



5

అల్లు అర్జున్ పుష్ప రెండు పార్టీలు కాదు మూడోది కూడా.. ఇదిగో క్లారిటీ..

జర్నలిస్ట్

RNI NO :Title-Code :-TELTEL02102

వార్త

తెలుగు దినపత్రిక

అనుక్షణం ప్రజలపక్షం...

WANTED రిపోర్టర్లు కావలెను

జర్నలిస్ట్ వార్త

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

ఎడిటర్ : బిర్లు కరుణాకర్
Cell: 9701249103

ప్రచురణ : హైదరాబాద్, గురువారం 8-2-2024 సంపుటి : 01 ఎడిటర్ : బిర్లు కరుణాకర్ సంచిక : 1398 పేజీలు : 4 వెల : 5-00

తెలంగాణలో 3 గ్రీన్ ఫీల్డ్ కాలిడార్లు

రూ.38,279 కోట్లతో 1,719 కి.మీ రోడ్ల నిర్మాణానికి ఆమోదం

రాజ్యసభలో కేంద్ర మంత్రి గడ్కరీ

న్యూఢిల్లీ: జర్నలిస్ట్ వార్త దేశవ్యాప్తంగా రహదారి ప్రయాణాన్ని సులభతరం చేసేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రారంభించిన భారత్ మాల పరియోజన-1 కింద గ్రీన్ ఫీల్డ్ హైవేస్ ఐక్య ప్రైవేట్ కారిడార్ నిర్మాణం వేగంగా జరుగుతోందని కేంద్ర రహదారుల శాఖ మంత్రి నితిన్ గడ్కరీ తెలిపారు.



ఇండోర్-హైదరాబాద్ (525 కి.మీ) యాక్సెస్ కంట్రోల్డ్ కారిడార్ నిర్మాణం పాక్షికంగా పూర్తయిందని పేర్కొన్నారు. భారత్ మాల పరియోజన -1 కింద తెలంగాణలో రూ.38,279 కోట్లతో 1,719 కి.మీ రహదారుల నిర్మాణానికి ఆమోదం తెలిపారు. ప్రస్తుతం తెలంగాణలో రూ.22,749 కోట్లతో 1,026 కి.మీ. పొడవైన రహదారుల నిర్మాణం జరుగుతోందని గడ్కరీ వివరించారు.

ప్రస్తుతం తెలంగాణ మీదుగా మూడు, ఆంధ్రప్రదేశ్ మీదుగా ఐదు గ్రీన్ ఫీల్డ్ హైవేస్ ఐక్య ప్రైవేట్ కారిడార్ నిర్మాణం జరుగుతోందని చెప్పారు. బీఆర్ఎస్ ఎంపీ లింగయ్య యాదవ్ ఆడిగిన ప్రశ్నకు బుధవారం రాజ్యసభలో కేంద్రమంత్రి లిఖితపూర్వక సమాధానం ఇచ్చారు. తెలంగాణలో హైదరాబాద్- విశాఖపట్నం (222 కి.మీ) యాక్సెస్ కంట్రోల్డ్ కారిడార్, షోలాపూర్ - కర్నూల్ - చెన్నై (329 కి.మీ) యాక్సెస్ కంట్రోల్డ్ కారిడార్ నిర్మాణంలో ఉన్నాయని తెలిపారు.

కాంగ్రెస్ బానిసత్వ గుర్తుల్ని చెలిపేస్తున్నాం

- కాంగ్రెస్ కు 40 టీట్లకూడా రావు: రాజ్యసభలో ప్రధాని మోదీ చురకలు
- కశ్మీర్ వెనుకబాటు తననానికి కాంగ్రెస్ కారణం
- దళితులు, ఆదివాసీల అభ్యున్నతే మా ప్రాధాన్యత
- నా ఆలోచనలు స్వతంత్రమైనవి
- రాష్ట్రాల హక్కుల్ని కాపాడతాం
- రాజ్యసభలో దేశ ప్రధాని సరేంద్ర మోదీ ప్రకటన

ధన్యవాద తీర్మానంపై చర్చకు ప్రధాని మోదీ సమాధానం ఇస్తున్నారు. "రాష్ట్రపతి ప్రసంగంపై జరిగిన చర్చలో సభ్యులు కొందరు తమ అభిప్రాయాలు చెప్పారు. మరికొందరు విమర్శలు గుప్పించారు. లోక్ సభలో ఖర్గేను చాలా మిస్ అయ్యాను, రాజ్యసభలో కలవడం ఆనందంగా ఉంది. ఖర్గే చాలా శ్రద్ధగా వింటున్నారు. ఖర్గే స్వేచ్ఛగా మాట్లాడారు. ఆయనకు అంతటి స్వేచ్ఛ ఎలాగ వచ్చిందని నాకు ఆశ్చర్యమేసింది. బహుశా ఆ రోజు వారి సెషన్ల కమాండర్లు ఇద్దరు (కేసీ వేణుగోపాల్, జైరాం రమేష్ ను ఉద్దేశిస్తూ) ఆ రోజు సభకు రాలేదేమో! అంటూ ప్రధాని మోదీ చురకలు అంటించారు. మాకు 400 టీట్లు రావాలని ఖర్గే ఆశీర్వాదించారు. కానీ, కాంగ్రెస్ కు 40 టీట్లు కూడా రావు. ఈ విషయాన్ని వాళ్ల మిత్రపక్షంలోనే నేత మమతా బెనర్జీనే చెప్పారు. చూస్తుండగానే కాంగ్రెస్ పరిస్థితి దిగజారిపోయింది. కాంగ్రెస్ పతనం నాకేమీ ఆనందం ఇవ్వదు. కాంగ్రెస్ ప్రజాస్వామ్యాన్ని ఖానీ చేసింది. ఆలోచనల్లోనూ కాంగ్రెస్



బెట్ డేటెడ్ అయ్యింది. కాంగ్రెస్ పత్రికా స్వేచ్ఛను కాలరాసింది. అంబేద్కర్ భారతరత్న ఇవ్వాలని ఏనాడూ కాంగ్రెస్ అనుకోలేదు. కానీ, వాళ్ల కుటుంబ సభ్యులకు మాత్రం భారతరత్న ఇవ్వకున్నారు. ప్రజలు ఎన్నుకున్న ప్రభుత్వాన్ని రాత్రికి రాత్రి కూల్చేసింది. దేశాన్ని విభజించే కుట్ర ఇప్పుడు మరోసారి కాంగ్రెస్ చేస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే దక్షిణ, ఉత్తరం అంటూ దేశాన్ని రెండు ముక్కలు చేసే యత్నం చేస్తోంది. నా ప్రసంగాన్ని అడ్డుకునేందుకు కొందరు యత్నిస్తున్నారు. నాకు మాట్లాడే అధికారాన్ని ప్రజలు కట్టబెట్టారు..

నేడు రాజ్యసభ ఎన్నికల నోటిఫికేషన్



హైదరాబాద్, జర్నలిస్ట్ వార్త ఫిబ్రవరి 7 రాజ సభ ఎన్నికలకు గురు వారం నోటిఫికేషన్ విడు దల కానున్నది. అసెంబ్లీలో ఈ నెల 15 వరకు అభ్యర్థుల నుంచి నామినేషన్లు స్వీకరించనున్నారు. 16న పరిశీలన, 20న నామినేషన్ల ఉపసంహరణ ఉంటుంది. అనంతరం అభ్యర్థులు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైతే ధ్రువపత్రాలను అందిస్తారు. లేకుంటే ఈ నెల 27న ఉదయం 9 నుంచి సాయంత్రం 4 గంటల వరకు పోలింగ్ నిర్వహిస్తారు. బీఆర్ఎస్ రాజ్యసభ ఎంపీలు బదుగుల లింగయ్యయాదవ్, సంతోష్ కుమార్, వద్దిరాజు రవిచంద్ర పదవీకాలం ఏప్రిల్ 2లో ముగియనున్నది. ఈ 3 స్థానాల్లో కాంగ్రెస్ కు రెండు స్థానాలు, బీఆర్ఎస్ ఒక స్థానం దక్కే

రానున్న కాలం బీఆర్ఎస్ దే



- కాంగ్రెస్ నేతల్లో వ్యంగ్యం తప్ప వ్యవహారం లేదు
- బదారు నెలల్లోనే ప్రజలు బీఆర్ఎస్ కు ఓట్లేస్తారు
- సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సంస్కారహీనంగా మాట్లాడుతున్నారు
- మాజీ మంత్రి హరీశ్ రావు

జనగామ జర్నలిస్ట్ వార్త 'రానున్న కాలం బీఆర్ఎస్ దే. వచ్చే బదారు నెలల్లోనే బీఆర్ఎస్ నాయకులు ఎక్కడ పోటీచేసినా ప్రజలు గుర్తించి ఓట్లు వేస్తారు. కార్యకర్తలు అందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు. సీఎం హెబ్బాలో రేవంత్ రెడ్డి సంస్కారహీనంగా మాట్లాడుతున్నారు. బట్టబాజ్ మాటలు చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చాల్సి తప్ప కష్టపడలేదు. కాంగ్రెస్ మోసాలపై గ్రామాల్లో చర్చ పెట్టాలి అని మాజీ మంత్రి, సిద్దిపేట ఎమ్మెల్యే తన్నీరు హరీశ్ రావు వ్యాఖ్యానించారు. బుధవారం జనగామలో ఎమ్మెల్యే పల్లె రాజేశ్వర్ రెడ్డి ఆధ్వర్యతన జరిగిన బీఆర్ఎస్ భవనగిరి పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ విస్తృతస్థాయి సమావేశంలో హరీశ్ రావు మాట్లాడారు.

సింగరేణిలో అన్ని సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి: రేవంత్ రెడ్డి

- 15 రోజుల్లో 15 వేల పోలీసు ఉద్యోగాల భర్తీ
- 60 కొత్త ఖాళీల భర్తీకి త్వరలో గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్
- 441 మంది కార్మికుల వారసులకు కారుణ్య నియామక పత్రాలను అందజేసిన సీఎం
- గత ప్రభుత్వం సింగరేణిని ఖాయిలా పడేలా చేసిందని ఆరోపణ

, హైదరాబాద్: జర్నలిస్ట్ వార్త రాష్ట్రంలో వచ్చే పదిహేను రోజుల్లో 15 వేల పోలీసు ఉద్యోగాలను భర్తీ చేస్తామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చెప్పారు. గ్రూప్-1లో 60 కొత్త ఖాళీల భర్తీ చేపడతామని తెలిపారు. రాష్ట్రంలోని 30 లక్షల మంది నిరుద్యోగులు పోటీపరీక్షలకు సిద్ధం కావాలని, ఉద్యోగ నియామకాల కోసం ప్రభుత్వానికి అందుబాటులో ఉన్న అన్ని ప్రయత్నాలు చేస్తామని చెప్పారు. బుధవారం హైదరాబాద్ లోని అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద జరిగిన కార్యక్రమంలో.. 441 మంది సింగరేణి కార్మికుల వారసులకు కారుణ్య నియామక

పత్రాలను సీఎం అందజేశారు. అనంతరం మాట్లాడారు. గత ప్రభుత్వంలో సింగరేణి తీవ్ర నిర్లక్ష్యానికి గురైందని, తాము అన్ని రకాలుగా ఆదుకుంటామని చెప్పారు. ప్రజాస్వామ్య స్ఫూర్తికి నిదర్శనంగా, అంబేద్కర్ సాక్షిగా నియామక పత్రాలను అందజేస్తున్నామన్నారు. తెలంగాణ సాధనలో సింగరేణి కార్మికుల సాత్రను ఎవరూ తగ్గించలేరని, పార్టీలు విఫలమైన సమయంలోనూ కార్మికులు రాష్ట్రం కోసం అనేక పోరాటాలు చేశారని గుర్తుచేశారు.



సింగరేణి అందగా నిలిచింది రాష్ట్రంలోని గత ప్రభుత్వం సింగరేణిని ఖాయిలా పడేలా చేసిందని, కేంద్రం కూడా సింగరేణికి అనేక అడ్డంకులు సృష్టించిందని సీఎం ఆరోపించారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో సింగరేణి ప్రాంతం కాంగ్రెస్ కు అందగా నిలిచి ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పాటుకు సహకరించిందన్నారు. సింగరేణిలో 80శాతం ఉద్యోగాలను స్థానికులకే ఇవ్వాలని ఆదేశించామని చెప్పారు. ఈ ప్రాంతంలో సూపర్ స్పెషాలిటీ ఆస్పత్రి నిర్మించే అంశంపై చర్చించి, సానుకూల నిర్ణయం తీసుకుంటామన్నారు. కారుణ్య నియామకాల వయసు సడలింపు అంశాన్ని కూడా పరిశీలిస్తామన్నారు. కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క, మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్, ఎమ్మెల్యేలు కూననేని సాంబశివరావు, పాయం వెంకటేశ్వర్లు, మక్కన్ సింగ్ రాజేంద్రాకూర్, ప్రేమసాగర్ రావు, గడ్డం వివేక్, గడ్డం వివేద్, కోవ లక్ష్మి, ప్రభుత్వ సీఎస్ శాంతికుమారి, సింగరేణి ఎంపీ బలరాం నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డ్రోస్ వినియోగంపై శిక్షణ

- » ఇతర అధ్యక్షులలోని ఎన్ఆర్ఎస్సీతో తెలంగాణ ఏవియేషన్ అకాడమీ ఒప్పందం
- » సీఎం రేవంత్ తో ఇతర చైర్మన్ పోషనాథ్ భట్ డ్రోస్ పైట్లకు అధునాతన శిక్షణ
- » పార్లమెంటు ప్రాంతం వైపు డ్రోస్ పోషన్ కోసం 20 ఎకరాల స్థలం
- » తరంగల్ ఎయిర్ ఫోర్స్ పునరుద్ధరణ చర్యలు చేపట్టాలని సీఎం ఆదేశం



హైదరాబాద్ జర్నలిస్ట్ వార్త రాష్ట్రంలో డ్రోస్ పైట్లకు అధునాతన శిక్షణ ఇచ్చేందుకు ఇతర చైర్మన్ పోషనాథ్ భట్ రిమోట్ సెన్సింగ్ సెంటర్ (ఎన్ఆర్ఎస్సీ)తో తెలంగాణ స్టేట్ ఏవియేషన్ అకాడమీ (టీఎన్ఏఏ) అవగాహన ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. బుధవారం సచివాలయంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రి కోమటిరెడ్డి

వెంకటరెడ్డి, ఇతర చైర్మన్ ఎస్. సోమనాథ్ల సమక్షంలో టీఎన్ఏఏ సీఈవో ఎన్ఎన్ రెడ్డి, ఎన్ఆర్ఎస్సీ డైరెక్టర్ ప్రకాష్ చౌహాన్లు దీనిపై సంతకాలు చేశారు. ఈ ఒప్పందంలో భాగంగా ఎన్ఆర్ఎస్సీ శాస్త్రవేత్తలు డ్రోస్ పైట్లకి, డ్రోస్ డేటా మేనేజ్మెంట్, డేటా అనాలసిస్, ప్రాసెసింగ్, మ్యూటింగ్లపై ఏవియేషన్ అకాడమీలో శిక్షణ పొందుతున్న డ్రోస్ పైట్లకు 15 రోజులపాటు శిక్షణ ఇవ్వనున్నారు. ప్రభుత్వ అధికారులకు కూడా శిక్షణ: సీఎం అన్ని రంగాల్లో డ్రోస్ వినియోగం పెరిగిందని, పొలాల్లో ఎరువులు పురుగుమందులు చల్లేందుకు రైతులు డ్రోస్లను వినియోగిస్తున్నారని ఈ భేటీలో అధికారులు వివరించారు.



ఈడీ ఫిర్యాదు. కేజ్రీవాలకు కోర్టు సమస్టు

అత్యాచారం చేసి..వేడి పప్పు ఒంటిపై పోసి.. స్నేహితురాలిని హింసించిన వ్యక్తి అరెస్టు

దిల్లీ: అందగా ఉంటాడని నమ్మిన స్నేహితుడే తన స్నేహితురాలిని వంచించి ఏడు రోజుల పాటు అత్యాచారానికి పాల్పడ్డాడు. శారీరకంగా హింసిస్తూ విచక్షణ మరచి వేడి పప్పు అమెపై పోయడంతో బాధితురాలు తీవ్రంగా గాయపడిన ఘటన దిల్లీ లో చోటుచేసుకుంది.పోలీసుల వివరాల ప్రకారం జనవరి 30న నెట్ సరాయ్ పోలీస్ స్టేషన్కు ఓ వ్యక్తి తన భార్యను తీవ్రంగా కొడుతున్నాడనే సమాచారం అందడంతో పోలీసులు ఘటనాస్థలానికి చేరుకున్నారు. మహిళను రక్షించి ఎయిమ్స్ (గ్యాంగ్రాఫీ)కు తరలించారు. అప్పటికే మహిళ శరీరంపై పలుచోట్ల తీవ్రమైన గాయాలున్నాయన్నారు.



బాధితురాలు పోలీసులకు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఆమె స్వస్థలం పశ్చిమ బెంగాల్ లోని డార్జిలింగ్ ఈమెకు దిల్లీలోని ఓ హోటల్ లో వంట చేసే పరాస్ (గ్యాంగ్రాఫీ) అనే వ్యక్తితో ఫోన్ కాల్ లో పరిచయం ఏర్పడింది. తనకు బెంగళూరులోని ఓ ఇంట్లో సహాయకురాలిగా ఉద్యోగం రావడంతో దిల్లీ మీదుగా

బెంగళూర్ వెళ్లాలనుకొని, పరాస్ అక్కడే ఉండడంతో ఆయనను కలిసింది. అనంతరం అతను ఆమెకు మాయమాటలు చెప్పి లోబరుచుకున్నాడని, దిల్లీలోనే మరో ఉద్యోగం ఇప్పిస్తానని నమ్మించాడని పేర్కొంది. దాంతో తాను పరాస్ తో కలిసి సరాయ్ ప్రాంతంలోని రాజు పార్క్ లోని అద్దె ఇంట్లో రెండు నెలలుగా

ఉంటున్నట్లు తెలిపింది. రోజులు గడుస్తున్న కొద్దీ అతనిలో మార్పు వచ్చిందని నిందితుడు శారీరకంగా తనను హింసించేవాడని, లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడేవాడని పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. మహిళ ఫిర్యాదు ఆధారంగా అతనిపై కేసు నమోదు చేసి అరెస్టు చేశామని పోలీసులు తెలిపారు.

ఎన్నికలకు ఒకరోజుముందు.

పేలుళ్లతో దద్దరిల్లిన పాకిస్థాన్



ఇస్లామాబాద్: ఎన్నికలకు ఒకరోజు ముందు దాయాది దేశం పాకిస్థాన్ జంట పేలుళ్లతో దద్దరిల్లింది. బలూచిస్థాన్ లో బుధవారం జరిగిన ఈ ఘటనల్లో 26 మంది ప్రాణాలు కోల్పోగా, పలువురు గాయపడినట్లు స్థానిక మీడియా కథనాలు వెల్లడించాయి. ఎన్నికల్లో పోటీపడు తోన్న అభ్యర్థుల కార్యాలయాల వద్ద ఈ పేలుళ్లు చోటుచేసుకున్నాయి. (పిషిన్ జిల్లాలో స్వతంత్ర అభ్యర్థి కార్యాలయం బయట మొదటి పేలుడు సంభవించగా ఈ ఘటనలో 12 మంది మృతి చెందారు. తర్వాత కొద్దిసేపటికే అస్థానిస్థాన్ సరిహద్దులోని ఖిల్లా సైబల్ పట్టణంలో జామియత్ ఉలేమా ఇస్లామ్ (జిఐఎం) పార్టీ కార్యాలయం వద్ద రెండో బాంబు పేలింది. గతంలోనూ ఈ పార్టీ లక్ష్యంగా విలబెంట్ దారులు జరిగాయని స్థానిక ప్రభుత్వ ప్రతినిధి వెల్లడించారు. అయితే ఈ దారులకు తామే బాధ్యులమని ఏ ఉగ్రవాద సంస్థ ప్రకటించుకోలేదు. పాకిస్థాన్ లో గురువారం (ఫిబ్రవరి 8) సార్వత్రిక ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. పలు రాష్ట్రాల అసెంబ్లీలు ఓటింగ్ కు వెళ్లనున్నాయి. నాలుగేళ్లుగా లండన్ లో కొన్ని నెలల క్రితం స్వదేశానికి వచ్చారు. ఇంకోవైపు, మాజీ ప్రధాని ఇమ్రాన్ ఖాన్ వరుస కేసులు, శిక్షలతో ఉక్కిరిబిక్కిరి అవుతున్నారు. ప్రస్తుతం దాయాది దేశం అర్ధిక, రాజకీయ సంక్షోభాన్ని ఎదుర్కొంటోంది. మరోవైపు గత కొన్ని నెలలుగా పాక్ బాంబుదారులతో వణికిపోతోంది. ఈ ఘటనల్లో భద్రతా సిబ్బంది, అమాయక పౌరులు మృతి చెందుతున్నారు. ఈ నమయంలో జరుగుతోన్న ఎన్నికలపై సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది. ఇదిలాఉంటే.. పాకిస్థాన్ లోని అతిపెద్ద ప్రావిన్స్ గా పిలిచే బలూచిస్థాన్ పలు కొండలతో కూడిన ప్రాంతం. స్వాతంత్ర్యం కోసం ఇక్కడ అనేక సంస్థలు కొన్నేళ్లుగా తిరుగుబాటు చర్యలకు పాల్పడుతున్నాయి.

భాజపాలోకి 15 మంది మాజీ ఎమ్మెల్యేలు..

సార్వత్రిక ఎన్నికల ముంగిట కీలక రాజకీయ పరిణామం



దిల్లీ: సార్వత్రిక ఎన్నికల ముంగిట తమిళనాడు లో పార్టీ బలోపేతంపై భాజపా దృష్టి సారించింది. ఈ క్రమంలో రాష్ట్రానికి చెందిన 15 మంది మాజీ ఎమ్మెల్యేలు, ఒక ఎంపీ బుధవారం పార్టీలో చేరారు. రాష్ట్ర భాజపా అధ్యక్షుడు అన్నామలై సమక్షంలో కేంద్ర మంత్రులు రాజీవ్ చంద్రశేఖర్, ఎల్. మురుగన్ లు పార్టీలో చేరినవారికి కందువా కప్పి అహ్వానించారు. వీరిలో ఎక్కువమంది అన్నాడీఎంకే కు చెందినవారు కావడం.. ఆ పార్టీకి గట్టి ఎదురుదెబ్బగా రాజకీయ విశ్లేషకులు అంచనా వేస్తున్నారు. నాయకుల చేరికతో తమిళనాడులో భాజపా మరింత బలోపేతంపొందదని, ప్రధాని మోడీ మూడోసారి అధికారంలోకి రావడం ఖాయమని అన్నామలై ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో నెలకొన్న పరిస్థితులకు అధికార డీఎంకే, ప్రతిపక్ష అన్నాడీఎంకే పార్టీలే కారణమని, ఈసారి తమిళనాడు ప్రజలు తప్పుకుండా భాజపాకే మద్దతు పలుకుతారని తెలిపారు. రాష్ట్రంలో పార్టీ అధ్యక్షుడిగా అన్నామలై బాధ్యతలు చేపట్టినప్పటినుంచి అధికార, వివాదాలపై చదువైన విమర్శలు చేస్తూ.. భాజపా సిద్ధాంతాలను బలంగా వినిపిస్తున్నారు. 'ఎన్ మన్ - ఎన్ మక్తల్' (నా భూమి - నా ప్రజలు) పేరుతో ఆయన చేపట్టిన పాదయాత్రకు విశేష ప్రజాదరణ లభించింది. ఈనెల 25న కేరళంబత్తూరులో పాదయాత్ర ముగింపు వేడుకలో ప్రధాని మోడీ పాల్గొంటారని పార్టీ వర్గాలు తెలిపాయి. గతంలో భాజపా సారథ్యంలోని ఎన్డీయే కూటమిలో అన్నాడీఎంకే భాగస్వామిగా ఉండేది. అన్నామలై భాజపా రాష్ట్ర అధ్యక్ష బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత అనేక సందర్భాల్లో అన్నాడీఎంకే నేతల అవినీతిపై ఆరోపణలు చేశారు. దాంతోపాటు దివంగత ముఖ్యమంత్రి జయలలితను విమర్శించడంలో ఇరు పార్టీల మధ్య విభేదాలు పెరిగాయి. ఈ క్రమంలోనే గతేడాది సెప్టెంబరులో ఎన్డీయే కూటమి నుంచి వైదొలుగుతున్నట్లు అన్నాడీఎంకే ప్రకటించింది. తాజాగా ఆ పార్టీకి చెందిన కీలక నేతలు భాజపాలో చేరారు. ౧

ఉద్యోగుల సమ్మె.. వందలాది లుఫ్తాన్సా విమానాలు రద్దు



బెర్లిన్: జర్మనీకి చెందిన ప్రముఖ విమానయాన సంస్థ లుఫ్తాన్సాకు సమ్మె దెబ్బ తగిలింది. తమ దిమాండ్ల సాధనకు జర్మనీలోని ఐదు విమానాశ్రయాల్లోని గ్రౌండ్ స్టాఫ్ సమ్మెకు దిగిగతాది విమానాలను ఆ సంస్థ రద్దు చేయాల్సి వచ్చింది. చెక్-ఇన్, ఎయిర్ క్రాఫ్ట్ హ్యాండింగ్, మెయింటెనెన్స్, సరకు రవాణా సిబ్బంది ఒకరోజు సమ్మెకు దిగడంతో ఈ పరిస్థితి తలెత్తింది. దీని ప్రభావం సుమారు లక్ష మంది ప్రయాణికులపై పడినట్లు అంచనా వేస్తున్నారు. జర్మనీలోని ప్రాంక్ ఫర్ట్, మ్యూనిచ్, బెర్లిన్, డ్యూస్సెల్డార్ఫ్, హాంబర్గ్ విమానాశ్రయాల్లో పనిచేసే గ్రౌండ్ స్టాఫ్ బుధవారం ఉదయం 4 గంటల నుంచి 27 గంటల పాటు సమ్మెకు దిగారు. వేతనాల పెంపు కోరుతూ యూనియన్ నేతృత్వంలో 25వేల మంది ఉద్యోగులు ఈ

సమ్మెలో పాల్గొన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రయాణికులకు ఉచితంగా రీబుక్ చేసుకునే సదుపాయాన్ని లుఫ్తాన్సా కల్పించింది. దేశీయ విమానాల్లో ప్రయాణించేవారు తమ టికెట్లను రైల్ వోచర్లుగా మార్చుకునే వెసులుబాటు ఇచ్చింది. ఒక్క ప్రాంక్ ఫర్ట్ లోనే 600 విమానాల రాకపోకల్లో 80-90 శాతం రద్దు చేసినట్లు సంస్థ తెలిపింది. లుఫ్తాన్సా అనుబంధ సంస్థ అయిన ఎయిర్ డోలోమిటిపైనా సమ్మె ప్రభావం పడింది. మ్యూనిచ్ ఎయిర్పోర్ట్ లో 400 విమాన సర్వీసుల రాకపోకలను లుఫ్తాన్సా రద్దు చేసింది. బెర్లిన్, హాంబర్గ్ నుంచి బయల్దేరాల్సిన అన్ని విమానాలూ రద్దయ్యాయి. డ్యూస్సెల్డార్ఫ్ నుంచి అన్ని దేశీయ సర్వీసులను రద్దు చేసింది. జర్మనీలో ఈ తరహా సమ్మెలు నిత్యవృత్తం కావడంతో ప్రయాణికులు తరచూ ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

NDA అంటే 'నో డేటా అవైలబుల్'..

కేంద్రంపై శశి థరూర్ విమర్శలు



దిల్లీ: కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇటీవల ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ 2024లో పేదల సంక్షేమాన్ని విస్మరించినదిని కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత, ఎంపీ శశిధరూర్ ఆరోపించారు. కేవలం మూలధన వ్యయంపైనే దృష్టి సారించినదిని విమర్శించారు. దేశంలో పేదరికాన్ని అంచనా వేసేందుకు కేంద్రం వద్ద సరైన శాస్త్రీయ గణాంకాలు లేవన్నారు. బుధవారం లోక్ సభలో బడ్జెట్ పై చర్చ సందర్భంగా కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆర్థిక విధానాలను ఆయన తప్పుబట్టారు. అన్నీయే అంటే 'నో డేటా అవైలబుల్' అని విమర్శించారు. మీకు 40 సీట్లైనా రావాలని కోరుకుంటున్నా.. కాంగ్రెస్ కు మోడీ చరకలు 'గత పదేళ్లలో పేద, మధ్యతరగతి ప్రజల ఆదాయం తగ్గిపోయింది. కేంద్ర ప్రభుత్వం 'ట్రీకిల్ డౌన్ ఎకానమిక్స్'ని పాటిస్తోంది. సంపన్నులు ఖర్చు చేస్తే.. దానివల్ల పేద, మధ్యతరగతి ప్రజలు ప్రయాణనం ఘోరుతరగతి భావిస్తోంది. ఆర్థిక వ్యవస్థలో సామాన్యుడు భాగస్వామిగా ఉండాలి. వారికి అవసరమైన ఉత్పత్తులను తయారుచేయాలి. కానీ, కేంద్రం మూల ధన వ్యయంపైనే దృష్టి సారీస్తోంది. దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థను, సామాన్యుడిని పట్టించుకోవడానికే పరిష్కారం చూపలేని బడ్జెట్ ను కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టింది. ఆ విషయాన్ని సభ గ్రామంచాలి' అని థరూర్ వ్యాఖ్యానించారు.

ఈడీ ఫిర్యాదు. కేజ్రీవాల్ కు కోర్టు సమన్లు

దిల్లీ: మద్యం కుంభకోణం కేసు (%జూజు-ఎఐఐఎం-సీఐఐఐ)లో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. ముఖ్యమంత్రి అరవింద్ కేజ్రీవాల్ (గ్యాంగ్రాఫీ)కు దిల్లీ కోర్టు సమన్లు జారీ చేసింది. ఈ కేసులో ఎన్ ఫోర్స్ మెంట్ డైరెక్టరేట్ ఇచ్చిన నోటీసులకు సీఎం స్పందించకపోవడంతో దర్యాప్తు సంస్థ కోర్టును ఆశ్రయించింది. కేజ్రీవాల్ విచారణకు సహకరించడం లేదంటూ రౌస్ అవెన్యూ సీట్ల ప్రత్యేక కోర్టులో ఈడీ (%జూజు) ఫిర్యాదు చేసింది. దీనిపై విచారణ జరిపిన న్యాయస్థానం సీఎంకు సమన్లు ఇచ్చింది. ఫిబ్రవరి 17న ఆయన వ్యక్తిగతంగా కోర్టు ఎదుట హాజరుకావాలని ఆదేశించింది. మరోవైపు, కేజ్రీవాల్ కు దిల్లీ కోర్టు సమన్లు ఇవ్వడంపై ఆవేగం వ్యక్తం చేసి న్యాయస్థానం జారీ చేసిన



ఆర్డర్ ను అధ్యయనం చేస్తున్నామని.. అందుకు తగినవిధంగా చర్యలు తీసుకుంటామని ఆప్ నేత జస్టిస్ షా తెలిపారు. ఈ కేసులో ఈడీ ఇప్పటికే ఐదుసార్లు కేజ్రీవాల్ కు నోటీసులు జారీ చేసిన విషయం తెలిసిందే. తొలుత నవంబరు 2న, ఆ తర్వాత డిసెంబరు 21, జనవరి 3, జనవరి 18న, ఫిబ్రవరి 2న తమ ఎదుట విచారణకు హాజరుకావాలని ఆదేశించింది. కానీ, వివిధ కారణాలు చూపి ఆయన వాటిని తిరస్కరించారు. ఇవి చట్ట విరుద్ధమని, రాజకీయ కుట్రలో భాగంగానే తనను

వడ్డీ రేట్లు పెంచిన హెచ్ డీఎఫ్ సి బ్యాంక్.. లేటెస్ట్ రేట్లు ఇవే



ఇటీవలే కేంద్రం మద్యంతర 2024 బడ్జెట్ తీసుకుంది. తాజాగా మంగళవారం ఆర్ బిఐ మానిటర్ పాలసీ కమిటీ సమావేశం ప్రారంభమైంది. కీలక రెపో రేటు మార్పుల గురించి అందరూ చర్చిస్తున్న తరుణంలో భారతదేశ బ్యాంకింగ్ రంగంలో ప్రముఖ ప్రైవేట్ బ్యాంక్ హెచ్ డీఎఫ్ సి ఓ కీలక ప్రకటన చేసింది. తన మార్జిన్ లో కాస్ట్ ఆఫ్ ఫండ్స్-బేస్డ్ లెండింగ్ రేట్లు (%వీజూ=%)ను పెంచింది. ఈ మార్పులు నేడు, 2024 ఫిబ్రవరి 7 నుంచి అమల్లోకి వస్తాయని ప్రకటించింది. బ్యాంక్ రుణ ఖర్చులతో రుణ రేట్లను అలైన్ చేసి ఉద్దేశంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. **సవరించిన రేట్లు** వివిధ లోన్ టెన్యూర్లకు సవరించిన %వీజూ=% ఇప్పుడు మినిమం 8.9 శాతం నుంచి హ్యాక్సిమం 9.35 శాతం మద్య ఉంటాయి. ఓవర్నైట్ %వీజూ=% రేటు 10 బేసిస్ పాయింట్లు పెరిగి 8.9 శాతానికి చేరింది. ఒన్ మంత్ %వీజూ=% 10 బేసిస్ పాయింట్లు పెరిగి 8.95 శాతానికి చేరుకుంది. ముఖ్యంగా వినియోగదారుల రుణాలపై గణనీయంగా ప్రభావం చూపే ఒక సంవత్సరం %వీజూ=% 5 బేసిస్ పాయింట్లు పెరిగి 9.25 శాతం నుంచి 9.30 శాతానికి చేరుకుంది.

యూసీసీ బిల్లుకు ఉత్తరాఖండ్ అసెంబ్లీ ఆమోదం



దెహ్రాడూన్: ఉత్తరాఖండ్ రాష్ట్రం చరిత్రాత్మక నిర్ణయానికి వేదికైంది. స్వాతంత్ర్యం తరం దేశంలోనే ఉమ్మడి పౌరస్మృతిని అమలు చేయనున్న తొలి రాష్ట్రంగా ఉత్తరాఖండ్ నిలిచింది. యూసీసీ బిల్లుకు ఆ రాష్ట్ర అసెంబ్లీ బుధవారం ఆమోదం తెలిపింది. దీంతో ముఖ్యమంత్రి పుష్కర్ సింగ్ ధామి సమక్షంలో అసెంబ్లీలోనే ఎమ్మెల్యేలంతా స్వీట్లు పంచుకుని సంబురాలు చేసుకున్నారు. తీవ్ర చర్చనీయాంశంగా మారిన.. ఉమ్మడి పౌరస్మృతి చట్టాన్ని అమలు చేయనున్న తొలి రాష్ట్రంగా ఉత్తరాఖండ్ నిలిచింది. ఇక నుంచి ఆ రాష్ట్రంలో మతాలకు అతీతంగా పౌరులందరికీ ఒకే తరహా వివాహ, విదాకుల, భూమి, ఆస్తి, వారసత్వ చట్టాలు వర్తిస్తాయి. సహ జీవనంలో పుట్టిన పిల్లలకు కూడా చట్టపరమైన గుర్తింపును కల్పించడం.. సహ జీవనాన్ని రిజిస్టర్ చేసుకోకపోతే 6 నెలల జైలు శిక్ష వంటి అంశాలను ఈ బిల్లులో పొందుపరిచారు. అలాగే.. షెడ్యూల్డ్ తెగలను బిల్లు పరిధి నుంచి తప్పించారు. ఇదిలా ఉంటే.. యూసీసీ బిల్లు రూపకల్పనలో అక్కడి బీజేపీ ప్రభుత్వం రాజకీయ విమర్శలు ఎదుర్కొంది. విపక్షాల ఆందోళనల నడుమే మంగళవారం ఆ రాష్ట్ర సీఎం పుష్కర్ సింగ్ ధామి దీన్ని ప్రవేశపెట్టారు. ఆపై గందరగోళ పరిస్థితుల నడుమ సభ వాయిదా పడగా.. చివరకు చట్ట జరిపిన అనంతరం ఓటింగ్ నిర్వహించగా.. ఆమోదం లభించింది. స్వాతంత్ర్యం తరం దేశంలోనే ఉమ్మడి పౌరస్మృతిని అమలు చేయనున్న తొలి రాష్ట్రంగా ఉత్తరాఖండ్ నిలిచింది. దేశంలో.. గోవాలో పోర్చుగీసు పాలన నుంచి ఉమ్మడి పౌరస్మృతి ఉంది.

చంద్రబాబు పాత్రుల లెక్కల వెనుక - మంత్రి కాకాణి..!!



ఏపీలో ఎన్నికల పాత్రలు పైన స్పష్టత వస్తోంది. 2014 తరహా పాత్రలు రిపీట్ కానున్నాయి. టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ఢిల్లీ వెళ్లారు. బీజేపీతో పాత్రులు ఖాయమని చెబుతున్నారు. ఇప్పటికీ టీడీపీ, జనసేన పాత్రతో ముందుకు వచ్చాయి. ఈ సమయంలో జగన్ ను ఓడించేందుకు చంద్రబాబు పాత్రలు ప్రయత్నాలు పైన వైసీపీ మంత్రులు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. తాజాగా మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి చంద్రబాబు పాత్రలు వెనుక అసలు కారణాలు ఏంటో వెల్లడించారు. సీఎం జగన్ నాయకత్వంలో వైసీపీ బలంగా ఉన్న కారణంగానే చంద్రబాబు పాత్రలు కోసం ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారని మంత్రి కాకాణి దుయ్యబట్టారు. ఏదైనా కొత్త పార్టీ వస్తే కూడా చంద్రబాబు పాత్ర పెట్టుకుంటారని ఎద్దేవా చేశారు. వైసీపీ ప్రభుత్వం విఫలం అయితే ఆయనకు ఇతర పార్టీలతో పాత్రలు ఎందుకని అని ప్రశ్నించారు. చంద్రబాబు మోసం చేస్తారని ప్రజలకు కూడా అర్థం అయ్యిందని మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. చంద్రబాబు హయాం కంటే తాము రైతులకు ఎక్కువ మేలు చేసామని చెప్పుకొచ్చారు. చంద్రబాబు మరోసారి ఎన్నికల్లో లబ్ధి పొందేందుకు మోస పూరిత హామీలు ఇస్తున్నారని మంత్రి కాకాణి మండిపడ్డారు.

చంద్రబాబు తనపై ఉన్న కేసుల్లో ఓ ఒక్కదానికైనా సీబీఐ విచారణకు సిద్ధపడాలని మంత్రి కాకాణి పేర్కొన్నారు. 24 గంటల్లో దీనికి స్పందించాలని మంత్రి కాకాణి గోవర్ధన్ రెడ్డి సవాల్ విసిరారు. తన పైన వచ్చిన ఆరోపణల పై సీబీఐ విచారణకు అభ్యంతరం లేదని చెప్పిన అంశాన్ని కాకాణి గుర్తు చేశారు. ఇప్పుడు సీబీఐ క్లీన్ చిట్ ఇస్తే సీబీఐ సరిగ్గా విచారించలేదని చెబుతున్నారని మండిపడ్డారు. చంద్రబాబు పై అనేక ఆరోపణలు వచ్చాయి.. ఎన్నో కేసులలో స్టే లు తెచ్చుకున్నారు గుర్తు చేశారు. చంద్రబాబు అవినీతి చేయకపోతే సీబీఐ విచారణకు అంగీకరించాలని మంత్రి గోవర్ధన్ రెడ్డి సవాల్ చేశారు.

ప్రేమ జంటలె టార్గెట్.. నల్గొండలో ఇదో రకం దోపిడీ!



నల్గొండ: ప్రేమ జంట కనిపిస్తే చాలు వీరి పంట పండినట్టే. లవర్స్ ను బెదిరిస్తూ అందినకాడికి దోచుకుంటున్న ముఠా ఎట్టకేలకు నల్గొండ పోలీసులకు చిక్కింది. ప్రేమికులు ఏకాంతంగా ఉన్న సమయంలో వారిని ఈ ముఠా టార్గెట్ చేస్తుంది. రహస్యంగా వీడియోలు తీసి.. టీక చేస్తామంటూ బెదిరింపులకు పాల్పడుతోంది. ఆరుగురు యువకులు బృందంగా ఏర్పడి పలువురిని బెదిరించి డబ్బు, నగలు, బిల్లవైన వస్తువులు తీసుకున్నారు. జరిగిన విషయాన్ని బాధితులు బయటకు చెప్పుకోలేక మిసుకుంటిపోయారు. కొన్ని రోజులుగా ఈ ముఠా ఆగడాలు పెరిగిపోవడంతో పోలీసులకు ఫిర్యాదులు అందాయి. దీంతో నిఘా పెట్టి ఆరుగురిని అరెస్టు చేశారు. నల్గొండకు చెందిన కుంచం చందు, ప్రశాంత్, రాజు, చింతా నాగరాజు, అన్నపూరి లక్ష్మణ్, శివరామ్ ముకేష్ ను కోర్టులో హాజరుపర్చునున్నట్లు తెలిపారు. నిందితుల నుంచి బంగారు ఉంగరాలు, సెల్ ఫోన్లు, ఖరీదైన వాచీలు, రెండు టీవీలు, డ్రైల్ గ్రిం యంత్రం, ఇన్ స్టర్ట్ స్వాగ్గీసం చేసుకున్నారు.

శరద్ పవార్ కొత్త పార్టీ పేరు.. NCP శరద్ చంద్ర పవార్

ముంబై: శరద్ పవార్ కొత్త పార్టీకి కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ఆమోదం తెలిపింది. కొత్త పార్టీ పేరును ఈసీ ఖరారు చేసింది. ఎన్సీపీ శరద్ చంద్రపవార్ పార్టీగా నామకరణం చేసింది. లోక్ సభ ఎన్నికల వేళ.. రాజకీయ దిగ్గజం శరద్ పవార్ కు కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం మంగళవారం బిగ్ షాక్ ఇచ్చింది. అజిత్ పవార్ పార్టీ అసలైన ఎన్సీపీ (%వీజూ%) గా గుర్తిస్తూ.. గడియారం గుర్తును ఆ పార్టీకి కేటాయించింది. ఎన్సీపీ ఎవరిదనే విషయంలో గత కొంతకాలంగా ఆ పార్టీ చీలిక వర్గాలు కుమూలూడుకుంటున్న విషయం తెలిసింది. ఎన్సీపీకి మొత్తంగా 53 మంది ఎమ్మెల్యేలు ఉండగా.. అజిత్ వర్గం చీలిక తర్వాత శరద్ పవార్ ఆ పార్టీపై క్రమంగా నియంత్రణ కోల్పోతూ వచ్చారు. ప్రస్తుతం ఆయనకు 12 మంది ఎమ్మెల్యేల మద్దతు మాత్రమే ఉన్నట్లు సమాచారం.

ఇంటర్ అర్వతతో కోస్ట్ గార్డ్ లో ఉద్యోగాలు నావిక్ పోస్టులకు నోటిఫికేషన్ విడుదల

సముద్ర జలాల పరిరక్షణలో ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇండియన్ నేవీతో సమన్వయం చేసుకుంటూ రెన్యూ ఆపరేషన్స్ చేపడుతుంది. ఈ సంస్థలో ఉద్యోగం పొందడం చాలా మంది కల. అయితే ఇలాంటి వారికి తాజాగా ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ (%xజ+%) గుడ్ న్యూస్ చెప్పింది. నావిక్ (జనరల్ డ్యూటీ) పోస్టుల భర్తీకి రిక్రూట్ మెంట్ ప్రక్రియను ప్రారంభించింది. అర్హులైన అభ్యర్థులు అధికారిక పోర్టల్ 0%https://joinindiancoastguard.cdac.in% ద్వారా ఫిబ్రవరి 13 నుంచి దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చు. ఈ గడువు ఫిబ్రవరి 27 న ముగుస్తుంది.

ఉండావి. మ్యాథ్స్, ఫిజిక్స్ తప్పనిసరి సబ్జెక్ట్ గా చదివి ఉండావి. దరఖాస్తు ఫారమ్ లో సబ్జెక్టులకు సంబంధించిన మార్కులను కచ్చితంగా తెలియజేయాలి. మార్కులను సరిగా ఎంటర్ చేయకపోతే అభ్యర్థి అప్లికేషన్ ను తిరస్కరించే అవకాశం ఉంది. వయోపరిమితి నావిక్ జనరల్ డ్యూటీ పోస్టులకు దరఖాస్తు చేసుకోవాలంటే అభ్యర్థుల వయసు 18 నుంచి 22 ఏళ్ల మధ్య ఉండావి. 2002 సెప్టెంబర్ 1 నుంచి 2006 ఆగస్టు 31 మధ్య జన్మించిన పురుష అభ్యర్థులు మాత్రమే అప్లై చేసుకోవాలి. సెలక్షన్ ప్రాసెస్ లో ఎంపిక ప్రక్రియలో ముందు కంప్యూటర్ ఆధారిత టెస్ట్ (కోస్ట్ గార్డ్ ఎన్ ట్ లో వర్చువల్ టెస్ట్ (%జ+జూ%)), రెండో దశలో ఫిజికల్ ఫిట్ నెస్ టెస్ట్, దాక్యుమెంట్ వెరిఫికేషన్, మూడో దశలో మెడికల్ ఎగ్జామినేషన్ ఉంటుంది. మూడు దశలను క్లియర్ చేసే అభ్యర్థులకు పోస్టింగ్ ఇస్తారు. ఈ మూడు దశల షెడ్యూల్ త్వరలో కోస్ట్ గార్డ్



ప్రకటించనుంది. ఎగ్జామ్ ప్యాటర్న్ ఆన్ లైన్ ఎగ్జామ్ లో రెండు సెక్షన్స్ ఉంటాయి. సెక్షన్-1 మొత్తం 60 మార్కులకు ఉంటుంది. ఇందులో మ్యాథ్స్-20, సైన్స్-10, ఇంగ్లీష్-15, రీజనింగ్-10, జీకే-5 ప్రశ్నలు ఉంటాయి. పరీక్ష వ్యవధి 45 నిమిషాలు. సెక్షన్-2 మొత్తం 50 మార్కులకు ఉంటుంది. మ్యాథ్స్-25, ఫిజిక్స్ నుంచి 25 ప్రశ్నలు ఉంటాయి. పరీక్ష వ్యవధి 30 నిమిషాలు.

ఖాళీల వివరాలు
ఇండియన్ కోస్ట్ గార్డ్ వివిధ ప్రాంతాల్లో మొత్తంగా 260 పోస్టులను భర్తీ చేస్తుంది. అందులో కోస్ట్ గార్డ్ నార్ట్-79 పోస్టులు, వెస్ట్-66, నార్త్ ఈస్ట్-68, ఈస్ట్-33, నార్త్ వెస్ట్-12, అండమాన్ అండ్ నికోబార్ దీవులు-3 పోస్టులు భర్తీ కానున్నాయి.
ఎద్యుకేషన్ క్వాలిఫికేషన్
దరఖాస్తుదారులు గుర్తింపు పొందిన బోర్డ్ నుంచి ఇంటర్ పాస్

వర్ధన్నపేట పురపాలక సంఘం అవిశ్వాస తీర్మానం విరిగిపోయింది



వరంగల్, ఫిబ్రవరి 7 (జర్నలిస్ట్ వార్త): వరంగల్ జిల్లా వర్ధన్నపేట పురపాలక సంఘం చైర్ పర్సన్ అంగోతు అరుణపై కొన్ని ప్రవేశపెట్టిన అవిశ్వాస తీర్మానం విరిగిపోయింది. బుధవారం 9 మంది కొన్ని అభిప్రాయం వేరకు పురపాలక సంఘం నిబంధనల ప్రకారం సంబంధిత అధికారుల ఆధ్వర్యంలో ఓటింగ్ పెట్టారు. మున్సిపాలిటీగా ఏర్పడిన తరువాత మొట్టమొదటి సారిగా నిర్వహించిన ఎన్నికల్లో చైర్ పర్సన్ అంగోతు అరుణ ఎన్నికైన సంగతి తెలిసిందే. గడిచిన కాలంలో తన కొన్ని అభిప్రాయాలతో సంబంధం లేకుండా, తనదైన శైలిలో వ్యవహరిస్తున్నారని, మున్సిపాలిటీ అభివృద్ధికి నోచుకోలేదని అరోపిస్తూ ఆమెను గద్దె దించాలని గత కొంత కాలంగా సొంత పార్టీ నేతలతో పాటు ఇతర పార్టీలకు చెందిన కొన్ని ప్రయత్నించారు. ఈ నేపథ్యంలో

మున్సిపాలిటీకి చెందిన మొత్తం 12 మంది కొన్ని అభిప్రాయం వేరకు పురపాలక సంఘం చైర్ పర్సన్ అంగోతు అరుణపై కొన్ని ప్రవేశపెట్టిన అవిశ్వాస తీర్మానం విరిగిపోయింది. బుధవారం 9 మంది కొన్ని అభిప్రాయం వేరకు పురపాలక సంఘం నిబంధనల ప్రకారం సంబంధిత అధికారుల ఆధ్వర్యంలో ఓటింగ్ పెట్టారు. మున్సిపాలిటీగా ఏర్పడిన తరువాత మొట్టమొదటి సారిగా నిర్వహించిన ఎన్నికల్లో చైర్ పర్సన్ అంగోతు అరుణ ఎన్నికైన సంగతి తెలిసిందే. గడిచిన కాలంలో తన కొన్ని అభిప్రాయాలతో సంబంధం లేకుండా, తనదైన శైలిలో వ్యవహరిస్తున్నారని, మున్సిపాలిటీ అభివృద్ధికి నోచుకోలేదని అరోపిస్తూ ఆమెను గద్దె దించాలని గత కొంత కాలంగా సొంత పార్టీ నేతలతో పాటు ఇతర పార్టీలకు చెందిన కొన్ని ప్రయత్నించారు. ఈ నేపథ్యంలో

స్నేహితుని కుటుంబానికి అండగా నిలిచిన బాల్య స్నేహితులు



రాయపల్లి, ఫిబ్రవరి 7 (జర్నలిస్ట్ వార్త): రాయపల్లి మండల కేంద్రానికి చెందిన మచ్చ అశోక్ ఇటీవల అనారోగ్యానికి (వక్షావతం) గురై నిన్నుచూరు స్థితిలో ఉన్నారు. దురదృష్టవశాత్తూ అతడి తండ్రి మచ్చ మద్ది రాములు ఇటీవల అనారోగ్యంతో మృతి చెందారు. ఈ క్రమంలో అశోక్ కుటుంబం పరిస్థితి దిక్కుతోచని స్థితికి చేరుకుంది. బుధవారం సమాచారం తెలుసుకున్న బాల్య స్నేహితులు అశోక్ కుటుంబాన్ని సందర్శించారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో మానవ విలువలు కనుమరుగవుతున్న క్రమంలో 1997-98 వదవ తరగతి కలిసి చదువుకున్న తమ బాల్య స్నేహితుని కుటుంబానికి స్నేహితులంతా కలిసి 24 వేల రూపాయల ఆర్థిక సహాయం అందించారు. బాల్య స్నేహితుని కుటుంబానికి అండగా నిలిచారు. ఏ కష్టమొచ్చినా మేమున్నామంటూ మనఃకైర్వాన్ని కల్పించారు. చేయూతనిచ్చి వారిలో నాగమళ్ళ స్వాతి, చిన్నబోయిన రవి, ఎల్. కల్లూర రెడ్డి, ఉపేందర్, పి రాజేష్, యు. ప్రభాకర్, పి. మోహన్, మహేందర్ రెడ్డి, ఎన్. స్వాతి, ఏ. రాధిక, ఫెరోజ్ ఖాన్, విష్ణు, అంకయ్య, శ్యామ్, జెరు పోతుల యాకయ్య, అంజలి ఖాన్, యాకయ్య, రఫీక్, యాకుట్, శంకరాచారి, ఉపేంద్ర చారి, అప్రోజ్ ఖాన్ నుంచి, యాకయ్య, జె. శ్రీను, కొండేటి. రాజు, కోల. రాజు, మాచర్ల. ప్రభాకర్, నాగుల. రాంబాబు తదితరులు ఉన్నారు.

రేషన్ కార్డుదారులకు ప్రధాని మోడీ గుడ్ న్యూస్..

ఉచిత రేషన్ బియ్యం స్కీమ్ పై కీలక ప్రకటన

రేషన్ కార్డు దారులకు ప్రధాని మోడీ గుడ్ న్యూస్ చెప్పారు. ప్రధాన మంత్రి గిరిబే కళ్యాణ్ యోజన పథకంపై ఆయన కీలక ప్రకటన చేశారు. ఎల్లీ పరిస్థితుల్లో ప్రధాన మంత్రి గిరిబే కళ్యాణ్ యోజనలో భాగంగా ఇన్స్టు 5 కిలోల ఉచిత రేషన్ బియ్యం స్కీమ్ ను కొనసాగిస్తామని ప్రకటించారు. రానున్న బడ్జెట్ లో ప్రతి ఇంటికి తాగు నీరు, సౌరశక్తితో ప్రతి ఇంటికి ఉచిత విద్యుత్ ఇస్తామని మరో శుభవార్త చెప్పారు. రాజ్య సభలో రాష్ట్రపతి ధన్యవాద తీర్మానంపై చర్చ సందర్భంగా మోడీ ఈ ప్రకటన చేశారు. కాగా, రాష్ట్రపతి ధన్యవాద తీర్మానంపై చర్చ సందర్భంగా బుధవారం రాజ్య సభలో ప్రధాని మోడీ మాట్లాడారు. ఉచిత రేషన్ బియ్యం పథకాన్ని ఎల్లీ పరిస్థితుల్లో కొనసాగిస్తామని తెలిపారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకువచ్చిన ఆయుష్మాన్ భారత్ పథకం కూడా ఎప్పటికీ ఉంటుందని.. ఇది మోడీ గ్యారంటీ అని హామీ ఇచ్చారు. కిసాన్ సమస్య నిధి, పేదలకు పక్కా ఇళ్ల నిర్మాణం కూడా కొనసాగుతోందని ప్రకటించారు. త్వరలో మోడీ 3.0 ప్రభుత్వం వస్తోందని దీమా వ్యక్తం చేశారు. కాగా, కరోనా మహమ్మారి సమయంలో పేదలకు ఉచితంగా రేషన్ బియ్యం ఇస్తోందని కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రధానమంత్రి గిరిబే కళ్యాణ్ యోజన పథకాన్ని ప్రారంభించింది. ఈ స్కీమ్ కింద దేశంలోని రేషన్ కార్డుదారులకు ఉచితంగా నెలకు 5 కిలోల రేషన్ బియ్యం అందించేది. ప్రధానమంత్రి గిరిబే కళ్యాణ్ యోజన పథకం ద్వారా దాదాపు 80 కోట్ల మంది లబ్ధి పొందారు. కరోనా సమయంలో తీసుకువచ్చిన ఈ స్కీమ్ గడువు గతేడాది నవంబర్లో ముగిసింది. దీంతో ఈ పథకాన్ని మరో బడ్జెట్ పెంచుతూ నవంబర్లో జరిగిన భేటీలో కేబినెట్ నిర్ణయం తీసుకుంది. తద్వారా ఈ స్కీమ్ కింద 2024 జనవరి నుండి 2028 వరకు కేంద్రం ఉచితంగా నెలకు 5 కిలోల రేషన్ అందించనుంది. ఈ క్రమంలో ప్రధానమంత్రి గిరిబే కళ్యాణ్ యోజన స్కీమ్ ను ఎల్లీ పరిస్థితుల్లో కొనసాగిస్తామని ప్రధాని మోడీ తాజాగా ప్రకటించారు.

ఇజ్రాయెల్ యుద్ధం ముగింపుకు హమాస్ తాజా ప్రతిపాదన- 3 దశల్లో..!

ఇజ్రాయెల్ పై దాడులతో యుద్ధానికి తెరదీసిన హమాస్ ఇప్పుడు కాల్పుల విరమణ ద్వారా యుద్ధ విరమణకు ప్రతిపాదనలు పంపిస్తోంది. ఇప్పటికే ఇజ్రాయెల్ దాడులతో భారీగా నష్టపోవడం, ప్రజలు, పిల్లల మృత్యువాత పడడంతో హమాస్ ఇప్పుడు తాజా ప్రతిపాదన చేసింది దీన్ని ఇజ్రాయెల్ అంగీకరిస్తే త్వరలో యుద్ధం ముగిసిపోవడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. అయితే దీనిపై ఇజ్రాయెల్ స్పందన ఏంటన్నది చూడాలి ఉంది. నాలుగున్నర నెలలుగా గాజాలో సాగుతున్న నరమేధానికి తెరదించేలా గత వారం ఖతార్, ఈజిప్టు మధ్యవర్తులు పంపిన ప్రతిపాదనకు హమాస్ స్పందించింది. అమెరికా మద్దతుతో యుద్ధానికి ముగింపు పలికే కాల్పుల విరమణ ప్రణాళికను హమాస్ ఇజ్రాయెల్ కు ప్రతిపాదించింది. హమాస్ పంపిన ఈ ప్రతిపాదనలో 45 రోజుల పాటు మూడు దశల కాల్పుల విరమణ ద్వారా యుద్ధాన్ని ముగించేలా ప్రణాళిక ఇచ్చారు. అక్టోబర్ 7 న పాలస్తీనా ఖైదీల కోసం హమాస్ నేతలు స్వాగీసం చేసుకున్న మిగిలిన ఇజ్రాయెల్ బందీలను ఈ ప్రతిపాదన ద్వారా



విడుదల చేయడానికి బదులుగా మొదటి 45-రోజుల దశలో బందీలుగా ఉన్న ఇజ్రాయెల్ మహిళలు, 19 ఏళ్లలోపు పురుషులు, వృద్ధులు, అనారోగ్యంతో ఉన్నవారు విడుదలవుతారు. మిగిలిన మగ బందీలు రెండవ దశలో విడుదలవుతారు. మూడో దశలో మార్పిడులు ఉంటాయి. మూడవ దశ ముగిసే సమయానికి యుద్ధానికి ముగింపు పలికేందుకు ఇరు హమాస్ ప్రతిపాదన ప్రకారం ఇజ్రాయెల్ జైళ్ల నుండి పాలస్తీనా మహిళలు, పిల్లలను

ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా బరువు తగ్గడం లేదా.. కారణాలు ఇవే కావచ్చు

: ఈ మధ్యకాలంలో చాలామంది ఎదుర్కొనే సమస్యల్లో ఊబకాయం ఒకటి. మారిన కల్చర్ తో పాటు మానవుని శరీర ఆకృతులు కూడా మారిపోతున్నాయి. ఉండాలైన బరువు కన్నా అధిక బరువు పెరిగి ఎన్నో ఇబ్బందులను ఎదుర్కొంటున్నారు. దీంతో పెరిగిన బరువును తగ్గించుకునేందుకు ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తున్నారు. అయినా కొంతమంది బరువును తగ్గించుకోవడంలో విఫలమై నిరుత్సాహ పడతారు. బరువు

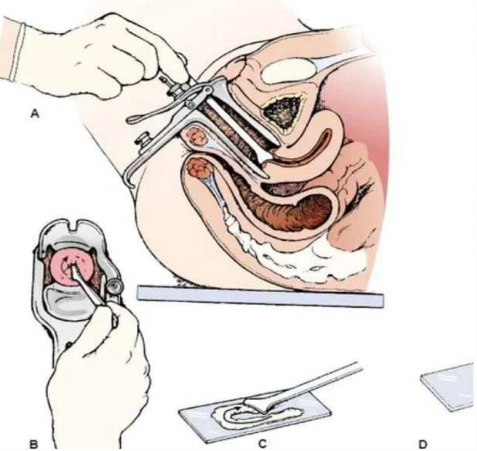
తగ్గించుకు ఒక్కపూట భోజనం మానేయడం, జిమ్కి వెళ్లడం, వ్యాయామం చేయడం, వాకింగ్ చేయడం వంటివి చేస్తూ ఉంటారు. నిజానికి బరువు తగ్గించుకునే ప్రయత్నంలో తెలియకుండానే ఇలాంటి అనేక తప్పులు చేస్తుంటారు. దాంతో మీరు అనుకున్న విధంగా బరువు తగ్గలేరు. ఇంతకీ ఆ పొరపాట్లెంతో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. అధిక కేలరీలు తీసుకోవడం.. మీరు మీ ఆహారంలో అధిక కేలరీలు తీసుకుంటే మీరు బరువు తగ్గ లేకపోవడానికి ఇది ఒక కారణం కావచ్చు.



తగినంత నిద్ర ఉండకపోవడం.. ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే సరైన నిద్రకూడా అంతే ముఖ్యం. అదేవిధంగా బరువును నియంత్రించడానికి తగినంత నిద్ర కూడా ఉండాలి. ఎందుకంటే నిద్ర లేకపోవడం వల్ల మీరు హార్మోన్ల అసమతుల్యత గురవుతారు. అటువంటి పరిస్థితులలో, బరువు పెరుగుతారు. అందుకే రాత్రిపూట 7 నుండి 8 గంటలు నిద్రపోవడం చాలా ముఖ్యం. బరువు తగ్గడానికి, తగినంత నిద్ర తాగడం చాలా ముఖ్యం. నీరు మీ జీవక్రియను పెంచుతుంది. ఇది ఆకలిని తగ్గించడంలో, శరీరం నుండి మలినాన్ని తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. అందుకే ప్రతిరోజూ 3 నుండి 4 లీటర్ల నీరు త్రాగాలి.

ప్రతి స్త్రీ వివాహానంతరం ఈ పరీక్ష ఎందుకు చేయించుకోవాలి?

పెళ్లయిన తర్వాత శృంగారంలో పాల్గొనడం వల్ల ప్రతి మహిళ పెళ్లి తర్వాత పాప్ స్మియర్ టెస్ట్ చేయించుకోవాలని డాక్టర్ సుష్మ అంటున్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా సర్వైకల్ క్యాన్సర్ కేసులు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. ఈ క్యాన్సర్ మహిళల్లో మరణానికి ప్రధాన కారణం అవుతోంది.



సర్వైకల్ క్యాన్సర్ %నూ% వైరస్ వల్ల వస్తుంది. ఈ వైరస్ లైంగిక సంపర్కం సమయంలో వ్యాపించే ఇన్ఫెక్షన్. ఇది గర్భాశయంలోని దిగువ భాగమైన గర్భాశయ ముఖద్వారంలో ఉంటుంది కాబట్టి దీనిని సర్వైకల్ క్యాన్సర్ అంటారు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ను గుర్తించడానికి ఏ పరీక్ష అవసరం, వివాహం తర్వాత మహిళలు ఏ పరీక్ష చేయాలి? న్యూజిల్లాండ్లోని %నూ%లో క్యాన్సర్ విభాగంలో నిపుణుడు డా. సుష్మా భట్నాగర్ సలహా ఇచ్చారు.

నేటి కాలంలో పెళ్లయ్యాక తప్పనిసరిగా పాప్ స్మియర్ టెస్ట్ చేయించుకోవాలని డాక్టర్ సుష్మ అంటున్నారు. ఈ పరీక్షా ప్రక్రియపై మహిళల్లో అయిష్టత ఉంది. అయితే ఇది చాలా సులభంగా జరుగుతుంది. ఈ పరీక్ష చేయడం వల్ల గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ని గుర్తిస్తారు. సకాలంలో గుర్తించడం చికిత్సకు దారితీస్తుంది. రోగికి చికిత్స చేయడానికి శస్త్రచికిత్స, కీమోథెరపీ చికిత్సను ఉపయోగిస్తారు.

సీనియర్ గైనకాలజిస్ట్, ల్యాబోరేటోరిస్ట్ సర్జన్, ఫెర్టిలిటీ స్పెషలిస్ట్ డాక్టర్ వైశాలి శర్మ చెప్పారు. లైంగికంగా చురుకుగా ఉన్న తర్వాత గర్భాశయ క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది కాబట్టి, అలాంటి మహిళలు, వివాహిత జంటలు ఈ పరీక్ష చేయించుకోవాలంటున్నారు. లక్షణాలు కనిపించకపోయినా, మహిళలు ఈ పరీక్ష చేయించుకోవాలి. ఒక స్త్రీ సంభోగం సమయంలో పెల్విక్ నొప్పి వంటి లక్షణాలను అనుభవిస్తే, అప్పుడు పాప్ స్మెర్ పరీక్ష అవసరమని అంటున్నారు.

గర్భాశయ ముఖద్వార క్యాన్సర్ను గుర్తించేందుకు మహిళలు పాప్ స్మియర్ పరీక్ష చేయించుకోవాలని

చాలా మంది శృంగారంలో పాల్గొనడం, చిన్న వయస్సులో లైంగికంగా చురుకుగా ఉండటం కూడా ఈ క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంటున్నాయి. హెచ్పీవీ నిరోధించడానికి టీకా కూడా ఉంది. హెచ్పీవీ వ్యాక్సిన్ను 9 నుంచి 14 సంవత్సరాల వయస్సులో ఇవ్వవచ్చు. గర్భాశయ క్యాన్సర్ను గుర్తించడానికి ఒక సాధారణ పరీక్ష కూడా

పాడి దగ్గు నుంచి శాశ్వతంగా విముక్తి కలిగించే ఇంటి చిట్కాలు..

ప్రస్తుతం అందర్నీ వేధిస్తున్న అనారోగ్య సమస్యల్లో పాడి దగ్గు ఒకటి ఈ దగ్గు చిన్న పెద్ద తేడా లేకుండా అందరిలోనూ వస్తోంది అయితే ఇలాంటి సమస్యతో బాధపడేవారు తప్పకుండా వలు రకాల జాగ్రత్తలు పాటించాల్సి ఉంటుంది.



పాడి దగ్గు నుంచి శాశ్వతంగా విముక్తి కలిగించే ఇంటి చిట్కాలు..

పాడి దగ్గు కొంతమందిలో ఉదయం పూట కాకుండా రాత్రిపూట తీవ్రతరమవుతోంది. దీనికి కారణంగా చాలామంది ఎంతగానో ఇబ్బంది పడుతున్నారు. మార్కెట్లో లభించే ఖరీదైన సిరప్లను వినియోగిస్తున్నారు అయినప్పటికీ ఎలాంటి ఫలితాలు పొందలేకపోతున్నారు. కొంతమంది ఆయుర్వేద నిపుణులు సలహాలు కూడా తీసుకుంటున్నారు. అయినప్పటికీ ఎలాంటి ఫలితాలు పొందలేకపోతున్నారని వాపోతున్నారు. పాడి దగ్గుతో బాధపడుతున్న వారు ప్రతి రోజు గోరువెచ్చని నీటిని తాగడం వల్ల మంచి ఫలితాలు పొందుతారు. ముఖ్యంగా గోరువెచ్చని నీటిని ప్రతి రోజు తాగడం వల్ల శరీరం హైడ్రేట్ గా ఉంటుంది. అంతేకాకుండా గొంతులో ఉన్న చికాకు, గొంతులో గలగల, గొంతు నొప్పి నుంచి సులభంగా ఉపశమనం కలుగుతుంది. దీంతోపాటు గోరువెచ్చని నీటిలో అల్లం రసాన్ని కలుపుకొని తాగడం వల్ల కూడా ఎంతో మంచి ఫలితాలు పొందుతారు. ఆల్లం లో ఉండే ఔషధ గుణాలు పాడి దగ్గును శాశ్వతంగా తగ్గించేందుకు ఎంతగానో సహాయపడతాయి.

వస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీంతోపాటు తీవ్ర పాడి దగ్గుతో బాధపడుతున్న వారు గోరువెచ్చని నీటిలో తేనెను కలుపుకొని కూడా తాగవచ్చు. ఇందులో ఉండే గుణాలు కూడా పాడి దగ్గును తగ్గించి శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ నియంత్రించేందుకు సహాయపడతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి రాత్రిపూట ఎక్కువగా తగ్గివారు తప్పకుండా తేనెను గోరువెచ్చని నీటిలో కలుపుకొని తాగాలి.

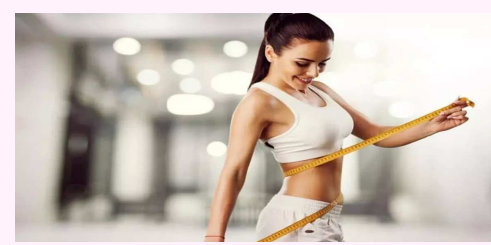
కూడా సులభంగా పాడి దగ్గు నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు. పసుపులో ఉండే యాంటి బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు పాడి దగ్గు నుంచి ఉపశమనం కలిగించడమే.. కాకుండా అన్ని రకాల ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి విముక్తి కలిగిస్తుంది. దీంతోపాటు లికోచైన్ రూట్ లీ కూడా పాడి దగ్గుకు ఎంతగానో సహాయపడుతుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇందులో ఉండే గుణాలు అన్ని రకాల దీర్ఘకాలిక వ్యాధులనుంచి కూడా సులభంగా ఉపశమనం కలిగిస్తాయి. ముఖ్యంగా పాడి దగ్గు ఉన్నవారు ఈ టీని తప్పకుండా త్రై చేయండి.

గోరువెచ్చని నీటిలో పసుపు కలుపుకొని తాగడం వల్ల

ఈ ఆల్లం నీటిలో యాంటిమైక్రోబయల్, యాంటి ఇన్ ఫ్లామేటరీ లక్షణాలు అధిక మోతాదులో లభిస్తాయి. కాబట్టి ప్రతిరోజూ తీసుకోవడం వల్ల ఊపిరితిత్తుల్లో పేరుకుపోయిన కఫం కూడా సులభంగా బయటికి

వేగంగా బరువు తగ్గించే మాంక్ ఫాస్టింగ్ గురించి తెలుసా?

ఉపవాసం ఉండడం వల్ల ఆరోగ్యం మెరుగుపడడంతో పాటు కొవ్వు కూడా వేగంగా కరుగుతుంది. అందుకే బరువు తగ్గాలనుకునేవారు ఉపవాసాలు చేస్తుంటారు. అయితే ఫాస్టింగ్లో కూడా వలు రకాలన్నాయి. వీటిలో 'మాంక్ ఫాస్టింగ్' అనే ఓ కొత్త పద్ధతి ఇప్పుడు పాపులర్ అవుతోంది. ఇదెలా ఉంటుందంటే.. ఇంటర్మిటెంట్ ఫాస్టింగ్, వాటర్ ఫాస్టింగ్.. ఇలా ఉపవాసాల్లో రకరకాల విధానాలు ఉన్నాయి. అయితే ట్రిటన్ ప్రధాని రిషి సునాక్.. మాంక్ ఫాస్టింగ్ అనే కొత్తరకం ఉపవాసాన్ని ఫాలో అవుతారట. ఫిట్గా, యాక్టివ్గా కనిపించేందుకు



ఇదే ఆయన ఫార్ములా అని చెప్పారు. దాంతో ఇప్పుడీ మాంక్ ఫాస్టింగ్ టాపిక్ ఇంటర్నెట్లో ట్రెండ్ అవుతోంది. మాంక్ ఫాస్టింగ్ అంటే సన్యాసులు, సాధువులు పాటించే ఉపవాసం అని అర్థం.

ఇందులో 36 గంటల పాటు ఏమీ తినకుండా ఉపవాసం ఉంటారు. కేవలం నీళ్లు, జ్యూస్ వంటివి మాత్రమే తీసుకుంటారు. ఈ తరహా ఉపవాసం వల్ల వేగంగా కొవ్వు కరగడంతో పాటు ఎప్పుడూ ఫిట్గా ఉండొచ్చుట. మాంక్ ఫాస్టింగ్తో కొన్ని ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. 36 గంటలపాటు ఏమీ తినకుండా ఉండడం ద్వారా శరీరంలోని కొవ్వు వేగంగా కరగడం మొదలుపెడ తుంది. కేవలం ద్రవ పదార్థాలు మాత్రమే తీసుకోవడం ద్వారా శరీరంలోని మృతకణాలన్నీ తొలగిపోతాయి. అలా బాడీ అంతా డీటాక్స్ అవుతుంది.

Health Alert :
క్యాన్సర్పై గెలవాలంటే ఏం చేయాలి
ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి

శరీరంలో ఎక్కడో ఒక చోట చిన్న గడ్డ చోటికి తగులుతుంది... 'చిన్న గడ్డ తగ్గిపోతుందిలే!' అనుకుంటారు కొందరు. ఆ గడ్డ రోజు రోజుకీ పెరుగుతుంటే కనుక అనుమానించాల్సిందే. ఎందుకంటే.. క్యాన్సర్ ని మొదటి స్థితిలోనే గుర్తించి, సర్ది సరిపాటుంది. కోలుకునే అవకాశాలు ఎక్కువే. క్యాన్సర్ లక్షణాలు ఏ రూపంలో బయట పడినా వెంటనే డాక్టర్ ని కలవాలి. 'కోటి ది కేర్ క్యాన్సర్... ఈ ఏడాది 'వరల్డ్ క్యాన్సర్ డే' థీమ్ దబ్బు ఉన్నవాళ్లు, పేదవాళ్లు అనే తేడా లేకుండా అందరికీ ఒకేరకమైన ట్రీట్మెంట్ అందించడమే ఈ థీమ్ ఉద్దేశం. మనదేశంలో ప్రతి లక్షమందిలో 100 నుంచి 110 మంది కొత్తగా క్యాన్సర్ బారిన పడుతున్నారు. ఈ సంఖ్య తగ్గాలంటే.. క్యాన్సర్ మీద అవేరెన్స్ కల్పించాలి. క్యాన్సర్ గురించి చెప్పడం, క్యాన్సర్ గురించిన అపోహల్ని తొలగించడం చాలాముఖ్యం. మొదట్లోనే గుర్తించాలంటే..

క్యాన్సర్ ని ముందుగా గుర్తించే ట్రీట్మెంట్ టైమ్ తగ్గడమే కాదు.. తొందరగా కోలుకోవచ్చు కూడా. క్యాన్సర్ ని గుర్తించడం ఎలా అంటే.. ఎవరికీ వాళ్లు సెల్స్ ఎగ్జామినేషన్ చేసుకోవడాని మించింది లేదు. క్యాన్సర్లో రకాలు, వాటి లక్షణాలు గురించి అసా వర్షులు, నర్సులకి ట్రైనింగ్ ఇవ్వాలి. ప్రతిజిల్లాలో క్యాన్సర్ బ్లాక్ ఏర్పాటు చేయాలి. దాంతో ఫస్ట్ స్థితిలోనే క్యాన్సర్ గుర్తించే అవకాశం ఉంది. ఇలా చేస్తే కొన్నిరకాల క్యాన్సర్లని సర్దితో నయం చేయొచ్చు. అడ్వాన్స్ డ్ స్థితిలో గుర్తించే మాత్రం కీమోథెరపీ చేయాల్సిందే. కొందరికీ కీమో.. క్యాన్సర్ వచ్చిందంటే కీమోథెరపీ తప్పదు అను కుంటారు చాలామంది. కానీ, అందరికీ కీమో అవసరం ఉండదు. క్యాన్సర్ రకాన్ని బట్టి, అడ్వాన్స్ డ్ స్థితిలో ఉంటే కీమో చేస్తారు. అయితే, కొన్ని క్యాన్సర్లు మొదటి దశలో ఉన్నా కీమో చేయాల్సి వస్తుంది. గుర్తుపట్టకపోయినా మరో విషయం.. క్యాన్సర్ ఉన్నవాళ్లందరి జాట్లు ఊడిపోయింది. కీమో థెరపీ మందుల ఎఫెక్ట్ వల్ల జాట్లు ఊడిపోతుంది. ఈ కండిషన్స్ 'అలోపేషియా' అంటారు. అయితే, ఆఖరి కీమో అయిన నాలుగు వారాల నుంచి జాట్లు రావడం మొదలవుతుంది.

రెండింటికీ వ్యాక్సిన్.. క్యాన్సర్ వచ్చినది నయం చేయొచ్చు. అయితే, 60 శాతం క్యాన్సర్లని నయం చేయొచ్చు. అయితే, కారణాలు ఇవే శరీరంలో ఒకచోట చిన్న గడ్డలా మొదలై బిజ్జంతా వ్యాపిస్తుంది క్యాన్సర్. క్యాన్సర్ రావడానికి ప్రధాన కారణం కాలిన్సోజెన్స్, పాలిక్వాసెన్స్, ఫుడ్ డ్రాస్టా ఇవి శరీరంలోకి వెళ్తాయి. సెమెంట్ ఇండస్ట్రీ, కోల్లెక్ట్, దుమ్ము, ధూళి ఎక్కువగా వచ్చే ప్లీస్ లో పనిచేసేవాళ్లు క్యాన్సర్ బారిన పడే ఛాన్స్ ఎక్కువ. బరువు పెరగడం వల్ల బ్రెస్ట్ క్యాన్సర్, కోలన్ క్యాన్సర్, ప్రొస్తేట్ క్యాన్సర్, డివర్టికలైజ్డ్ క్యాన్సర్ వంటివి వస్తాయి. ఆల్కహోలిక్ బాగా తాగినవాళ్లకి నోటి క్యాన్సర్ వచ్చే అవకాశం ఉంది.

క్రమం తప్పకుండా పాస్తా తింటున్నారా.. అయితే ఈ సవ్యాలు తప్పవు..!

ప్రస్తుత సమాజంలో చాలా మంది పాస్తా(ను ఎంతో ఇష్టంగా తింటున్నారు. అలాగే పాస్తా అనే పేరు విసగానే చాలా మందికి నోచూరు ఊడుంటుంది. చిన్న పిల్లల దగ్గర నుంచి పూర్ణుల వరకు పాస్తా తినేందుకు ఎంతో మంది ఇష్టపడుతు ఉంటారు. అయితే ఈ రుచికరమైన పాస్తా మన శరీరానికి హాని చేస్తుందని చాలా మందికి తెలియదు. ఇది నిజమేనా కదా చాలా మంది సందేహిస్తున్నారు. ఎందుకంటే పాస్తా లో కార్బోహైడ్రేట్లు, కేలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇది మన శరీరానికి హానికరం అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇప్పుడు పాస్తా తినడం వల్ల మన శరీరానికి కలిగే నష్టాల గురించి తెలుసుకుందాం. ముఖ్యంగా చెప్పాలంటే పాస్తాను దురుమ్ గోధుమ నుంచి తయారు చేస్తారు. ముఖ్యంగా చెప్పాలంటే దురుమ్ అనేది పాస్తా పిండిని తయారు చేయడానికి ఉపయోగించే గోధుమ ఇయటి పొర అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలా తయారు చేసిన పిండికి పాస్తా ఆకారాన్ని ఇవ్వడానికి నీటితో కలుపుతారు. కొన్ని దేశాలలో అయితే దురుమ్ గోధుమలు, గుడ్లు, నీటిని కలిపి తయారు చేస్తారు.

దక్షిణ భారతదేశంలో అత్యంత ఖరీదైన హీరోయిన్ల ఎవరయ్యారు. అంటే నయనతార అని చెప్పాల్సి ఉంది. 2003లో వచ్చిన మహారాజు చిత్రం మనసిన కాడే తో తన కెరీర్ ను ప్రారంభించింది.

20 సంవత్సరాలకు పైబడి హీరోయిన్ గా తన సుదీర్ఘ కెరీర్ ను కొనసాగిస్తున్నారు. తాజాగా జవాన్ చిత్రంతో పాన్ ఇండియా హీరోయిన్ గా మారిపోయారు. ఆ సినిమాలో నటించినందుకు రూ.12 నుంచి రూ.15 కోట్ల మధ్యలో పాలిటోషికం తీసుకున్నట్లు సమాచారం. దక్షిణాదిలో ఏ హీరోయిన్

తీసుకోవటంబట్టి రెమ్యూనరేషన్ ను ఆమె తీసుకుంటున్నారు.

జవాన్ తర్వాత బాలీవుడ్ చిత్రంలో నటించేందుకైనా లేదంటే తమిళంలో

రూ.183 కోట్లని ఒక సంస్థ అంచనా వేసింది. ఒక్కోవారికీ ప్రకటన చేసినందుకు రూ.4 నుంచి రూ.7 కోట్లు తీసుకుంటుంది. ఆమె ఒక్కసారిమా నటే కాదు.

వ్యాపారవేత్త కూడా. తన భర్త విప్లవ్ శివన్ తో కలిసి 'రాడీ పెక్టర్స్ బ్యానర్' అనే ప్రొడక్షన్ హౌస్ ను స్థాపించారు. గతేడాది '9 సిగ్స్' పేరుతో చర్చ సంరక్షణ సంస్థను కూడా ప్రారంభించారు.

చెన్నైలో రూ.100 కోట్ల విలువ చేసే విలాసవంతమైన రాజభవనాన్ని నిర్మించుకుంది. తనకున్న నాలుగు బంగళాల్లో ఇది కూడా ఒకటి. తమిళనాడు, కేరళ, హైదరాబాద్, ముంబయిలో నయనతారకు ఆస్తులున్నాయి. రూ.50కోట్ల విలువైన ప్రైవేట్ జెట్ నయన సొంతం. సొంతంగా జెట్

నయనతార ఆస్తుల విలువ తెలుసా?

నటించేందుకైనా ఆమె రూ.15 కోట్లు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. సినిమా సినిమాకు తన పాలిటోషికాన్ని పెంచుకుంటూ వస్తున్న నయనతార ప్రస్తుత ఆస్తుల విలువ

కలిగివున్నవారిలో నయన కూడా ఒకరు. తన కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి ప్రయాణం చేసేందుకు ఆమె డిన్నీ ఉపయోగిస్తుంటారు. జెట్ కాకుండా అనేక ఖరీదైన వాహనాలు ఉన్నాయి. బిఎమ్డబ్ల్యూ 5 సిరీస్, మెర్సెడెస్ జెఎల్ఎస్ 350డి వంటి కోట్ల రూపాయల విలువైన కార్లు ఉన్నాయి



అల్లు అర్జున్ పుష్ప రెండు పార్ట్లు కాదు మూడోది కూడా.. ఇదిగో క్లాబ్..

బకాస్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ హీరోగా నటించిన 'పుష్ప: ది రైజ్' ఎన్నో రికార్డులు సృష్టించింది. ప్రేక్షకులు ఈ ను వివరీతంగా ఆకట్టుకుంది. ఈ లో అల్లు అర్జున్ నటన, ఆయన మ్యానియర్లు, యాంటిట్యూడ్ ప్రేక్షకులను వివరీతంగా ఆకట్టుకున్నాయి. సుకుమార్ దర్శకత్వంలో వచ్చిన పుష్ప లో రమ్యక మందస్సు, డాలీ ధనంజయ్, ఫహద్ ఫాసీల్ తదితరులు నటించారు. ఇప్పుడు ఈ చిత్రం రెండవ భాగం 'పుష్ప: ది రాల' అనే టైటిల్తో రెడీ అవుతుంది. పుష్ప 2 ఘాటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఇప్పటికే ఈ సుంచి విడుదలైన డింప్స్ ప్రేక్షకులను వివరీతంగా ఆకట్టుకున్నాయి. ఇదిలా ఉంటే ఇప్పుడు పుష్ప 3 కూడా వస్తుందని ఓ వార్త వైరల్ అవుతుంది. మూడో పార్ట్ గా 'పుష్ప: ది రోల్' వస్తుందని అంటున్నారు. ఇది విన్న అభిమానుల్లో మరంత ఆసక్తి నెలకొంది. అల్లు అర్జున్ 'పుష్ప' లో పుష్పరాజ్ పాత్రలో నటించాడు. ఈ కథ ఎర్ర చందనం సృష్టింగ్ నేపథ్యంలో తెరకెక్కింది. పుష్పరాజ్ కూలిగా వచ్చి స్వర్గరథ్ చేతులు కలిపి డాన్ గా ఎదుగుతాడు. అతను ఎదిగిన తీరును పుష్పలో చూపించారు. సెకండ్ పార్ట్ లో పార్ట్ వన్ కు మించి టిప్స్ లు, యాక్షన్ సీన్స్ ఉండేలా ప్లాన్ చేస్తున్నారు సుకుమార్. అలాగే సుకుమార్ పుష్ప 3 కూడా ప్లాన్

చేస్తున్నారని డీనికీ 'పుష్ప: ది రోల్' అనే టైటిల్ పెట్టాలని చూస్తున్నట్లు టాక్ వినిపిస్తుంది. 'కేటీఎఫ్' ఇప్పటికే రెండు భాగాలుగా రాగా, మూడో భాగం కూడా సిద్ధమవుతుంది. డీని 'పుష్ప' టీమ్ కూడా ఫాలో అవుతోంది. 'పుష్ప 2' ఘాటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. ఆగస్ట్ 15 ను విడుదల చేసేందుకు చిత్రబృందం ప్లాన్ చేస్తోంది. డీనికీ సంబంధించి అధికారిక ప్రకటన కూడా వచ్చింది. కథ విదేశాలకు వెళ్లనుందని, ఘాటింగ్ కోసం టీమ్ జపాన్ వెళ్లనుందని అంటున్నారు. అల్లు అర్జున్ 'పుష్ప 2'తో పాటు మరొకాన్ని లకు కూడా గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చారు. 'పుష్ప' కోసం బన్నీ చాలా ఏళ్లు కేటాయించాడు. డీతో పుష్ప 2 తర్వాత వరుస కమిటీ అయిన లను పూర్తి చేయనున్నారు. డీతో ప్రస్తుతం 'పుష్ప 3' గురించి ఆలోచించడం లేదని తెలుస్తోంది. అలాగే దర్శకుడు సుకుమార్ కి ఇతర కమిటీమెంట్లు కూడా ఉన్నాయి. ఈ కారణాల వల్ల 'పుష్ప 3' సెల్ కావడానికి మరింత సమయం పడుతుందని తెలుస్తోంది. 'పుష్ప 2' క్లైమాక్స్ చూసిన తర్వాత డీనిపై క్లారిటీ వస్తుంది. చిత్రయానిలో డీని పై స్పందించకపోవడంతో ఇవ్వని రూమర్స్ మాత్రమే అని కొంతమంది కొట్టిపారేస్తున్నారు.

ఓటీటీలోకి షారుఖ్ ఖాన్ డంకీ.. స్ట్రీమింగ్ ఎప్పుడు? ఎక్కడంటే..

బాలీవుడ్ కింగ్ ఖాన్ షారుఖ్ ఖాన్ మొన్నటి వరకు వరుస ఫ్లాప్స్ తో సతమతం అయ్యారు. ఇక గత ఏడాది మూడు లతో సక్సెస్ అందుకొని హక్కుల్లోకి కొట్టారు. పరాన్, జవాన్, డంకీ లతో సాలిడ్ సక్సెస్ లు అందుకున్నారు. ఏడాది ప్రారంభంలో వచ్చిన 'పరాన్' వెయ్యి కోట్ల రూపాయలను వసూలు చేసింది. సెప్టెంబర్ 7న రిలీజ్ అయిన 'జవాన్' కూడా ఇదే బజ్జీని అందుకుంది. ఏడాది చివర్లో అంటే డిసెంబర్ 21న 'డంకీ' డీసెంబర్ కలెక్షన్స్ రాబట్టింది. 'జవాన్', 'పరాన్' చిత్రాలతో పోలిస్తే 'డంకీ'ని థియేటర్లలో చూసిన వారి సంఖ్య తక్కువే. ఈ ను ఓటీటీలో చూస్తే చాలు అనుకునే ప్రేక్షకులు పెద్ద సంఖ్యలో ఉన్నారు. అందుకే 'డంకీ' %బాయి% విడుదల కోసం అభిమానులు ఎదురుచూస్తున్నారు. 'డంకీ' ఓటీటీలోకి ఎప్పుడు అని ఈగర్ గా ఎదురుచూస్తున్నారు ఫ్యాన్స్. అయితే డీనికీ సంబంధించిన ఓ వార్త సోషల్ మీడియాలో హాట్ చేస్తోంది. ఫిబ్రవరి 16న 'డంకీ' ఓటీటీకి వస్తుందని అంటున్నారు. 'జియో' ద్వారా ఈ అందుబాటులోకి రానుందని టాక్ వినిపిస్తుంది.



తాపం పెంచేస్తున్న కావ్య థాపర్...

సినిమా ఇండస్ట్రీలో ఉండే సెలబ్రిటీలు మేము గ్లామర్ షో చేయడం కుదరదు అంటే వారికి సినిమా ఇండస్ట్రీలో కూడా పెద్దగా అవకాశాలు రావు అని చెప్పాలి. అందుకే తప్పనిసరి పరిస్థితులలో సెలబ్రిటీలు కూడా గ్రామర్ షో చేస్తూ రచ్చ చేస్తుంటారు. ఇలా సినిమాలలో మాత్రమే కాకుండా సోషల్ మీడియాలో కూడా పాపులారిటీ సొంతం చేసుకోవడం కోసం గ్లామరస్ షోలో అను సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేస్తూ ఉంటారు. ఇలా సోషల్

మీడియాలో గ్లామరస్ షోలో అను షేర్ చేయడంతో వీరికి సినిమా అవకాశాలు రావడమే కాకుండా మరింత మంది అభిమానుల సంఖ్య కూడా పెరుగుతూ ఉంటుంది. ఈ క్రమంలోనే ఇండస్ట్రీలో సటిగా కొనసాగుతూ ఉన్నటువంటి వారిలో కావ్య థాపర్ ఒకరు. ఇటీవల ఈమె మాన్ మహారాజా రవితేజ (హీరోగా నటించిన ఈగల్ సినిమా ద్వారా ప్రేక్షకుల ముందుకు రావడానికి సిద్ధంగా ఉన్నారు.

సీతగా జాన్వీ కపూర్..

వైరలవుతోన్న న్యూస్

బాలీవుడ్ అగ్ర దర్శకుడు నితేష్ తివారీ భారీ తారాగణంతో రామాయణాన్ని తెరకెక్కించే ప్రయత్నాలు చేస్తోన్న సంగతి తెలిసిందే. కొన్ని రోజులుగా డీనిపై ఎన్నో వార్తలు సోషల్ మీడియాలో ప్రచారమవుతున్నాయి. తాజాగా డీనికీ సంబంధించిన వార్త ఒకటి తెగ షేర్ అవుతోంది. ఇందులో రామూడి పాత్రలో రణవీర్ కపూర్ (%బాయిబిట్ల ఖుజుశీశీశీ%) భాయమయ్యారని గతంలోనే వార్తలు వచ్చాయి. సీతగా పాత్రలో ఎవరు కనిపిస్తారనేది ప్రస్తుతం ఆసక్తిగా మారింది.



సీత పాత్ర కోసం మొదట అలియాభట్ కు లుక్ టెస్ట్ చేసినట్లు వార్తలు వచ్చాయి. తర్వాత సాయి పల్లవిని ఎంపిక చేశారని టాక్ వినిపించింది. ఇప్పుడు తెరపైకి జాన్వీ కపూర్ (%బాయిబిట్ల ఖుజుశీశీశీ%) పేరు వచ్చింది. నితేష్ తివారీ ఆఫీస్ వద్ద తాజాగా జాన్వీ కనిపించడంతో ఈ ప్రచారం జోరందుకుంది. లుక్ టెస్ట్ కోసమే ఆమె అక్కడికి వెళ్లినట్లు చెబుతున్నారు. నితేష్ దర్శకత్వంలో జాన్వీ 'ఇవాలి'లో నటించారు. అందులో ఆమె నటనకు మంచి మార్కులే పడ్డాయి. దీంతో మరోసారి ఆమెకు అవకాశమివ్వాలని నితేష్ భావిస్తున్నారని, ఈ సినిమాలో రావణుడిగా యశ్ (%బాయిబిట్ల ఖుజుశీశీశీ%), విభీషణుడిగా విజయ్ సేతుపతి, హనుమంతుడిగా బాబీ దేవోల్ కనిపించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. రాజమౌళిపై మరోసారి ప్రశంసలు కురిపించిన జేమ్స్ కామెరూన్

డీనికీ సంబంధించిన ప్రీ ప్రొడక్షన్ పనులు పూర్తయ్యాయి. త్వరలోనే చిత్రీకరణ ప్రారంభించనున్నారు. మూడు భాగాల్లో డీని తీసుకురావాలని మేకర్స్ భావిస్తున్నారు. డీని వీఎఫ్ఎక్స్ ఎఫెక్ట్ల కోసం నితేష్ తివారీ టీమ్ ఆస్కార్ విన్నింగ్ కంపెనీ డీఎన్ఈ తో సంప్రదింపులు జరిపిందట. ఈ చిత్రం కోసం అద్యాన్డ్ టెక్నాలజీని

వినియోగించాలని చిత్రబృందం యోచిస్తోందని అందుకే లుక్ టెస్ట్ కోసం కూడా ప్రీ టెక్నాలజీని ఉపయోగించారని టాక్ వినిపిస్తోంది. ఈ భారీ ప్రాజెక్టును అల్లు అరవింద్ మరొకొకవంబి బాలీవుడ్ నిర్మాతలతో కలిసి నిర్విస్తున్నారు. రామ్ చరణ్ సినిమాలోనూ జాన్వీ..

రామ్ చరణ్- బుచ్చిబాబు కాంబోలో రానున్న సినిమాలోనూ జాన్వీ కపూర్ ఓకే అయినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ స్రీట్స్ ఆమెకు వినిపించగా గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చి సైన్ చేసినట్లు సమాచారం. ఇదే నిజమైతే తెలుగులో జాన్వీ చేసే సెకండ్ ప్రాజెక్ట్ ఇదే అవుతుంది. ప్రస్తుతం డీని ప్రీప్రొడక్షన్ పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి