదన్నారు. తొమ్మిదేళ్లలో ఒక రేషన్ కార్డుకు దరఖాస్తు తీసుకోలేదని, ప్రజాపాలన అందిస్తామని చెప్పి ప్రజలను ఒప్పించి ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేశామని, తాము ఇచ్చిన ఆరు గ్యారెంటీలను ప్రజల సమక్షంలో అమలు చేస్తున్నామని ఆయన వివరించారు. పదేళ్లలో రాష్ట్ర ప్రజలు నీళ్లు, నిధులు, నియామకాలు పొందలేదన్నారు. ప్రజలు దగ్గరకు వెళ్లి ఆరు గ్యారెంటీలు అమలు చేయడానికి చేస్తున్న కార్యక్రమమే ప్రజాపాలన అని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమం లో ఎంఎల్ఎ మల్లారెడ్డి రంగారెడ్డి, కలెక్టర్ గౌతమ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు. సంగారెడ్డి జిల్లాలో ప్రజాపాలన కార్యక్రమం ప్రారంభమైంది. అభయహస్తం గ్యారెంటీల కోసం దరఖాస్తుల స్వీకరణ కార్యక్రమం చేపట్టారు.

భారీగా తగ్గిన కరెంట్ అకౌంట్ లోటు

- 2వ త్రైమాసికంలో జీడిపీ

- విలువలో 1 శాతానికి పరిమితం

- వస్తు వాణిజ్యలోటు తగ్గడం కారణం

- సేవా ఎగుమతులు పెరగడంసానుకూలాంశం



ముంబై: నిర్దిష్ట కాలంలో దేశంలోకి వచ్చి-పోయే విదేశీ మారక ద్రవ్యం నికర వ్యత్యాసం ప్రతిబింబించే భారత్ కరెంట్ అకౌంట్. తాజా అంతర్జాతీయ ఆర్థిక అనిశ్చితికి అద్దం పడుతోంది. భారత్ కరెంట్ అకౌంట్ లోటు (సీఏడి- క్యూడ్) ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం రెండవ త్రైమాసికం జూలై-సెప్టెంబర్ కాలంలో భారీగా ఒక శాతానికి (స్థూల దేశీయోత్పత్తి-జీడిపీ విలువలతో పోల్చి) పరిమితమైంది.

విలువలో ఇది 8.3 బిలియన్ డాలర్లు. సమీక్షా కాలంలో ఎగుమతులు-దిగుమతుల మధ్య నికర వ్యత్యాసం వాణిజ్యలోటు తగ్గడం, సేవల రంగం ఎగుమతుల్లో పెరుగుదల దీనికి కారణం. 2022 ఇదే కాలంలో కరెంట్ అకౌంట్ లోటు 3.8 శాతంగా (విలువలో 30.9 బిలియన్ డాలర్లు) నమోదయ్యింది. ఆర్బీఐ తాజా ఈ తాజా గణాంకాలను విడుదల చేసింది. తాజా ముఖ్య గణాంకాలను పరిశీలిస్తే..

2022-23 జూలై-సెప్టెంబర్ నెలల్లో వస్తు ఎగుమతుల విలువ 78.3 బిలియన్ డాలర్లు. తాజా సమీక్షా త్రైమాసికంలో ఈ విలువ 61.9 బిలియన్ డాలర్లకు తగ్గింది.

? సేవల ఎగుమతులు 4 శాతం ఎగశాయి. సాఫ్ట్వేర్ ఎగుమతులు పెరగడం, వ్యాపార, పర్యాటక సేవలు మెరుగుపడ్డాయి.

ఎగుమతుల ఒడిదుడుకులు...

అంతర్జాతీయ తీవ్ర అనిశ్చితి పరిస్థితులకు భారత్ వస్తు ఎగుమతులు అద్దం పడుతున్నాయి. అక్టోబర్లో 'ప్లస్'లోకి వచ్చిన ఎగుమతులు తిరిగి నవంబర్లో మైనస్లోకి జారిపోయాయి. అంతర్జాతీయ ఆర్థిక అనిశ్చితి, ఉక్రెయిన్ యుద్ధం, ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ద్రవ్యోల్బణం సవాళ్లు, కఠిన ద్రవ్య పరిస్థితుల నేపథ్యంలో 2023 ఫిబ్రవరి నుంచి జూలై వరకూ భారత్ వస్తు ఎగుమతుల్లో అసలు వృద్ధిలేకపోగా క్షీణతలో నడిచాయి. అయితే ఆగస్టులో వృద్ధిలోకి (3.88 శాతం) మారినా, మళ్లీ సెప్టెంబర్లో 2.6 శాతం క్షీణించాయి.

అక్టోబర్లో సానుకూల ఫలితం వెలువడింది. మరుసటి నెల- నవంబర్లోనే మళ్లీ క్షీణరేటు నమోదయ్యింది. ఇక దిగుమతుల విషయానికి వస్తే.. 10 నెలల తర్వాత అక్టోబర్లో ఎగువబాటుకు చేరిన దిగుమతులు నవంబర్లో మళ్లీ క్షీణతలోకి జారాయి. ఆర్థిక సంవత్సరం ఏప్రిల్ నుంచి నవంబర్ వరకు భారత్ వస్తు ఎగుమతుల విలువ 6.51 శాతం క్షీణించి 278.8 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యింది. దిగుమతుల విలువ కూడా 8.67 శాతం క్షీణించి 445.15 బిలియన్ డాలర్లుగా నమోదయ్యింది. వెరసి ఎగుమతులు-దిగుమతుల మధ్య నికర వ్యత్యాసం వాణిజ్యలోటు- ఈ ఏడు నెలల్లో 166.36 బిలియన్ డాలర్లుగా ఉంది.

మాది మాటల ప్రభుత్వం కాదు..

- చేతల ప్రభుత్వం: ఎమ్మెల్యే యశస్విని రెడ్డి

రాయపర్తి, జర్నలిస్ట్ వార్ల ప్రతినిధి: కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మాటల ప్రభుత్వం కాదు చేతల ప్రభుత్వమను పాలకుర్తి నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే మామిడాల యశస్విని రెడ్డి అన్నారు. గురువారం రాయపర్తి మండలంలోని జయరా శీ% తండా(ఎస్)లో ప్రజాపాలన గ్రామసభ కార్యక్రమానికి వారు ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజా ప్రభుత్వం అన్నారు. ప్రజా పాలన సభలలో 6 గ్యారంటీ పథకాలను కచ్చితంగా అమలు చేయనున్నట్లు తెలిపారు. ప్రతి ఒక్కరు ప్రతి ఒక్క కుటుంబం విధిగా తమ ఇంట్లో సభ్యుల పేర్లు వారి వివరాలను సమోద చేసుకోవాల్సిందిగా వారు సూచించారు. రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఎన్నికలలో చెప్పిన విధంగా సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేయడం జరుగుతుందని అన్నారు. ఇప్పటికే ఆరోగ్యశ్రీ, మహాలక్ష్మి పథకాలని అమలు చేయడం జరిగిందన్నారు. ప్రజా పాలనలో నేటి నుండి జనవరి 6 తేదీ వరకు దరఖాస్తు చేసుకునే ప్రజలు వారం రోజులు టైంలో తమకు ఇచ్చిన దరఖాస్తులను పూర్తి చేసి, కార్యాలయంలో అందజేయాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీపీ జినుగు అనిమిరెడ్డి, జెడ్పీటీసీ రంగు కుమార్ గౌడ్, సర్పంచ్ గుగులోతు పద్మవి, ఎంపిటిసి భూక్యా గోవింద్ నాయక్, మండల స్పెషల్ అధికారి నరేష్ కుమార్ నాయుడు, తహసీల్దార్ శ్రీనివాస్, ఎంపీడివో జి కిషన్, ఎంపిఓ రామ్మోహన్, ఏపీఎం కిరణ్ కుమార్, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు భాక్తి కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు హామ్యూ నాయక్, మహేందర్ రెడ్డి, కృష్ణారెడ్డి, అశోక్, ముద్రబోయిన వెంకన్న, ఎనగండుల మురళి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



తెలంగాణ బిసి సంఘం బహుజన సంక్షేమ సమావేశం



వర్ధన్నపేట, జర్నలిస్ట్ వార్ల ప్రతినిధి, వర్ధన్నపేట పట్టణ కేంద్రంలో గురువారం బర్సం రాంమోహన్ అధ్యక్షతన ముఖ్య నాయకులు రాష్ట్ర అధ్యక్షులు ప్రతాపగిరి విజయకుమార్ హాజరైనారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ భారతదేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చిన నాటి నుండి నేటి వరకు దేశ జనాభాలో సగభాగం వున్న మహిళలకు విద్యా, ఉద్యోగం, ఉపాధి, ఆర్థిక రాజకీయ రంగాలలో భాగస్వామ్యం కల్పించాలని గురువారం వారు కోరారు. ఎలాంటి అభివృద్ధికి నోచుకోలేదని అవకాశాలు లేని మహిళలు తమ హక్కుల సాధన కొరకు దేశవ్యాప్తంగా అనేక రకాలుగా నిరసనలు వ్యక్తం చేశారు. దేశంలో అన్ని రాష్ట్రాల్లో ఉన్నటువంటి వివిధ రాజకీయ పార్టీలకు, ఆయా ప్రభుత్వాలకు తమ సమస్యలపై వినతులు ఇస్తూ, మహిళలకు ప్రత్యేకంగా మహిళా బిల్లు, రిజర్వేషన్లు కల్పించాలని ప్రధానంగా డిమాండ్ చేశారు. గతంలో ఉన్నటువంటి కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వ హయాంలో పార్లమెంట్ లో మహిళా బిల్లు ప్రవేశ పెట్టారు. ఆ సమయంలో ప్రతిపక్షాల మహిళా బిల్లుకు ఆమోదం తెలుపకపోవడం వలన అయొక్క బిల్లు పాస్ కాలేక పోయిందన్నారు. అనంతరం ఏర్పడిన బీజేపీ ప్రభుత్వం ఏర్పడిన 9 సంవత్సరాల తరువాత మహిళా బిల్లు పార్లమెంట్ లో ప్రవేశ పెట్టి 34 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పించడం జరిగినదన్నారు. దీనికి అన్ని రంగాల రాజకీయ పార్టీలు ఆమోదం తెలుపడం జరిగిందన్నారు. అందువల్ల తెలంగాణ రాష్ట్రంలో రాబోయే లోక్ సభ ఎన్నికలలో మహిళలకు టికెట్ కేటాయింబాలి, వరంగల్ పార్లమెంట్ స్థానాన్ని మహిళా అభ్యర్థులకు టికెట్ ఇవ్వటం కొరకు కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకురాలు ఉన్నత విద్యా వంతురాలు, మాజీ లేబర్ కమిషనర్ గా అంతర్జాతీయ స్థాయి క్రీడాకారిణిగా ఉన్న వారికి అవకాశం కల్పించాలని కోరారు. బదులు బలహీన వర్గాల ప్రజలకు అనునిత్యం అందుబాటులో వుంటూ అనేక సేవకార్యక్రమాలు చేస్తూ గతంలో వరంగల్, ఖమ్మం,నల్గొండ, ఎమ్మెల్సీగా పోటీచేసిన అనుభవం వున్నా కూరారు భారతి గారికి కేటాయింబాలని కాంగ్రెస్ పార్టీని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సింగారం రవి, ఎస్సీ జహంగీర్, కొలిపాక సోమయ్య, కొలిపాక బాబు, చేల్లూరి సతీష్, దొమ్మటి రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించిన అరూరి



మడికొండ, జర్నలిస్ట్ వార్ల ప్రతినిధి: హనుమకొండ పరిధిలోని పలు వివాహ వేడుకల్లో గురువారం వర్ధన్నపేట మాజీ ఎమ్మెల్యే అరూరి రమేష్ పాల్గొన్నారు. ఖజీపేట మండలం మడికొండలోని సత్యసాయి కన్వెన్షన్ హాల్లో జరిగిన అడిషనల్ ఎస్పీ పుల్ల శోభన్ కుమారుడి వివాహం, ములుగు రోడ్డు వేంకటేశ్వర్ గార్లెస్స్ లో జరిగిన మాజీ కార్పొరేటర్ తాడిపెట్టి విద్య సాగర్ కుమారుడి వివాహానికి హాజరై నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించారు.

నూతన దంపతులను ఆశీర్వదించిన అరూరి



మడికొండ, జర్నలిస్ట్ వార్ల ప్రతినిధి: హనుమకొండ పరిధిలోని పలు వివాహ వేడుకల్లో గురువారం వర్ధన్నపేట మాజీ ఎమ్మెల్యే అరూరి రమేష్ పాల్గొన్నారు. ఖజీపేట మండలం మడికొండలోని సత్యసాయి కన్వెన్షన్ హాల్లో జరిగిన అడిషనల్ ఎస్పీ పుల్ల శోభన్ కుమారుడి వివాహం, ములుగు రోడ్డు వేంకటేశ్వర్ గార్లెస్స్ లో జరిగిన మాజీ కార్పొరేటర్ తాడిపెట్టి విద్య సాగర్ కుమారుడి వివాహానికి హాజరై నూతన దంపతులను మాజీ ఎమ్మెల్యే అరూరి రమేష్ ఆశీర్వదించారు.

మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో సర్వసభ్య సమావేశం



వర్ధన్నపేట జర్నలిస్ట్ వార్ల ప్రతినిధి: వర్ధన్నపేట పట్టణ కేంద్రంలోని ఎంపీడివో కార్యాలయంలో ఎంపీడిఓ రాజ్యలక్ష్మి అధ్యక్షతన ఎంపీపీ అన్నవనేని అప్పారావు ఆధ్వర్యంలో గురువారం సర్వసభ్య సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి జడ్పీటీసీ మార్గం బిక్షపతి, వివిధ శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయా శాఖల అధికారులు వారు నిర్వహిస్తున్న విధివిధానాలు వివరించారు. సమావేశంలో పాల్గొన్న స్థానిక ప్రజా ప్రతినిధులు ఆయా గ్రామాల్లోని మిగులుబాటు సమస్యలు సూచించారు. ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటూ, ప్రజా ప్రతినిధులతో పాటు అధికారులు ప్రజలకు సరైన సేవలు అందించాలని ఎంపీపీ అప్పారావు సూచించారు.

2 బిలియన్ డాలర్లపై బ్లాక్ బాక్స్ గురి

న్యూఢిల్లీ: ఐటీ సేవల కంపెనీ బ్లాక్ బాక్స్ వచ్చే మూడేళ్లలో ఆదాయాన్ని మూడింతలు పెంచుకోవాలని నిర్దేశించుకుంది. 2 బిలియన్ డాలర్లకు చేరుకోవాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. కీలకమైన టెక్నాలజీ మౌలిక సదుపాయాలకు డిమాండ్ పెరుగుతుండటం ఇందుకు దోహదపడగలదని సంస్థ ప్రెసిడెంట్ సంచీవ్ వర్మ తెలిపారు. డిజిటల్ ఇన్ఫ్రా, కనెక్టివిటీ, నెట్వర్కింగ్, సైబర్ సెక్యూరిటీ మొదలైన వాటిపై ప్రధానంగా దృష్టి పెడుతున్నట్లు ఆయన వివరించారు. అమెజాన్, గూగుల్, మెటా, మైక్రోసాఫ్ట్ వంటి దిగ్గజ టెక్ కంపెనీలు డేటా సెంటర్లను ఏర్పాటు చేసేందుకు బ్లాక్ బాక్స్ సేవలు అందిస్తోంది. కంపెనీ గత ఆర్థిక సంవత్సరంలో రూ. 6,233 కోట్ల ఆదాయం నమోదు చేసింది.

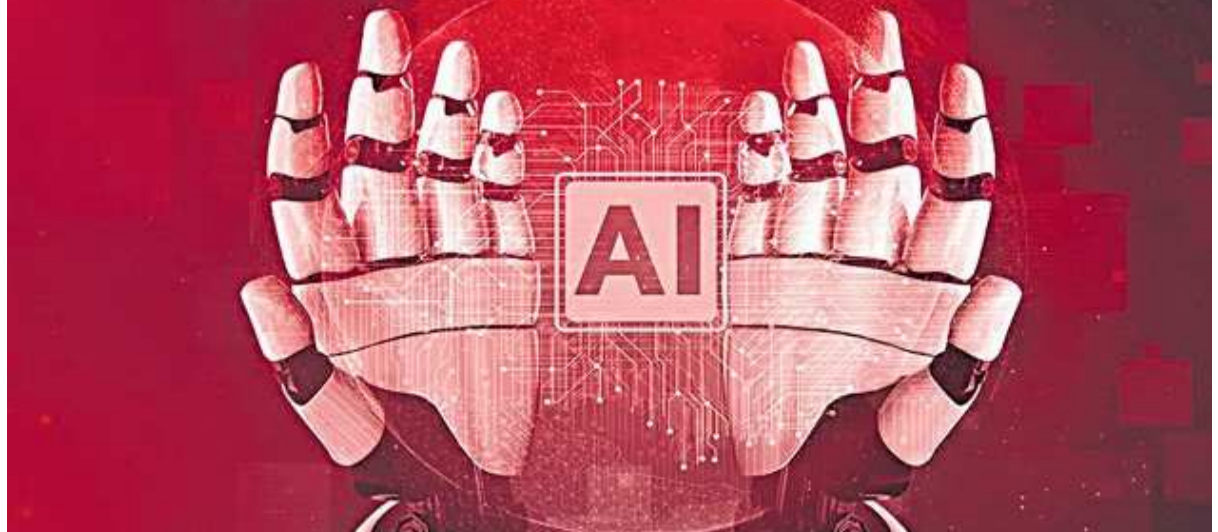
బాధ్యతాయుతంగా ఏఐ స్వీకరణ

అమలు చేస్తున్న వ్యాపార సంస్థలు -నాస్కామ్ తాజా సర్వేలో వెల్లడి

న్యూఢిల్లీ: ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ఏఐ) సాంకేతికత విషయంలో భారతీయ వ్యాపార సంస్థలు బాధ్యతాయుత పద్ధతులు, విధానాలను అవలంబిస్తున్నట్లు నాస్కామ్ సర్వేలో తేలింది.

అటువంటి పద్ధతులు, విధానాల అమలుకు చర్యలను ప్రారంభించినట్లు 60 శాతం కంపెనీలు తెలిపాయి. వీటిలో 89 శాతం వ్యాపార సంస్థలు శ్రామికశక్తి సుస్థితిత్వం, శిక్షణలో పెట్టుబడులను కొనసాగించడానికి నిబద్ధతగా ఉన్నాయి.

భారత్ లో ఏఐ వాణిజ్య అభివృద్ధి, వినయోగంలో నిమగ్నమైన పెద్ద సంస్థలు, ఎన్ఎంఈలు, స్టార్టప్లకు చెందిన 500 మంది సీనియర్ ఎగ్జిక్యూటివ్లు ఈ సర్వేలో పాలుపంచుకున్నారు. 'బాధ్యతాయుత ఏఐ ఆవశ్యకతపై



ప్రాథమిక అవగాహన కలిగి ఉన్నట్లు 30 శాతం సంస్థలు వెల్లడించాయి. ఏఐ వినయోగదారులు, వాటాదారులలో బాధ్యతాయుత ఏఐ కోసం పెరుగుతున్న ఆవసరం

పరిశ్రమ నాయకులకు అధునాతన సాధనాలు, వ్యూహాలలో పెట్టుబడులతోపాటు ఏఐ పద్ధతులలో పారదర్శకతను నొక్కి చెబుతోంది' అని నివేదిక వివరించింది.

క్యాన్సర్ తో తుదిశ్వాస విడిచిన 'మదర్ ఇండియా' నటుడు



'మదర్ ఇండియా' నటుడు సాజిద్ ఖాన్ క్యాన్సర్తో పోరాడుతూ మరణించారు. అతను 'ది సింగింగ్ ఫిలిపిన్', 'మాయ'తో సహా అంతర్జాతీయ ప్రాజెక్టులలో కూడా పనిచేశాడు. 'మదర్ ఇండియా'లో యువ సునీల్ దత్ పాత్రను పోషించి పాపులర్ అయిన ప్రముఖ నటుడు సాజిద్ ఖాన్ డిసెంబర్ 22న కన్నుమూశారు. గత కొన్ని రోజులుగా క్యాన్సర్తో పోరాడుతున్న ఆయన తన 70వ దశకం ప్రారంభంలో ఉన్నారు. కొంతకాలంగా క్యాన్సర్తో బాధపడుతున్న ఆయన శుక్రవారం తుదిశ్వాస విడిచారు' అని ఆయన కుమారుడు సమీర్ తెలిపారు. సాజిద్ అలీని పితాంబర్ రానా, సునీతా పితాంబర్ దత్తత తీసుకున్నారని, చిత్రనిర్మాత మెహబూబ్ ఖాన్ పోషించారని సమీర్ వెల్లడించాడు. అతని తండ్రి తన రెండవ భార్యతో కేరళకు వెళ్లాడు. అలి కొంతకాలం సినిమాల్లో యాక్టివ్గా లేదని, దాతృత్వం పాటించేవాడని సమీర్ తెలిపారు. అయితే, అతను కేరళను సందర్శించి, తిరిగి వివాహం చేసుకుని, స్థిరపడ్డాడు. సాజిద్ ఖాన్ అంత్యక్రియలు కేరళలోని అలప్పుజా జిల్లాలోని కాయంకుళం టౌన్ జమా మసీదులో జరిగాయి. సాజిద్ ఖాన్ వృత్తిపరమైన జీవితం వృత్తిపరంగా, సాజిద్ ఖాన్ మెహబూబ్ ఖాన్ 'సన్ ఆఫ్ ఇండియా'లో కనిపించాడు. ఆ తర్వాత నటించిన 'మదర్ ఇండియా' మంచి విజయం సాధించింది. ఈ చిత్రం అకాడమీ అవార్డులలో నామినేషన్ పొందింది. ఆ తర్వాత సాజిద్ ఖాన్ అమెరికన్ టీవీ షో 'ది బిగ్ వ్యాల్' ఎపిసోడ్లో నటించాడు. 'ఇట్స్ హ్యాపెనింగ్' అనే సంగీత కార్యక్రమంలో అతిథి పాత్రలో కూడా కనిపించాడు. అతను 'ది సింగింగ్ ఫిలిపిన్', 'ది ప్రిన్స్', 'మై ఫస్ట్ గర్ల్', 'బ' వంటి చిత్రాలతో ఫిలిమ్ ఫీల్డ్లో ప్రాముఖ్యతను సంతరించుకున్నాడు. అతను 'మర్చంట్-బవరీ ప్రొడక్షన్ హీల్ అండ్ డస్ట్లో డకాయట్ చీఫ్గా నటించాడు.

మౌనానికి రుక్మాతలు సంతానం లేనికీ కారణమే

అధ్యయనంలో వెల్లడించిన యూనివర్సిటీ ఆక్స్ ఫర్డ్ శాస్త్రవేత్తలు



దిల్లీ: జీవితం ప్రారంభదశలో వచ్చే వ్యాధులు, ముఖ్యంగా మానసిక రుగ్మతలకు.. సంతానలేమికి మధ్య కీలక సంబంధం ఉందని శాజా పరిశోధన వెల్లడించింది. యూనివర్సిటీ ఆఫ్ ఆక్స్ ఫర్డ్ శాస్త్రవేత్తలు ఈ అధ్యయనం చేశారు. వీరు మొత్తం 414 జీవిత ప్రారంభ దశ వ్యాధులను పరిశీలించారు. ఇందులో 74 వ్యాధులకు, జీవితాంతం పిల్లలు లేకుండా ఉండటానికి మధ్య సంబంధం ఉందని తేల్చారు. ఈ 74లో సగం వ్యాధులు మానసిక ప్రవర్తనకు సంబంధించినవి కావడం గమనార్హం. ఇందులో కొన్ని లింగ నిర్దిష్టంగా కూడా ఉన్నాయి. ఉదాహరణకు పురుషుల్లో స్పైడ్రోఫ్రెనియా, తీవ్రమైన మధ్యం మత్తుకు సంతానలేమితో సంబంధాలు ఉన్నాయి. మహిళల్లోనైతే మధుమేహం, పుట్టుకతో వచ్చే చైకల్యాలు ప్రభావం చూపుతున్నాయి. "ప్రపంచవ్యాప్తంగా సంతానం లేనివారు పెరగడానికి వివిధ కారణాలు ఉన్నాయి. సంతానాన్ని వాయిదా వేయాలనుకోవడం కూడా ఒక ప్రధానకారణం. సంతానలేమిని పెంచే అంశాల్లో ఇదే అతి ప్రమాదకరమైంది" అని పరిశోధన ప్రధాన రచయిత ఆర్థర్ లెయిన్ తెలిపారు. ఈ అధ్యయనాన్ని 'నేచర్ హ్యూమన్ బిహేవియర్' జర్నల్లో ప్రచురించారు.

డిఎంఈ, ఏ డి ఎం ఈ లను సంతానించిన తెలంగాణ గవర్నమెంట్ గజిటెడ్ టీచింగ్ నర్సింగ్ యూనియన్ సభ్యులు

హైదరాబాద్ (ఆరోగ్యజ్యోతి): ఇటీవల తెలంగాణ డి ఎం ఈ గా నియమితులైన డాక్టర్ త్రివేణి, ఏడిఎంఈ అకాడమిక్ డాక్టర్ శ్రీనివాస ప్రసాద్ సుతలంగాణ గవర్నమెంట్ గజిటెడ్ టీచింగ్ నర్సింగ్ యూనియన్ మెంబర్లు మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి అందజేసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. నర్సింగ్ కళాశాలలో ఉన్న సమస్యలను దశలవారీగా పరిష్కరిస్తామని తెలిపారు. సమస్యలు తలెత్తకుండా చూసుకోవలసిన బాధ్యత మన అందరిపై ఉందని పేర్కొన్నారు. అందరి సహాయ సహకారాల వల్ల నర్సింగ్ విద్యను మరింత అభివృద్ధి చేద్దామని ఈ సందర్భంగా వారు పేర్కొన్నారు. అనంతరం తెలంగాణ గవర్నమెంట్ గజిటెడ్ టీచింగ్ నర్సింగ్ యూనియన్ సభ్యులు మాట్లాడుతూ నర్సింగ్ డైరెక్టర్ ను ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటు చేయాలని వారు డిఎంఏ దృష్టికి తీసుకువెళ్లారు. నర్సింగ్ డైరెక్టర్



ఏర్పడుతోపాటు పోస్టులను వెంటనే భర్తీ చేయాలని ఈ సందర్భంగా వారు కోరారు. నర్సింగ్ కళాశాలలో నెలకొని ఉన్న సమస్యలను పరిష్కరించాలని తెలిపారు అంతేకాకుండా ఖాళీగా ఉన్న నర్సింగ్ కళాశాలలో పోస్టులను భర్తీ చేయాలని పేర్కొన్నారు ఫ్యాకల్టీ లేకపోవడంతో అనేక రకాల ఇబ్బందులు



ఎదుర్కొంటున్న వస్తుందని తెలిపారు. సన్మాన కార్యక్రమంలో హాంసలి ప్రొఫెసర్, ప్రెసిడెంట్ పద్మజయని అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, ఎగ్జిక్యూటివ్ సభ్యుడు, ఇందిరాజన్ని అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, శకుంతల అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్, ఎగ్జిక్యూటివ్ మెంబర్. జూనియర్ అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆరోగ్యమిత్రలకూ తప్పని సమస్యలు

- ఉద్యోగ భద్రత లేదంటూ ఆవేదన



నెల్లూరు, (ఆరోగ్యజ్యోతి): ఉద్యోగ భద్రత లేదంటూ ఆవేదన ఆరోగ్యమిత్రలకు ఉద్యోగ భద్రత కల్పిస్తామంటూ హామీ ఇచ్చారు. అధికారంలోకి వచ్చాకా ఏదో మొక్కుబడిగా వేతనాలు పెంచి చేతులు దులుపుకున్నారు. పైగా జీతాలు గీతదాటాయంటూ సంక్షేమ పథకాలకు కోత పెట్టారు. బండెడు చాకిరి చేయిస్తున్నారు. మాట తప్పిన మదమ తిప్పిన జగనన్న పుణ్యమా అని క్రమబద్ధీకరణ కాక.. వేతనాలు సరిపోక.. అటు సంక్షేమ పథకాలూ అందక కష్టాలతో అల్లాడిపోతున్నారూ ఆరోగ్యమిత్రలు. జనవరి 21, 2016న నెల్లూరులో ప్రతిపక్షంలో ఉండగా తనను కలిసిన ఆరోగ్యమిత్రలకు ఉద్యోగాల క్రమబద్ధీకరణపై జగన్ హామీ ఇచ్చారు. ఆ తర్వాత ఎన్నికల్లో గెలిచి వైకాపా అధికారంలోకి వచ్చింది. ఇంకేమంది 'ఓడ దాటేదాక ఓడ మల్లన్న' ఓడ దాటాక బోడి మల్లన్న' అన్నట్లుగా జగనన్న ఆరోగ్యమిత్రలకు ఇచ్చిన హామీని గాలికొదిలేశారు. పదవీకాలం ముగిసి మళ్ళీ ఎన్నికలు జరగబోతున్నారూ ఆరోగ్యమిత్ర ఉద్యోగ భద్రతపై నోరు మెదపడం లేదు. మాటలకు చేతలకు పొంతనలేని జగనన్న పుణ్యమా అని.... అరకొర వేతనాలతోనే వారు కాలం వెళ్లడం వచ్చింది. ఇచ్చిన హామీని గుర్తుచేస్తూ... అధికారులకు పదేపదే విజ్ఞప్తపంపటానికే అందచేస్తున్నారు. సీఎంసె కలుసుకునేందుకూ విశ్వప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. ఆరోగ్యశ్రీ (ట్రస్టు ద్వారా ప్రైవేట్, ప్రభుత్వ అనుబంధ ఆసుపత్రుల్లో ఆరోగ్యమిత్రులు పనిచేస్తున్నారు. డిగ్రీ అర్హతతో ఆహ్వానించిన దరఖాస్తుల మేరకు జిల్లాల్లో రాత పరీక్ష రాసి జిల్లా కమిటీల ద్వారా ఉద్యోగాలు చేస్తున్నారు. అనుబంధ ఆసుపత్రుల యాజమాన్యాలు, రోగులు, ఆరోగ్యశ్రీ (ట్రస్టు కార్యాలయం మధ్య అనుసంధానంగా పనిచేసే వీరికి మాత్రం ఉద్యోగ భద్రతలేదు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సుమారు 2వేల 500 మంది పనిచేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం నెలకు వచ్చే 15వేల చాలీచాలని జీతంతోనే జీవనాన్ని నెట్టుకొస్తున్నారు. ఇచ్చిన వాగ్దానం ప్రకారం ఉద్యోగ భద్రత కల్పించాలని వేడుకుంటున్నారు. ఆరోగ్య మిత్రలను ఆన్లైన్లో ప్రభుత్వ ఉద్యోగులుగా చూపుతున్నారు. దీనివల్ల వీరికి అమ్మఒడి కింద ఆర్థిక సాయం, పెన్షన్, ఆరోగ్యశ్రీ వంటి ఉచితంగా చికిత్స పొందే అవకాశాన్ని కోల్పోయారు. తెల్లరేషన్ కార్డును కూడా వీరికి జారీ చేయడంలేదు. ఇతర ఉద్యోగాల భర్తీలో ఆరోగ్యమిత్రలుగా పనిచేసే వారికి ప్రాధాన్యం కూడా ఇవ్వడంలేదు. కొవిడ్ బాధితులకు వీరు కీలక సేవలు అందించారు. మరోవంక... ఆరోగ్యమిత్ర అనే ఉద్యోగం ప్రభుత్వం గుర్తించిన ఉద్యోగ కేటగిరిల జాబితాలో లేనేలేదు. దీనివల్ల వీరికి అసలు ఉద్యోగ భద్రత లేకుండా పోతోంది. డిగ్రీ అర్హత కలిగినప్పటికీ పొరుగుసేవల కింద పనిచేస్తున్నారు... ఆరోగ్యమిత్రల్లో కొందరు కొద్దికాలం ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల్లోనూ పనిచేశారు. అయితే.. అక్కడ వీరి సేవలు అవసరంలేదన్న కారణంతో అక్కడి నుంచి తప్పించారు. ఈ క్రమంలో కొందరిని దూర ప్రాంతాల్లోని ఇతర ఆసుపత్రులకు బదిలీచేశారు. దీనివల్ల ఇళ్ల నుంచి రాకపోకలు సాగించేందుకు కొందరు నెలకు రవాణా ఖర్చుల కింద 2వేల నుంచి 3వేల వరకు ఖర్చు పెడుతున్నారు. నెలకు వచ్చే 15వేల్లో రవాణా ఖర్చులను మిగిలిన 12వేలతో కుటుంబాలను ఎలా నడవగలగమని ఆరోగ్యమిత్రులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఆరోగ్యమిత్ర హోదాకు తగ్గ కేటగిరి సృష్టించాలని, హామీ ఇచ్చిన ప్రకారం.. ఉద్యోగాలను క్రమబద్ధీకరించాలని ఆరోగ్యమిత్రులు సీఎం జగన్ ను అభ్యర్థిస్తున్నారు

హై అల్బర్ట్.. పెరుగుతున్న కరోనా వ్యాప్తి.. - యాక్టివ్ కేసులెన్నంటే?



ఢిల్లీ, (ఆరోగ్యజ్యోతి): దేశంలో గడిచిన 24 గంటల్లో కరోనా క్రియాశీలక సుల సంఖ్య పెరిగింది. కరోనా కొత్త వేరియంట్ జేఎన్ 1 కేసుల సంఖ్య పెరగడానికి కారణమని వైద్యులు చెబుతున్నారు. కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం ఇవాళ ఉదయం 8 గంటలవరకు .. గడిచిన 24 గంటల్లో 702 కొత్త కేసులు నమోదయ్యాయి. ప్రస్తుతం మొత్తం యాక్టివ్ కేసుల సంఖ్య 4,097గా ఉంది. కొత్తగా ఆరు మరణాలు సంభవించాయని అధికారులు తెలిపారు. మహారాష్ట్రలో ఇద్దరు, కర్ణాటక, కేరళ, పశ్చిమ బెంగాల్, ఢిల్లీలో ఒక్కొక్కరు చొప్పున కరోనాతో మృతి చెందారు. 2020లో మహమ్మారి ప్రారంభమైనప్పటి నుంచి దేశవ్యాప్తంగా 4.5 కోట్ల మందికి పైగా ప్రజలు కరోనా బారిన పడ్డారు. అప్పటి నుంచి నాలుగేళ్లలో సుమారు 5.3 లక్షల మంది మరణించారు.

మళ్ళీ కోవిడ్ భయం.. అప్రమత్తత అవసరం



ప్రస్తుతం చలి తీవ్రత బాగా ఉంది. దీనికి తోడు కోవిడ్ వైరస్ వేగంగా వ్యాప్తి చెందుతోంది. గత కాలంలో కోవిడ్ మనకు ఎన్నో గుణపాఠాలు నేర్పింది. ఆ చేదు జ్ఞాపకాలను విస్మరించకుండా ప్రజలు తప్పని వైరస్ ని సమర్థవంతంగా తిప్పికొట్టాలి. పరుగుల పండుగల హడావిడి ఉంది. బస్ స్టేషన్లు, రైల్వే స్టేషన్లతో పాటు నూతన సంవత్సర వేడుకలతో ఎక్కడిక్కడ జనసందోహాలు కనిపిస్తాయి. వైరస్ భయం వెంటాడుతున్న వేళ అజాగ్రత్త కూడదు. కోవిడ్ కొత్త రూపాంతరం, జెఎన్-1 అంత ప్రమాదకారి కాకపోయినా తగు జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మర్చిపోవద్దు. అసలే చలికాలం. ఘోర వంటి స్వాస్థ్యకాశ వ్యాధులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువ. పిల్లలు, పెద్దలు అన్న తేడా లేకుండా జలుబు, దగ్గు, ఆయాసం, జ్వరం బారిన పడుతున్న వారు ఈ మధ్య కాలంలో బాగా పెరుగుతున్నారు. అందోళన చెందకుండా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలి. ఇప్పుడు అందరూ కోవిడ్ మార్గదర్శకాలలో ముఖ్యమైన మాస్క్ వినియోగం తప్పనిసరిగా పాటించాలి. ముఖ్యంగా బయటికి వెళ్లే సమయంలో ప్రతి ఒక్కరూ ధరించాలి. గుమిగూడిన జనంలోకి వెళ్లకుండా ఉంటే మంచిది. తప్పనిసరి పరిస్థితుల్లో వెళ్ళి వస్తే మాస్క్ వేసుకోవాలి. ఈ మాస్క్, కోవిడ్ వైరస్ నుండి కాక, ఇతర వ్యాధులను వ్యాపింపజేసే అనేక నూకృజీవుల నుంచి కూడా మనల్ని కాపాడుతుంది. అపరిశుభ్రత కూడా వైరస్ వ్యాప్తికి ప్రధాన కారణం. స్వాస్థ్యకాశ వ్యవస్థకు సంబంధించిన వ్యాధులు అపరిశుభ్రత వల్లే ఎక్కువగా వ్యాప్తి చెందుతాయి. మురికి చేతులతో నోరు, ముక్కును తాకడం వల్ల బ్యాక్టీరియా, వైరస్ లు శరీరంలోకి ప్రవేశించి ఇన్ఫెక్షన్లు వ్యాప్తి చెందుతాయి. అందువల్ల వీలైనంత వరకు చేతులను శుభ్రంగా ఉంచుకోవాలి. అలాగే బయటి నుంచి వచ్చిన తర్వాత సబ్బు నీళ్లతో చేతులను బాగా కడగాలి. శానిటైజర్ ని ఉపయోగించడం శ్రేయస్కరం. బలహీనమైన రోగినోధక శక్తి వల్ల సాధారణ జలుబు, ఘోర వంటి వ్యాధులు తరచూ దాడి చేస్తాయి. కాబట్టి రోగినోధక శక్తిని పెంపొందించే ఆహారం తీసుకోవాలి. ఆహారంలో ఆకుపచ్చ కూరగాయలు, పండ్లు, పాలు, తృణధాన్యాలు మొదలైనవి చేర్చుకోవాలి. రోజూవారీ ఆహారంలో ఇవి భాగం చేసుకోవడం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన అన్ని పోషకాలు అందుతాయి. శరీరానికి తగినంత నీరు కావాలి. ఈ కాలంలో దాహంగా లేదని నీరు తాగకుండా ఉంటారు. శరీరం డీహైడ్రేట్ కావడం వల్ల శ్రేష్ఠ పాఠ మందంగా మారుతుంది. ఇది గాలి మార్గాన్ని ఇరుకొందిగా చేస్తుంది. దీని వల్ల స్వాస్థ్య తీసుకోవడంలో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్న వస్తుంది. కాబట్టి తగిన మోతాదులో నీరు తాగాలి. వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఊపిరితిత్తులు బలపడతాయి. కాబట్టి రోజూ కొంత సమయం పాటు వ్యాయామం చేయడం అలవర్చుకోవాలి.

