



కేజ్రీవాల్, మరో ఇద్దరిపై కేసు

18 లోగా నివేదిక ఇవ్వాలని ఢిల్లీ కోర్టు ఆదేశం

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: ఆమ్ ఆధినేత మాజీ సీఎం అరవింద్ కేజ్రీ వాళ్ళకు ఢిల్లీలోని రౌస్ అవెన్యూ కోర్టునుంచి పాక్ లాంటి ఉత్తర్వులు వచ్చాయి. అరవింద్ కేజ్రీవాల్ మరో ఇద్దరిపై కేసులు నమోదుచేసి దర్యాప్తు చేయాలని ఈసెల 18వ తేదీనాటికి తమకు నివేదిక ఇవ్వాలని ఆదేశించింది. 2019నాటి ఈ కేసులో దిగువకోర్టు తొలుత ఈపిటిఐ నుంచి తిరస్కరించింది. మద్యంపాలన కుంభ కోణంలో నిందితుడిగా ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్న మాజీ సీఎం తన సొంత నియోజకవర్గంలో నిధులు దుర్వినియోగంజరిగిందని ఆరోపిస్తూ పీటిఐవ్ డాఖలుచేసారు. ప్రజల నుంచి పన్నులరాచంలో పన్నులుచేసిన ప్రభుత్వ నిధులను ఢిల్లీపీఠాల్లో భారీ హార్డింగ్ గా ఏర్పాటుకు మాత్రమే వినియోగించడంపై >>2

ఖర్చే వ్యాఖ్యలతో ఎగువసభలో దుమారం

ఛార్జ్ షీట్ కు క్షమాపణలు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: విద్యాశాఖానితిని తీర్చిదిద్దే వర్గ సంబంధంగా రాజ్యసభలో వివక్ష నేత మల్లిఖార్జున ఖర్చే చేసిన వ్యాఖ్యలతో సభ దద్దరిల్లింది. కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల అభ్యంతరకర వ్యాఖ్యలుచేసారని బిజెపి మండిపడింది. దీనిపై స్పష్టత ఇచ్చిన ఖర్చే క్షమాపణలు చెప్పారు. తానుచేసిన వ్యాఖ్యలు దివ్యుడి ఛార్జ్ షీట్ ను ఉద్దేశించినవి కావని కేవలం ప్రభుత్వంపైనే విమర్శలుచేసారని చెప్పారు. రాజ్యసభలో ప్రశ్నోత్తరాల సమయం అనంతరం విద్యాశాఖ పనితీరుపై చర్చను ప్రారంభించారు. కాంగ్రెస్ సభ్యుడు దిగ్విజయ్ యేసినగింప దివ్యుడి ఛార్జ్ షీట్ హరికంఠ సూచించారు. ఇదే సమయంలో తమిళనాడు ప్రభుత్వంపై >>2

దేశంలో 30 వేల మంది పైలట్లు అవసరం

కేంద్ర మంత్రి రామోజివారి నాయుడు విజయవాడ మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: భారత్ లో పౌర విమానయాన రంగం పెగ్ గా మిస్టర్స్ మంత్రి కేంద్ర పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి రామోజివారి నాయుడు ఆన్నారు. ప్రయాణికుల సంఖ్య ఏటీకేడు పెరుగుతుండడంతో అందుకు అనుగుణంగా విమానాలను సైతం ఆయా సంస్థలు నిర్మించేందుకు అవసరం. ఈ క్రమంలో రాజ్ కోయ్ లో జూలైలో పైలట్లు కూడా పెద్ద సంఖ్యలో అవసరమవుతారని. రాజ్ కోయ్ లో 15-20 ఏళ్లలో సుమారు 30 వేల మంది పైలట్లు అవసరం పడతారని పేర్కొన్నారు. 200 శిక్షణ విమానాల కొనుగోలుకు ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఈ మేరకు ఆయన మాట్లాడారు. దేశీయంగా 800కు పైగా విమానాలు సేవలం >>2

వంశీ కస్టడీ పీటిఐవ్ తిరస్కృతి

విజయవాడ మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: కిద్నాప, దాడికేసులో వైకాపా నేత వల్ల భవనీ వంశీని మరోసారి కస్టడీకి ఇవ్వాలని పోలీసులు డాఖలు చేసిన పీటిఐవ్ ను విజయవాడలోని ఎస్పీ, ఎస్సీ ప్రత్యేక కోర్టు కొట్టివేసింది. ఈ మేరకు న్యాయాధికారి హిమబిందు సోమవారం ఉత్తర్వులు ఇచ్చారు. కేసును మరింత లోతుగా విచారించాలని కోరుతూ, తొలి విడత కస్టడీలో నిందితుడు నోరు మిప్పలేదని మరో 10 రోజులు కస్టడీకి ఇవ్వాలని పోలీసులు గతవారం పీటిఐవ్ వేసిన సంగతి తెలిసింది. దీనిపై ఇరువర్గాల వాదనలు పూర్తయిన నేపథ్యంలో ఆదేశాలు వెలువడ్డాయి. వంశీ జైలులో పీటిఐవ్ పై సోమవారం వాదనలు ప్రారంభం కావాలి ఉంది. తమ అభ్యంతరాలను తెలిపేందుకు సత్య >>2

కాలుష్య దేశాల్లో మనం '5'

13 నగరాలు భారత్ లోనే..

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: ప్రపంచంలో వాయుకాలుష్యం అత్యధికంగా ఉన్న టాప్ 20 నగరాల జాబితాలో ఏకంగా 13 నగరాలు భారత దేశం నుండి ఉన్నాయి. స్పెన్ ఎయిర్ క్వాలిటీ బెస్టాల్ జి కంపెనీ ఐక్య ఎయిర్ కాలుష్యం ప్రకటించినది ది వరల్డ్ నుంచి ఎయిర్ క్వాలిటీ రిపోర్టు 2024 నివేదిక విడుదలచేసింది. ఇందులో ప్రపంచంలో ఐదో అత్యంత కలుషిత దేశంగా భారత్ నిలిచింది. ఈ జాబితాలో అస్సాంలోని బైర్పిహోట్ అగ్ర స్థానంలో ఉంది. తర్వాత స్థానాల్లో దేశ రాజధాని ఢిల్లీ, పంజాబ్ లోని ముజ్జినపూర్, ఫరీదాబాద్ లోని ఫుజీయాబాద్, న్యూఢిల్లీ, గురుగ్రామ్ >>2



ఢిల్లీలో వాయుకాలుష్య దృశ్యం

ప్రధాని మోడీకి మాలిషన్ అత్యున్నత పురస్కారం

ప్రకటించిన ప్రధాని నవీన్ రామ్ గులాం పోర్ట్ యూనిట్. మార్చి 11: మాలిషన్ ద్వీపకల్పదేశంలో పర్యటిస్తున్న ప్రధాని మోడీకి అత్యున్నత గౌరవం లభించింది. గ్రాండ్ కమాండర్ ఆఫ్ ది ఆర్డర్ ఆఫ్ ది స్టార్ ఆండ్ ది ఆఫీస్ ఆఫ్ ది ఇండియన్ ఓవన్ తో ప్రధాని మోడీని సత్కరించింది. మాలిషన్ ప్రధాని నవీన్ చంద్ర రామ్ గులాం మంగళవారం ప్రధాని మోడీకి ఈ పురస్కారాన్ని ప్రకటించారు. ప్రధాని మోడీకి ఇది 21వ అంతర్జాతీయ అవార్డు. మాలిషన్ అత్యున్నత పురస్కారాన్ని అందుకున్న తొలి భారతీయుడు కూడా ప్రధాని మోడీయే. రెండవ రోజుల పర్యటనలోనే మాలిషన్ వెళ్లిన ప్రధాని పోర్ట్ యూనిట్ లో భారతీయ సంతతి కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు. ఇదే వేదికపై రామ్ గులాం ఈ ప్రకటన చేసారు. మాలిషన్ దేశ 57వ జాతీయ దినోత్సవానికి >>2



ప్రధాని మోడీకి మాలిషన్ అత్యున్నత పురస్కారం లభిస్తున్న ఆదేశ ప్రధాని నవీన్ చంద్ర రామ్ గులాం

రూ.40వేల కోట్లతో అమరావతి అభివృద్ధి

సిఆర్ డిఎ గ్రీన్ సిగ్నల్ తో త్వరలోనే పనులు ఆరంభం

అంచనాలకు అనుగుణంగా కార్యాచరణ

22 పనులకు టెండర్లు ఓపెన్

ప్రపంచ బ్యాంక్, హడ్కో, వివిధ బ్యాంకుల నుంచి రుణాలు: సిఎం చంద్రబాబు



మంగళవారం సీఆర్ డిఎ అధికారుల సమావేశంలో పాల్గొన్న సిఎం చంద్రబాబు, మంత్రి నారాయణ

విజయవాడ, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: రాష్ట్రానికి అంతర్జాతీయ స్థాయి ప్రమాణాలతో రాజధాని అమరావతిని నిర్మించేందుకు ఒక మహారాజు మాదిరిగా పనులు ముందుకు సాగాలని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేసారు. రాజధాని నిర్మాణానికి సంబంధించి భవన నిర్మాణాలు, భవనాలకు నిర్మాణం విషయంలో మన అంచనాలకు అనుగుణంగా కార్యాచరణ ఉండాలన్నారు. ఏ దిశలో అయితే మనం నిర్ణయాలు తీసుకున్నామో అందుకు అనుగుణంగా టెండర్లు ఆహ్వానం, అవి ఆమోదం పొందగానే నిర్ణయ వృద్ధిలో వాటిని హార్టీ చేయడం ముఖ్యమన్నారు. రాజధాని అమరావతిలో 40వేల కోట్ల నిర్మాణ పనులకు సిఆర్ డిఎ గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన జరిగిన సీఆర్ డిఎ సమావేశంలో ఆ మేరకు నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ అమరావతిలో వచ్చిన డబ్బుతో అత్యున్నత అభివృద్ధి పనులు చేస్తాం. ఎక్కడ అభివృద్ధి పనులు చేపట్టినా కనీస

సౌకర్యాలు కల్పించాలి. పక్కా ప్రణాళికతోనే అమరావతి నగరం అభివృద్ధి జరుగుతుంది. రాజధాని అమరావతి నిర్మాణానికి వరల్డ్ బ్యాంక్, ఏపీయస్ డెవలప్ మెంట్ బ్యాంకు కలిసి రూ.13వేల 400 కోట్ల రుణాలను ఇచ్చేందుకు ముందుకు వచ్చాయి. హడ్కో నుంచి మరో రూ.11వేల కోట్ల రుణ సమీకరణం ప్రభుత్వం పూర్తి స్థాయిలో అన్ని ఏర్పాట్లు చేసింది. దానిని సంబంధించి అనుమతి లేకుండా రాష్ట్రానికి వచ్చింది. రాష్ట్రం నుంచి అంగీకారం >>2

జిల్లాలకు ఇన్ ఛార్జిలుగా విఎఎస్ అధికారులు

విజయవాడ మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: సీనియర్ ఐఎఎస్ అధికారులకు జిల్లాలకు ఇన్ ఛార్జిలుగా నియమించాలని ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రాంతీయ కార్యక్రమాల్ని సమర్థనగా అమలు చేసేందుకు పరిపాలనను బలోపేతం చేసేందుకు వివిధ శాఖల మధ్య సమన్వయంతో సమన్వయ సత్వర పరిష్కారానికి ప్రజలకు మెరుగైన సేవలందించేందుకు అధికారులను నియమిస్తోంది. వీరు జోన్ లో ఇన్ చార్జిలుగా వ్యవహరించడం తారు. వీరు జిల్లా ఇన్ చార్జిలుగా ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల అమర్చే జిల్లా కలెక్టర్ ఇతర జిల్లా అధికారులకు సహాయకారిగా ఉండాలి. ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యక్రమాల్లో పాల్గొనాలి. 15 రోజుల కొనసాగి జిల్లా అధికారులతో సమీకరణ సమావేశాలు నిర్వహించాలి. గ్రామాల్లో పర్యటించాలి. నెలకు కనీసం రెండుసార్లు గ్రామాల్లో రాత్రి బస చేయాలి. ప్రజల నుంచి వచ్చిన ఫిర్యాదుల పరిష్కారంపై సమీకరించాలి. తగు >>2

ప్రజల భద్రతకే లిఫ్ట్లు, ఎస్కలేటర్లు బిల్లు

15 రాష్ట్రాల్లో ఇప్పటికే లిఫ్ట్ల చట్టం: మంత్రి రవికుమార్

విజయవాడ, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: ఆంధ్రప్రదేశ్ లిఫ్టులు మరియు ఎస్కలేటర్ల బిల్లు 2025లో వృద్ధులు, మహిళలు, డిస్బాబిలిటీడ్ పాటు ప్రజలకు మరింత భద్రత కలుగుతుందని ఇంధన శాఖ మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ స్పష్టం చేశారు. శాసనసభలో మంగళవారం లిఫ్టులు, ఎస్కలేటర్ల బిల్లు 2025 ను ప్రవేశ పెట్టిన తరువాత ఆయన మాట్లాడుతూ ఆంధ్రప్రదేశ్ లో జరుగుతున్న పట్టణీకరణతో పాటు వేగంగా నిర్మాణమవుతున్న బహుళ అంతస్తుల భవనాలు, ఆస్పత్రులు, వ్యాపార సముదాయాలు, హాటళ్లు, పోలింగ్ మాల్స్ ను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆంధ్రప్రదేశ్ లిఫ్టులు మరియు ఎస్కలేటర్ల బిల్లు 2025ను రూపొందించినట్లు వివరించారు. లిఫ్టులు, ఎస్కలేటర్ల వినియోగంతో ప్రయాణం పెరిగిపోతున్నారని మంత్రి గొట్టిపాటి ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. అగ్ని ప్రమాదాలు జరిగినప్పుడు ప్రజల భద్రత చాలా ముఖ్యమని పేర్కొన్నారు. కొత్త బిల్లు చట్టరూపం దాల్చితే లిఫ్టులు, ఎస్కలేటర్ల ప్రయాణాలను చాలా వరకు కట్టడి చేయవచ్చని ఆయన అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. ఈజ్ ఆఫ్ డూయింగ్ బిజినెస్ లో భాగంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం లిఫ్టులు మరియు ఎస్కలేటర్ల బిల్లును 2024లోనే తీసుకొచ్చిందని మంత్రి గొట్టిపాటి ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు. పూర్తిస్థాయి అభ్యయనం తరువాత లిఫ్టులు మరియు ఎస్కలేటర్ల చట్టాన్ని దేశంలోని 15 రాష్ట్రాల్లో ఇప్పటికే అమలు చేస్తున్నారని మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ తెలిపారు. తమిళనాడు, కర్ణాటక, కేరళ, ఉత్తర ప్రదేశ్, బీహార్ వంటి రాష్ట్రాల్లో అమల్లో ఉన్న చట్టాన్ని పూర్తి స్థాయిలో అభ్యయనం చేసిన తరువాత ఆంధ్రప్రదేశ్ లిఫ్టులు మరియు ఎస్కలేటర్ల బిల్లు 2025ను రూపొందించినట్లు ప్రవేశ పెట్టాలని ఆయన వివరించారు. విస్తృత ప్రజా ప్రయోజనాలతో పాటు అతి ముఖ్యమైన పౌరుల భద్రత దృష్ట్యా బిల్లును చట్ట రూపంలోకి తీసుకొచ్చి అమలు చేయడానికి ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది ఈ సందర్భంగా మంత్రి గొట్టిపాటి స్పష్టం చేశారు. అదే విధంగా సీనియర్ మెయినింగ్, డేటాను భద్ర పరచడం వంటి వాటికి సంబంధించిన అంశాలన్నింటినీ బిల్లులో పొందుపరచామని తెలిపారు. బిల్లును సంబంధించి గౌరవ సభ్యులు సూచించిన అంశాలను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకుంటామని ఈ సందర్భంగా ఇంధన శాఖ మంత్రి గొట్టిపాటి రవికుమార్ తెలిపారు. తతప్రకారం జిల్లాలో రెండు అల్లా మోగా >>2



రాష్ట్రంలో ఇటీవల ప్రయోగశక్తిగా విజయవాడ నుంచి శ్రీలంకా నడిపిన సీఫ్ట్ (ఫైట్)

రాజంపేట లెఫ్టర్, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో పర్యాటక రంగాన్ని కొత్త పుంతలు తోకించే విధంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు యోచిస్తున్నారు. పర్యాటక రంగంలో కొత్త విధానాలను రాష్ట్రంలో అమలు చేసేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వ విధానాలను అందిపుచ్చుకునే దిశగా ఆయన అడుగులు వేస్తున్నారు. అందులో భాగంగానే రాష్ట్రంలో సీటి విమానాశ్రయాలు (హాటర్ ఏరో డ్రమ్స్) ఏర్పాటు చేసి దిశగా కనరత్న చేస్తున్నారు. ఈ మేరకు రాష్ట్రంలో 8 సీటి విమానాశ్రయాలు ఏర్పాటు చేసేందుకు అవసరమైన ప్రాజెక్టు నివేదిక (డిపిఆర్) సిద్ధం చేసేందుకు రాష్ట్ర డెవలప్ మెంట్ కార్పొరేషన్ (ఏపీఎడిసీఎల్) మంగళవారం టెండర్లు ఆహ్వానించింది. ఇటీవలే విజయవాడ నుంచి కృష్ణా జిల్లాలో శ్రీలంకా ప్రాజెక్టు వరకు సీ ఫ్లైన్ విజయవంతంగా నడిపిన విషయం తెలిసింది. దేశంలో సీటి విమానాశ్రయాలు ఏర్పాటు చేసేందుకు కేంద్ర ప్రభుత్వం గత ఏడాది నిర్ణయం తీసుకోంది. ఈ అర్చిక సంవత్సరంలో వీటిని అమలు చేసేదిశగా కేంద్రం అడుగులు వేస్తోంది.

ఇక నీటి విమానాశ్రయాలు దేశవ్యాప్తంగా 18, రాష్ట్రంలో 8 సమగ్ర ప్రాజెక్టు నివేదికకు చంద్రబాబు ఆదేశం

ఈ విషయాన్ని కేంద్ర విమానాయన శాఖ సహాయమంత్రి కె.రామోజివారి నాయుడు అధికారికంగా కూడా ప్రకటించారు. అందులో భాగంగా దేశంలో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం తో పాటు అండమాన్ అండ్ నికొబార్, లక్షద్వీప్, గోవా, ఆస్సాం, హిమాచల్ ప్రదేశ్ రాష్ట్రాల్లో 18 హాటర్ ఏరో డ్రమ్స్ ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించారు. ఇప్పటికే గుజరాత్ రాష్ట్రంలోనూ అన్నమాన్ నికోబార్లో సీఫ్ట్ నడుపుతున్నాయి. వీటిని అభ్యయనం చేసిన తర్వాత రాష్ట్రంలో కూడా నడపాలని నిర్ణయం తీసుకున్నారు. అందులో భాగంగా ఎయిర్ డ్రమ్స్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా (ఏఐఐ) వాటర్ ఏరో డ్రమ్స్ కు ప్రాథమికంగా విజయవాడ ప్రకారం బ్యారేజీని గుర్తించింది. అలాగే ప్రస్తుతం అలకు లంబింగి, రుషికోంద, కాకినాడ, కోనసము, శ్రీశైలం, తిరుపతి కేంద్రాలను నిర్ణయించి వాటర్ ఏరో డ్రమ్స్ ఏర్పాటుకు సమగ్ర ప్రాజెక్టు నివేదిక సిద్ధం చేసేందుకు ఏపీఎడిసీఎల్ టెండర్లు పిలిచింది. ప్రయాణాత్మకంగా చేపడుతున్న సీటి విమానాశ్రయాల విధానం రీజినల్ >>2



సంఘటన స్థలాన్ని పరిశీలిస్తున్న జిల్లా ఎస్పీ విజ్ఞానో పాటిల్

అదోని, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త: బస్సు స్కూటర్ ఢీ కొని ఘోర రోడ్డు ప్రమాదంలో అక్కడికక్కడే నలుగురు మృతి మరొకరు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందిన సంఘటన మంగళవారం కోటాపేనుకుంది. పాదం పగ్గలు గ్రామం జలమంది క్రాన్ దగ్గర కర్ణాటక అటో సీ కెం 37 ఎస్ 0711

ఘోర ప్రమాదం బస్సు-స్కూటర్ ఢీ విదుగురు దుర్మరణం

నంబర్ గల బస్సు కుప్పగలే గ్రామానికి చెందిన కర్రన్న (25) ఆదిల్ కి (20) దంపతులు ద్వీపకల్ప వాహనంపై పస్తుండగా. మరో ద్వీపకల్ప వాహనంపై ద్వీ చక్ర వాహనంపై కర్ణాటక రాష్ట్రం మున్సిల్ చెందిన మహేంద్ర (40) నాగరత్తు (35) దంపతులు కుమారుడు దేవబాబు (22) వాహనంపై >>2

మహిళల జోలికి వస్తే ఊరుకోం

రౌడీరాజకీయాలను కఠినంగా అణచివేస్తాం: హోంమంత్రి అనిత

విజయవాడ, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: రాష్ట్రం బెడ్డిలో న శాసనసభ ఆమోదించింది. ఈ బెడ్డిలో వస్తే మహిళల జోలి వస్తే ఎంత మాత్రం సహించమని ఏపీ అంగరంగిళ శాఖా మంత్రి వంశీ గలపూడి అనిత స్పష్టం చేసారు. రౌడీ రాజకీయాలను, అరాచకాలను అణచివేస్తామన్నారు. ప్రభుత్వంపై అసహనపు బురద జల్లించుకునే సామాజిక మాధ్యమాలలో అసహన కథనాలను ప్రసారం చేసే సహించమన్నారు. హోంమంత్రి అనిత హోంశాఖకు సంబంధించి రూ.8570 కోట్ల

పరిస్థితులుంటాయి. తనపై హిజాబ్ తో దాడి చేయించిన విషయాన్ని ఈ సందర్భంగా సోమిరెడ్డి సభలో భాయాచిత్తారాజ్ ప్రకటించారు. గత ప్రభుత్వంలో మహిళా శక్తి క్షతాతిగా ఒక బుక్ లెట్ తో టీజీవీ షో కేసు పెట్టారు. హోంమంత్రి అనిత పై మొత్తం గత ప్రభుత్వం 23 కేసులు పెట్టిందిగత వైసీపీ పాలనలో ప్రతి 8 నిమిషాలకి ఒక అక్షయ యిత్యం టీజీవీ, నాయకులే డాక్యుంటా గత పోలీస్

పాకిస్థానికి ఆయా కోర్టుల్లో బెయిలు మంజూరు

విజయవాడ, మార్చి 11 ప్రభాతవార్త ప్రతినిధి: పాకిస్థాని కృష్ణమరణికి ఆయా కోర్టుల్లో బెయిల్ మంజూరు. రాష్ట్రముఖ్య మంత్రి, డిప్యూటీ సీఎంలైన పోసాని వారు వివక్షలలో ఉండగా ఆసుపత్రిలో దూర పిండానికి వివిధ ప్రాంతాల్లో కేసులు నమోదయ్యాయి. ఈ క్రమంలో ఆయనను పీటీఎల్ కేసుల్లో కోర్టులు చుట్టూ తిప్పుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో అదోని, విజయవాడ కోర్టుల్లో పోసానికి మంగళవారం బెయిల్ మంజూరు. ఇప్పటికే పోసానికి రాజంపేట, నరసరావుపేటలో బెయిల్ >>2

పాకిస్తాన్ లో ఎక్స్ ప్రెస్ రైలు హైజాక్

బెలూచిస్తాన్ ప్రావిన్స్ లో దాడిచేసిన వేర్డులు వాదులు, బందిలూగా వందలమంది ప్రయాణీకులు

ఇస్లామాబాద్, మార్చి 11: పాకిస్తాన్ లో రైలు హైజాక్ గురించే ఘటన కలకలం సృష్టిస్తోంది. బలోచిస్తాన్ ప్రావిన్స్ లోని వేర్డులు వాదులు ప్రయాణీకుల రైలుపై దాడి చేశారు. వందల మందికిపైగా ప్రయాణీకులను బందిలూగా తీసుకున్నారని ప్రకటించారు. బెలూచిస్తాన్ లోని కెల్లా నుంచి ఖైబర్ పఖ్తున్ఖ్వాలాని పెషావర్ కు రైలు వెళ్తుండగా ఈ ఘటన చోటుచేసుకుంది. పెషావర్ వెళ్తున్న షాఫర్ ఎక్స్ ప్రెస్ పై వేర్డులు వాదులు భారీస్థాయిలో కాల్పులు జరిపారని బలోచిస్తాన్ ప్రభుత్వ ప్రతినిధి షాహిద్ రిండ్ వెల్లడించారు. ఈ ఘటన గురించి తెలియగానే అత్యవసర చర్యలు తీసుకోవాలని స్థానిక యంత్రాంగాన్ని ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. వేర్డులు వాదుల మిలిటెంట్ గ్రూప్ బలోచ్ ఆర్మీ (బిఎల్ఎ) ఈ దాడికి బాధ్యత వహించింది. దాడులు బందిలూగా తీసుకున్న తీసుకున్న వారిలో భద్రతా సిబ్బంది కూడా ఉన్నారని తెలిసింది. పక్కా ప్రణాళికతో ఆ గ్రూప్ రైల్వే ట్రాక్ ను పేల్చేయడంతో షాఫర్ ఎక్స్ ప్రెస్ సిబ్బంది చేరుకున్నప్పుడు స్థానిక మీడియా కథ నాలు వెల్లడించాయి. బందిలను విడిపించేందుకు పాక్ భద్రతా బలగాలు యత్నిస్తున్నాయి. ఇదిలా



ఆగురుగు మిలిటరీ సిబ్బంది మృతి చెందినట్లు బిఎల్ఎ వెల్లడించింది. తమపై ఏర్పడిన దాడులను ఆపలేకపోయిన వేర్డులు వాదులు చంపేస్తామని బెదిరించారు. ఈ ఘటనలో రైలు ప్రస్తుతం ఘటనాస్థలానికి సహాయక, భద్రతా సిబ్బంది చేరుకున్నప్పుడు స్థానిక మీడియా కథ నాలు వెల్లడించాయి. బందిలను విడిపించేందుకు పాక్ భద్రతా బలగాలు యత్నిస్తున్నాయి. ఇదిలా

కుంటే బలోచిస్తాన్ వేర్డులు వాదులు పాకోల్ వరుసగా దాడులకు పాల్పడుతున్నారు. పోలీసు సహాయం, రైల్వే సిబ్బంది, వాహనాలపై దాడులు చేస్తున్నారు. సాయుధులు ప్రధాన హైవేను స్తంభింపజేసి బస్సులో నుంచి ప్రయాణీకులను కిందకు దివి వారి గుర్తింపుకార్డులను చూసి మరీ కాల్పులపెసిన ఘటనలు చోటుచేసుకున్నాయి. బలోచ్ ప్రజల స్వయం నిర్ణయాధికారం, పాకిస్తాన్ నుంచి ప్రత్యేక ప్రాంత ఆవి



న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: లోక్ సభ నియోజకవర్గ పునర్విభజన అమలుపై దక్షిణాది రాష్ట్రం తమిళనాడు కొంతకాలంగా అభ్యంతరం వ్యక్తం చేస్తోంది. పునర్విభజన వల్ల దక్షిణాది రాష్ట్రాలకు అన్యాయం జరుగుతుందని, పార్లమెంట్ లో సీట్ల సంఖ్య తగ్గుతుందని డిఎంకె ప్రభుత్వం వాదిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో కేంద్ర రక్షణశాఖ మంత్రి రాజ్ నాథ్ సింగ్ స్పందించారు. డిలీమిటేషన్ ప్రక్రియ ప్రణాళికాబద్ధంగా కొనసాగుతుందని భావిస్తున్నామని, దీనిపై అభ్యంతరాలు ఉంటే తమిళనాడు సీఎం ఎంకె స్టాలిన్ కు వాటిని లేవనెత్తే స్వేచ్ఛ ఉంటుంది. ఆ అంశాలపై సంబంధిత అధికారులు చర్చలు జరుపుతారు. నిర్ణయం వచ్చే యంకా ఉంటుంది. శాసనసభ, లోక్ సభ అయినా ప్రతి రాష్ట్రంలోనూ నియోజకవర్గాల పునర్విభజన తర్వాత సీట్ల సంఖ్య సహజంగానే పెరుగుతుంది అని రాజ్ నాథ్ సింగ్ హామీ ఇచ్చారు.

పునర్విభజన వల్ల పెరగనున్న సీట్లు

రక్షణ మంత్రి రాజ్ నాథ్ సింగ్

తమిళనాడు సహా అంధ్రప్రదేశ్, కర్ణాటక, కేరళలో కూడా సీట్ల సంఖ్య పెరుగుతుంది. కేవలం ఉత్తరాది రాష్ట్రాలే ప్రయోజనం చేకూరుతుందనేది సరైన వాదన కాదు అని పేర్కొన్నారు. కాగా లోక్ సభ నియోజకవర్గ పునర్విభజన విషయంలో తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎంకె స్టాలిన్ గత కొంతకాలంగా కేంద్రంపై విమర్శలు గుప్పిస్తోన్న సంగతి తెలిసింది. జనాభా ప్రాతిపదికన మాత్రమే నియోజకవర్గాలను నిర్ణయిస్తే రాష్ట్రంలో లోక్ సభ స్థానాలు తగ్గుతాయని ఆయన ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనే డిలీమిటేషన్ ప్రక్రియను కార్యదాన స్టాలిన్ ఏడుగురు ముఖ్యమంత్రులకు లేఖ రాశారు. తాజాగా దీనిపై స్పందించిన రాజ్ నాథ్ సింగ్ ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. పునర్విభజనపై వ్యక్తం అవుతున్న ఆందోళనలు సరైనవి కావని పేర్కొన్నారు.

రన్యా రావు కేసు విచారణ అధికారిగా గౌరవ్ గుప్తా

బెంగళూరు, మార్చి 11: కన్నడ నటి రన్యా రావు దుబాయ్ నుంచి అక్రమంగా బంగారం తీసుకొస్తూ రెవెన్యూ డెడ్ లైన్ వల్ల దొరికిపోయిన సంగతి తెలిసింది. అమె బంగారం తరలింపే సమయంలో విమానాశ్రయంలో విజయ్ ప్రోటోకాల్ ను దుర్వినియోగం చేసినట్లు ఆరోపణలు వెల్లడై తీసుకున్నాయి. ఈ అంశంపై విచారణ జరపాలని కర్ణాటక ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. బంగారాన్ని అక్రమంగా తరలింపే సమయంలో భద్రతా తనిఖీలను తప్పించుకునేందుకు ఆమె సహితం తప్పి, సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారి కె.రామచంద్రారావు పేరును ఉపయోగించుకున్నారనే ప్రధాన ఆరోపణ. దీనిపై పూర్తిస్థాయి దర్యాప్తు చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. అంతేకాక ఇందులో రామచంద్రారావు పాత్ర ఏమైనా ఉందా అనే దానిపై దృష్టి సారించాలని కోరింది. ఇందులో భాగంగా ఆయన కేసు విచారణ అధికారిగా అదనపు ప్రధాన కార్యదర్శి గౌరవ్ గుప్తాను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నియమించింది. తక్షణమే విచారణ ప్రారంభించి ఉద్ధరించాలని కోరారు.



వారి రోజుల్లో తుది నివేదిక సమర్పించాలని ఆదేశించింది. ఇదిలా ఉండగా రన్యా బంగారం స్వర్ణిగ్ వ్యవహారంలో ఆమె స్నేహితుడు, ఆఫీయర్ హోటల్ యజమాని మనకమ తరణ్ రాజును డిఎంకె అధికారులు అరెస్టు చేసినట్లు తెలుస్తోంది. అతన్ని బెంగళూరులోని ప్రత్యేక అధికార కేంద్రంలో హాజరుపరచగా ఆయన రోజూ కన్నడీని విధించింది. బంగారం అక్రమ రవాణాలో తరణ్ పాత్ర ఉన్నట్లు దర్యాప్తులో వెల్లడయింది.

చైనా బయట్ నా వారసుడి జననం

టిబెట్ ఆధ్యాత్మిక గురువు దలైలామా



దర్శనాల, మార్చి 11: చైనా బయట్ తన వారసుడు జన్మించిన టిబెట్ బౌద్ధగురువు దలైలామా జన్మించినట్లు ప్రకటించారు. కొత్తగా రాసిన ఆయన తన పుస్తకంలోనే ఈ అంశం ప్రకటించారు. దలైలామా ప్రస్తుతం భారత్ లోని పోర్టలలోనే ఉన్నారు. ఆయన తన పుస్తకంలోనే ఈ అంశం ప్రకటించారు. దలైలామా ప్రస్తుతం భారత్ లోని పోర్టలలోనే ఉన్నారు. ఆయన తన పుస్తకంలోనే ఈ అంశం ప్రకటించారు. దలైలామా ప్రస్తుతం భారత్ లోని పోర్టలలోనే ఉన్నారు. ఆయన తన పుస్తకంలోనే ఈ అంశం ప్రకటించారు.

భారత్ లో కూడా కావచ్చు ఆయన పేర్కొన్నారు. పూర్వీకుల పనిని ముందుకు తీసుకెళ్లడానికి ఉద్దేశించి పునర్జన్మ. కొత్త దలైలామా చైనా బయట్ స్వేచ్ఛా ప్రపంచంలో జన్మించారు. ఆయన తన బాధ్యత అయిన విశ్వకరుణకు గొంతుకా ఉండాలని ఆయన ఆ పుస్తకంలో పొందుపరిచారు. 14వ దలైలామా గురించి బెంజియన్ గ్యుట్సెన్ 23వ ఏట టిబెట్ లనుంచి భారత్ కు వలసవచ్చారు. ఆయన తమ ప్రాంతాన్ని అక్రమించిన చైనా వ్యతిరేకంగా ఆయన గళం విప్పారు. టిబెట్ వాదాన్ని జీవంగా ఉంచుకుంటున్నారని ఆయన విశ్వకరుణకు గొంతుకా ఉండాలని ఆయన ఆ పుస్తకంలో పొందుపరిచారు. 14వ దలైలామా గురించి బెంజియన్ గ్యుట్సెన్ 23వ ఏట టిబెట్ లనుంచి భారత్ కు వలసవచ్చారు. ఆయన తమ ప్రాంతాన్ని అక్రమించిన చైనా వ్యతిరేకంగా ఆయన గళం విప్పారు. టిబెట్ వాదాన్ని జీవంగా ఉంచుకుంటున్నారని ఆయన విశ్వకరుణకు గొంతుకా ఉండాలని ఆయన ఆ పుస్తకంలో పొందుపరిచారు.

శాంతి ఒప్పందంలో ఉక్రెయిన్ భూమిని వదులుకోవాల్సిందే



అమెరికా విదేశాంగ మంత్రి మార్కో రూబియో

అమెరికా విదేశాంగ మంత్రి మార్కో రూబియో శాంతి ఒప్పందం కోసం 2014 తర్వాత రష్యా అక్రమించుకొన్న భూమిపై ఉక్రెయిన్ ఆశలు వదులుకోవాల్సిందని అమెరికా విదేశాంగమంత్రి మార్కో రూబియో తేల్చి చెప్పారు. అప్పటి నుంచి జరిగి యుద్ధం ఆగుతుం

దన్నారు. శాంతి చర్చల కోసం ఉక్రెయిన్ అధికారులు మాట్లాడేందుకు సౌధి అరేబియా రాజధాని జెద్దాకు చేరుకున్న సందర్భంగా మార్కో రూబియో ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. శ్వేతరూపంలో బ్రంస్-జెబెన్స్కీల మధ్య వాగ్వాదం చోటు చేసుకొన్న 10 రోజుల తర్వాత ఈ పరిణామాలు సంభవించడం గమనార్హం. ఇప్పటికే బ్రంస్ ప్రభుత్వం ఉక్రెయిన్ ను సైనిక సాయం, ఇం టెలికామ్యూనికేషన్ సహాయం నిలిపివేసింది. రూబియో విలేజ్ రులల్ మాట్లాడుతూ 'ఉక్రెయిన్ శాంతి ఒప్పందం కొన్ని కఠినమైన నిర్ణయాలు తీసుకోవాలి' అంటూ అందరినీ ఆహ్వానించారు. అందరినీ ఆహ్వానించారు. అందరినీ ఆహ్వానించారు.

కూడా కొన్ని పనులు చేయాల్సి ఉంటుంది. ఇరువర్షాలు ఓ అవగాహనకు రావాల్సి అవసరం ఉంది. ప్రస్తుత పరిస్థితికి సైనిక పరిష్కారం లేదు. ఇక ఉక్రెయిన్ మొత్తం రష్యా ఆక్రమించలేదు. అదే సమయంలో 2014 నాటి సైనిక రష్యాను ఉక్రెయిన్ చేస్తే లేదు' అని పేర్కొన్నారు. అంతకుముందు ఒప్పందం వివరాలను మాత్రం ఆయన వెల్లడించేందుకు నిరాకరించారు. ఇక ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు జెలెన్స్కీ కూడా జెద్దా చేరుకొన్నారు. ఆయన సౌధి యువరాజు మామూట్ బీన్ నల్కాతో భేటీ అయ్యారు. ఈ సందర్భంగా యుద్ధ ఖైదీ విడుదలకు ఆయన సరిసిద్ధత వ్యక్తం చేశారు.

లోక్ సభలోకి కొత్త ఇమ్మిగ్రేషన్ బిల్లు

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: వలసవిధానాలు, విదేశీ యుక్తుల సంబంధించి వివిధ సేవలను హేతుబద్ధం చేయడానికి లోక్ సభలో కొత్త చట్టం బిల్లును పోషించారు. లోక్ సభలో కొత్త చట్టం బిల్లును పోషించారు. లోక్ సభలో కొత్త చట్టం బిల్లును పోషించారు. లోక్ సభలో కొత్త చట్టం బిల్లును పోషించారు. లోక్ సభలో కొత్త చట్టం బిల్లును పోషించారు.



సభలో ప్రవేశపెట్టిన హోంశాఖ సహాయమంత్రి నిఖానంద్ రాయ్

పరిశీలించి కఠిన శిక్షలు, జరిమానాలు విధించేందుకు కూడా ఈ చట్టంలో పొందుపరిచారు. జాతీయభద్రత, దేశ సార్వభౌమత్వాన్ని, జాతి సమగ్రతకు ముప్పుగా పరిణమించిన విదేశీ యుక్తులను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ అనుమతించే నియమాలను ఈ చట్టంలో నిబంధనలున్నాయి. భారత్ లోకి వచ్చిన వెంటనే వారి రిజిస్ట్రేషన్, వారి కడలికలపై నియంత్రణ, పేరుమాార్చి, రక్షిత, అనుమతిలేని ప్రదేశాల్లోకి రావడం నిషేధనలు

ఉద్దేశించి మరంతకాలం బస చేసేనవారు, అనుమతిలేని ప్రాంతాల్లోకి రావడం వంటివి చేసే మూడు లక్షల జరిమానా, మూడేళ్ల జైలు వంటివి ఉన్నాయి. అలాగే సరైన దృవీకరణ లేకుండా విదేశీ యుక్తులను తీసుకువచ్చే ట్రాన్స్ పోర్టులను కూడా ఐదు లక్షల జరిమానా వెల్లించారు. అలాగే జరిమానాలు వెల్లించినా వారి సంస్థలు, వాహనాలు అన్నింటినీ సీజ్ చేసి అధికారం ఉంది. ఒక విదేశీ యుక్తు అనుమతి నిరాకరిస్తే ఆ ట్రాన్స్ పోర్టు సంస్థ అందుకు బాధ్యత వహించాలని ఆదేశించి వెంటనే భారత్ నుంచి పంపించేయాలని సూచించారు. వారంటి లేకుండా కూడా ఇమ్మిగ్రేషన్ అధికారులను అవసరమైతే అరెస్టు చేసే నియమాలు కూడా కల్పించారు. ఈ చట్టంపై కాంగ్రెస్ మనీషేషివారి మాట్లాడుతూ చట్టం గంభీరమైనది అని అన్నారు. చట్టంపై కాంగ్రెస్ మనీషేషివారి మాట్లాడుతూ చట్టం గంభీరమైనది అని అన్నారు.

మాలిషన్ నేషనల్ డేకు చీఫ్ గెన్స్టాగ ప్రధాని మోడీ

27 యేళ్ల క్రితమే మాలిషన్ తో ఉన్న అనుబంధాన్ని గుర్తు చేసుకున్న పిఎం



ప్రధాని మోడీ 27 యేళ్ల క్రితమే మాలిషన్ ను సందర్శించిన చిత్రం (ఫైల్)

న్యూఢిల్లీ, మార్చి 11: మినీ ఇండియా పిలువకునే మాలిషన్ ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ వర్ధంతో సమావేశం చేశారు. రెండు రోజుల పర్యటనలో భాగంగా ప్రధాని హోదాలో రెండోసారి ఆ దేశం వెళ్లారు. అయితే 27 ఏళ్ల క్రితమే మాలిషన్ తో ఆయనకు అనుబంధం ఏర్పడింది. 1998లో గుజరాత్ లో టిబెట్ భారీ విజయం సాధించడంలో కీలక పాత్ర పోషించిన మోడీ మాలిషన్ లోని మోకా ప్రాంతంలో జరిగిన అంతర్జాతీయ

అరమాంశ సదస్సులో పాల్గొని ప్రసంగించారు. భారత సంతతి జనాభా అధిక సంఖ్యలో ఉండటం వల్ల ఆది మినీ ఇండియాగా పిలువబడతాడు. ఈ దేశానికి వచ్చినప్పుడల్లా మినీ ఇండియాకు వచ్చినట్లు ఉంటుందని తొలి పర్యటన ఘోషించిన పేర్ చేస్తూ తన అనుబంధాన్ని వెల్లడించారు. అప్పుడు ఆయన టిబెట్ జాతీయ కార్యదర్శిగా అక్కడికి వెళ్లి శ్రీరాముడు తన జీవితంలో అనుసరించిన విలువలను



అలిఫర్, మార్చి 11: హోలీ పండుగలో భాగంగా

నంది తప్పించుకునేందుకు ముస్లింలు టార్గెట్ లిస్ట్ కి కవర్ చేసుకోవాలని యుపీ మంత్రి రఘురాజ్ సింగ్ చేసిన సూచనలను వివాదాస్పదం చేశారు. శుభ్రవారం ఒకప్పుడు మసీదులో నమాజ్ ప్రార్థనలు, మరోవక్క హోలీ వేడుకలు జరగనున్నాయని ముస్లింలు తగ్గినట్లు తీసుకోవాలంటూ వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేశారు. మసీదు ప్రార్థనలనుంచి వచ్చినవెంటనే వారిపై గంభీర చర్యలు తీసుకుంటుంది అయిన సూచనలు. కాంగ్రెస్ నేతలలో వచ్చే రెండో శుభ్రవారం మసీదు ప్రార్థనలు చేస్తుంటారు. సరైన ఆదేశాలు కూడా ముందువు మరో పండుగ హోలీ వచ్చిన సూచన దర్శనం ఆవరించేవారు ఈ వచనం

హోలీ పండుగలో మసీదుల వద్ద టార్గెట్ లిస్ట్ కవర్ చేసుకోండి

యుపీ మంత్రి రఘురాజ్ సింగ్ వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు

అత్యంత తపవిత్రంగా జరుపుకుంటారు. అయితే కొన్ని అనుమతిలేని ప్రాంతాలు, మసీదుల వద్ద హోలీ రంగులు చల్లుకోవడం అంక్షలు కూడా ఉన్నాయి. ముస్లిం ప్రజలు మసీదులనుంచి బయటికి వెళ్ళేటప్పుడు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, నమాజ్ ప్రార్థనలు, మరోవక్క హోలీ వేడుకలు జరగనున్నాయని ముస్లింలు తగ్గినట్లు తీసుకోవాలంటూ వివాదాస్పద వ్యాఖ్యలు చేశారు. మసీదు ప్రార్థనలనుంచి వచ్చినవెంటనే వారిపై గంభీర చర్యలు తీసుకుంటుంది అయిన సూచనలు. కాంగ్రెస్ నేతలలో వచ్చే రెండో శుభ్రవారం మసీదు ప్రార్థనలు చేస్తుంటారు. సరైన ఆదేశాలు కూడా ముందువు మరో పండుగ హోలీ వచ్చిన సూచన దర్శనం ఆవరించేవారు ఈ వచనం

సూచించారు. సంభారో పోలీస్ అధికారి వ్యాఖ్యలు ఆయన యుపీ సీఎం ఆదిత్యనాథ్ కూడా సమర్థించారు. షెగ్రా ఆ అధికారిని హాజీరీ వాసి అని ప్రకటించారు. అర్జున్ అసాధ్యమైన అయిన అధికారి చెప్పింది వాస్తవమేనన్నారు. హోలీ పండుగ కారణంగా అనేక మసీదుల్లో శుభ్రవారం ప్రార్థన సమయాలు మార్చబడ్డాయి. స్థానిక బిజినెస్ ముందుకు రూపి ఆసక్తిగా మాట్లాడుతూ ఎంఎయ్ క్యాంపస్ లో రామ్ మండలి నిర్మాణాన్ని సమర్థించారు. తాను ఈ ప్రతిపాదనకు మద్దతిస్తున్నానని, ఇందుకోసం భారత్ లోని కూడా సేకరించిన అంశంపైనే అన్నారు. అయితే జిల్లాల అధికారులు మాత్రం హోలీ పండుగ ప్రణాళికావహారంలో భాగంగా అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు.

అసెంబ్లీలో ప్లాస్టిక్ పాములతో కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేల నిరసన

భోపాల్, మార్చి 11: మధ్యప్రదేశ్ అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు విసర్జనలను తెలిపారు. ప్లాస్టిక్ పాములను సభలోకి తెచ్చి ఉద్దేశ్యంగా వేసినట్లు ప్రభుత్వం విషపదార్థాలా కమ్ముకుని ఉందని విమర్శించారు. ఇందుకు గర్భాన్ని ప్లాస్టిక్ సర్దులాలు బుట్టకుని మరీ వచ్చి అసెంబ్లీలో ప్రదర్శించారు. రాష్ట్రమంత్రి కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే తిరుగు తీర్మానం వ్యతిరేకం చేశారు. అసెంబ్లీ సభ్యులందరూను కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు ఉద్దేశించారు. కేవలం హోల్ ప్రదర్శన కోసం అసెంబ్లీని వాడుకోవడం విద్వంసంగా ఉందని అన్నారు. రాష్ట్ర బడ్జెట్

సమావేశాల ప్రారంభం అయ్యేముందు కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు విసర్జన చేశారని సింఘల్ అధ్యక్షులలో గుమకూడి మహాత్మాగాంధీ విగ్రహం వద్ద నిరసన తెలిపారు. వారంతా కూడా బుట్టల్లో ప్లాస్టిక్ పాములను తెచ్చి ప్లాస్టిక్ సర్దులాలు బుట్టకుని ప్రదర్శనలు చేశారు. వారంతా నిరాదాన చేస్తూ ప్రభుత్వం యువతకు ఉపాధి కల్పించడంలో ఘోరంగా విఫలం అయ్యారన్నారు. రాష్ట్రంలో నిరుద్యోగిత పెరిగిపోతున్నారన్నారు. శ్రేణిస్థాయినుంచి ఉన్న తనూలువరకూ ఉన్న శాలీలు భర్తీ చేయాలని డిమాండ్ చేయడం, యువత కాళ్ళిగోరా తిరుగు



అసెంబ్లీలో ప్లాస్టిక్ పాములను ప్రదర్శించిన ఎమ్మెల్యేలు

ఉత్తరప్రదేశ్ లో జిఎస్ టి అధికారి ఆత్మహత్య

పని ఒత్తి కారణమంటూ ఆరోపించిన ఘాట్



అయిన ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఆయన అయిదేళ్లగా క్యాన్సర్ పోరాడుతున్నారని ఈ క్రమంలోనే అధికారి మానసిక కుంగబాటులోనవుతున్నారని పోలీసులు తెలిపారు. ఆ ఘాట్ అయిన ఆత్మహత్యకు పాల్పడేలా చేసినది పేర్కొన్నారు. తాజాగా ఆయన సతీమణి మాట్లాడుతూ తన భర్త మరణానికి కారణం క్యాన్సర్ కారణం అని, అయితే నా భర్త ఎప్పుడూ పని ఒత్తితోనే మరణించాడని తెలిపారు.

అయ్యో పొడు పొడు పండుకున్నామీదే... తే రేడియోకు టైమింగు, అమ్మా అట్టి నీ వసులు ముగించుకుని రావే... రేడియో నున్నట్లు మరూ అయినవి... సాయంత్రం అయినదంతే చాలు. జబ్బాలో ప్రాంతంలోని చాలా ఇళ్లలో నెలకొని వాడవుడే ఇది. 'సంఘం రేడియో' వినడానికి ఇంట్లోనివాళ్లకూ రేడియో మట్టూ చేరిపోతారు. జబ్బాలో మండల పరిషత్లోని వసాపూర్లో దక్కన్ డెవలప్మెంట్ సొసైటీ (డీడీఎస్) ఆధ్వర్యంలో 2008లో ఇది, స్థానిక అంశాలతో, స్థానిక కలకల ఉపయోగపడేలా దీన్ని తీర్చిదిద్దారు. దీన్ని జనరల్ నర్సమ్మ, రేడియో నర్సమ్మ నడిపిస్తున్నారు.



నడిపిస్తున్నారు. వాళ్ళు వదిలివేసి వదో

గ్రామీణ మహిళలను జాగృతం చేస్తూ..

తగ్గరే! పైగా 16 ఏళ్లుగా విజయవంతంగా ఉన్నారు. 'మా ఊరి రేడియో.. మన కోసమే రేడియో' నివాసం సాగుతున్న 'సంఘం...' ఏడాదంతా నడుస్తుంది. రోజు రాటి 79 గంటల సమయంలో 90.4 ఫ్రీక్వెన్సీలో 50 వరకు ప్రసారాలు అందిస్తోంది. దాదాపు 200లకు పైగా గ్రామాలకు ఈ సేవలు అందుతున్నాయి. రేడియోలో ప్రసారమయ్యే కార్యక్రమంలో స్థానికతకే పెద్దపేట 15 మంది మహిళలు, ఆయా గ్రామాల్లో వర్తమానిస్తారు. చాలాకాలంగా వ్యవసాయం చేస్తున్న రైతుల అనుభవాలు, గ్రామీణుల జీవన స్థితిగతులు, పండగలు, పర్యటనలు, సంద్రోలు సాగు, విరుధాన్యాల రక్షణ, నాటి సంప్రదాయాలు... ఇలా

ఎన్నో వస్తువులను అందరికీ అర్థమయ్యేలా తెలంగాణ ర్యాంప్లోనే ప్రసారం చేస్తున్నారు. అక్క మనం కలిసి పోదామే, మన పంటలు, పంట ఎరువు ఏదాం. భూమిని బతికించుకుందాం. పత్తి పంట మనకొప్పు, మన పంటలో మనకు ముప్పు లాంటి పాటలతో అవగాహన కల్పిస్తారు. ఇందుకుగానూ ప్రతిష్టాత్మక మంథాన అవార్డుని అందుకున్నారమహిళల కోసం, మహిళల రేడియోగా గుర్తింపు పొందింది. గ్రామీణ మహిళలు, రైతులను జాగృతం చేస్తున్నందుకు మన్ననలూ పొందింది. కాబట్టి, కేంద్రం, వివిధ రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలతో కాదు, విదేశీ ప్రతినిధులూ దీన్ని సందడి చేస్తారు. □

వయసు పెరిగి కొద్ది చర్మం ముడతలు పడడం సహజమే! అయితే కొంతమందికి చిన్న వయసులో ఉండగానే ముఖంపై ముడతలు, గీతలు కనిపిస్తాయి. మరీ ముఖంగా ముదుటి మీద కనిపించే గీతల కారణంగా చాలామంది ఫీల్చు తుంటారు. అయితే ఇలా బరగకుండా ఉండాలంటే కొన్ని చిట్కాలు పాటించాలి. సౌందర్య నిపుణులు



చిన్న వయసులో ముడతలా?



కారణాలేమిటి? సాధారణంగా వయసు పెరిగి కొద్ది చర్మం పొడిబారి మృదుత్వాన్ని కోల్పోతుంది. ఈ ప్రభావంతో సుదుటిపై నన్నని గీతలు ఏర్పడటంతో పాటు కొత్త చుట్టూ ఉంటే చర్మం ముదురుతుంది. అయితే కొంతమందికి చిన్న వయసులోనే సుదుటిపై గీతలు, ముడతలు కనిపిస్తాయి. వాటిని ప్రైమేజియర్ రింజెల్స్ అంటారు. ♦ బాగా తెల్లగా ఉన్న వారిలో, చర్మం పల్లగా ఉన్న వారిలో ఇవి చిన్న వయసులోనే మొదలవుతున్నాయని సౌందర్య నిపుణులు. ♦ ఎండలో ఎక్కువగా తిరిగి వారిలో, కండిరొల్ వంశపారంపర్యంగానూ ఈ సమస్యలు ఎదురవుతాయట ఇక చాలామంది బీటీకీ మాటికీ సుదురు చిట్టిస్తుండడం. అదే పనిగా కనుబొమ్మల్ని పైకి మగచేయడం కూడా జరుగుతుంది.. అలాంటివారి ఇవి చిన్నలోనే వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా కనిపిస్తున్నాయి. ♦ అలాగే పొడి చర్మంతో ఉన్న వారు, సౌందర్య సాధనాల్లో తరచుగా ట్రిన్ వాడే వారిలో ఈ సమస్య ఎక్కువగా తలెత్తుతుంది. **సహజ చిట్కాలు.** ఈ సమస్యకు కొన్ని చిట్కాలు అందుబాటులో ఉండే చిట్కాలు, పలు సహజ సిద్ధ మైన నాటిని పాటించడం వల్ల ఎలాంటి దుష్ప్రభావాలు తలెత్తకుండా దీన్ని నివారించుకోవచ్చుంటున్నాయి.

పెద్ద గీతాలు, ముడతలు ఏర్పడతాయి. దీంతో పిన్న వయసులోనే వయసు మళ్లీ వారిలా కనిపిస్తారు. ఈ సమస్య లేకుండా ఉండాలంటే తగినన్ని నీళ్లు తాగాలి. అలాగే వర్షపుట్టు చేసేవారు త్వరగా డీప్నాడేషన్ బానిన పడే అవకాశం ఉంది కాబట్టి అలాంటి వారు మరింత ఎక్కువగా నీళ్లు తాగాలి. అలాగే నీటి శాతం ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు, నిమ్మరసం, ఇతర పండ్ల రసాలను కూడా తీసుకోవచ్చు. **బయటికి మళ్లీ ముందు..** చర్మంపై ఎండ ఎక్కువగా పడితే కొలాజెన్ ఉత్పత్తి తగ్గిపోతుంది. ఫలితంగా సుదుటి మీద చర్మం కమిలిపోయి నల్లగా మారుతుంది. దీంతో ముడతలు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంది. అందుకే ఎండలోకి వెళ్లే ముందు తప్పనిసరిగా సన్స్క్రీమ్ లోషన్ అప్లై చేసుకోవాలి. ఇక కలబందలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి సూర్యరశ్మిలోని అతినిల్లోహిత కిరణాల నుంచి చర్మాన్ని సంరక్షిస్తాయి. అంతేకాదు.. సుదుటి మీద ముడతలు కనిపించకుండా ఉన్నాయి. అందుకే కలబందతో చేసిన ప్యాక్స్ చేసుకోవడం మంచిది. **ఒత్తిడి దూరంగా..** విపరీతమైన ఆందోళన, ఒత్తిడి వల్ల కూడా సుదుటిపై ముడతల సమస్య తలెత్తి ప్రమాదం ఉంది. అందుకే ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవాటు చేసుకోవడం ద్వారా ఒత్తిడి, మానసిక ఆందోళనలను అదుపులో పెట్టుకోవచ్చు. ఈ విధంగా యోగా, మెడిటేషన్, వర్షపుట్టిన రోజు సాధన చేయాలి. సంపూర్ణ పోషకాహారం తీసుకోవడంతో పాటు రోజూ పదిని మిడిగంటలు ఎలాంటి అంత రాయం లేకుండా నిద్ర పోవాలి. □ లేకుండా ఐదు రోజులు ఒకేసారి చేస్తే ఉంటుంది. ఆ ఊహను అలా వదిలేయలేదామె.

సౌందర్య నిపుణులు, **తగినన్ని నీళ్లు తాగాలి..** శరీరానికి సరితే నీటిని తీసుకోకపోతే చర్మం పొడిబారే ప్రమాదముంది. ఫలితంగా సుదుటి మీద పెద్ద పెద్ద ధర్మరాజుకు జన్మనిచ్చింది. కురువంశ పరంపరలో పాండురాజుకు ప్రథమ సంతానంగా ధర్మస్వరూపుడైన కుమారుడు జన్మించటంతో.. ఆ శుభవార్త హాసినాపురంమంత్రి వ్యాపించింది. ఆ సంగతి

మెత్తగా పొరలు పారలు ఉండే చపాతీలు బంగారంవంశ కుారతో తింటే ఎంత రుచిగా ఉంటాయో కదూ! కానీ చేయాలంటే మాత్రం చాలానే కష్టపడాలి. ఇంత శ్రమ

ఐదు రొట్టెలు ఒకేసారి.. ఐదు భాగాలను అరచేత్తో కాస్త ఒత్తి. ఒకదాని మీద ఇంకోకటి చొప్పున పెట్టిదామె. ప్రతి దాని మధ్యలో కాస్త పొడిపింది. చల్లి, రోల్ చేసింది. అంతే. ఐదు రొట్టెలు ఒక్కసారిలో పూర్తయి పోయాయి. పొడిపింది వల్ల ఒకదానికోకటి అంటుకోలేదు! ఆహా ఏం తెలివీ! ఆనకుండా ఉండకపోతే కదూ! 'వ్యక్త' ఇదే విలే మేపు' పేరుతో ఇన్స్టాలో పోస్టుయిన ఈ వీడియో వైరైంది. దీనికి ఇప్పటిదాకా 70 లక్షల వ్యూస్, పైగా లైక్స్ వచ్చాయి. □

సేంద్రియ సేద్యంతో ఎన్నో పురస్కారాలు

పల్లె వాతావరణం అస్సాదింబాలి.. సొంత పొలం ఉండాలి.. అందులో ప్రకృతి సేద్యంతో పండిన ఆహారం తినాలి. ఈ కోరికలే వ్యవసాయం అంటే తెలియని అవిడత... రాళ్లు, ముళ్లతో కూడిన నేలలో రతనాల పంట పండించేలా చేశాం. 'విశ్వమాత ఫామ్స్' పేరుతో సేంద్రియ సేద్యంలో అవార్డులతో అందుకున్న అమె **గుళ్లపల్లి సుజాత**. ఇష్టంతో పనిచేస్తే ఏది కష్టంగా అనిపించదు. అందుకే, వ్యవసాయం కొత్త అయినా, కష్టనష్టాలన్నీ ఎదురైనా... అవి పెద్దవిగా అనిపించలేదు. మాది ఒంగోలు. మా కోటేశ్వరరావు... మెరైన్ టీఫ్ ఇంజనీరింగ్ పనిచేసి వదవీ విరమణ తీసుకున్నారు. ఆయన ఉద్యోగరీత్యా మేం కొన్నాళ్లు చెన్నైలో ఉన్నాం. నేను డిగ్రీ చేశా. మా అమ్మ హోం సైన్స్ లో గ్రాడ్యుయేషన్ చేశాం. అవిడ ఎప్పుడూ పోవకపోతే గుర్తింపి మాట్లాడడం ఇంట్లో అందరికీ దానిని అవగాహన. ఉండేది. కానీ, ఇప్పుడేమో వంటల సాగుకీ రసాయనాలు విరివిగా వాడుతున్నారు. అవి జీర్ణకోశ సమస్యలు, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధులకు కారణం అవుతున్నాయి. వాటికి దూరంగా ఉండాలంటే సొంతంగా సేంద్రియ సాగు చేయాలనుకున్నాం..

నేపా (నేపూర్) అలాగే ఫార్మింగ్ అసోసియేషన్) నడపా జరుగుతున్నట్లు తెలిసి అక్కడ వెళ్లి సుజాత వాలెటర్ రాసిన 'వాచకం' తెలుగు అనువాద పుస్తకాలు కొన్నా అదే నన్ను ముందుకు తెచ్చింది. అప్పు చెన్నైలోని అన్నా యూనివర్సిటీ హ్యూమన్ రిసోర్స్ డెవలప్మెంట్ విభాగం నిర్వహించిన డేజీ సీడ్స్ ఎజిటివ్ లో, విత్తనాలు కొనుగోలు చేసి 2014 ఖరీఫ్ పంటల సాగు మొదలు పెట్టింది. మా ఫామ్ లో భవిష్యత్లో వాహనంలో తిరగడానికి వీలుగా ఉండాలని కంపె తర్వాత కొంత స్థలం వని శ్రీగంప, బేతు, ఎత్తడంచలనం లాంటి మొక్కలు పెంపాం. అప్ప 15 ఎకరాల్లో అరటి, నేరేడు, దానిమ్ము వంటి వాటితోపాటు బిరుధాన్యాలనూ అంతర పంటలుగా చేశా. ఇవన్నీ ప్రవ, ఘన జీవామ్ముతో, ఆపు పేడ, బెల్లం, గోమాత్రం, వేప మందు... వాటిని ఉపయోగించి సాగు చేస్తున్న తర్వాత కాలంలో విత్తనాలనూ ప్రత్యేక శిక్షణలో భద్రపరచడం అరంభించా, వినయోగిస్తున్నా. ఇక మా పొలంలో మట్టి, నీళ్లు, విత్తనాలు, పంట ఉత్పత్తులన్నీ సేంద్రియమే అనే గుర్తింపూ డిగ్రీంచుకున్నాం. 2018 నుంచి మూడు



నేపాత

ఇప్పుడు భూమి కొని.. సొంతంగా వ్యవసాయం చేయడానికి కనీసం బడికరాల భూమైనా ఉండాలని భావించా, చేతిలో రూ.పది లక్షలు పట్టుకొని వెతుకు లాట ప్రారంభించా. మా నాన్న పశువైద్యాధికారి. ఆయన స్నేహితుడి ద్వారా నీటి వనరులు తక్కువగా ఉండే పశ్చిమ ప్రకాశంలో పెద్దరకట్ల గ్రామంలో ఉన్నట్లు తెలిసింది. కానీ వాళ్లెమో ఎకరాలు అమ్ముతానన్నారు. మా వద్ద అంత డబ్బు లేదు. దీనితో ఒంగోలులోని మా ఆత్మమామల ఇంజినీరింగ్ కాలేజీలో అంతా కొనుగోలు చేశాం. పెద్ద పెద్ద బండరాళ్లు, ముళ్ల పొదలతో నిండిన ఆ భూమిని సాగులోకి తెచ్చేసాం. ఏడాది, పచ్చిది. కరెంటు సౌకర్యం లేకపోవడంతో పౌర విద్యుత్తు తో నడిచే మోటారుని ఏర్పాటు చేసుకున్నాం. కానీ నాకేమో ప్రకృతి సేద్యం అవగాహన లేదు. ఏం చేయాలో ఆలోచిస్తున్న సమయంలోనే విజయవాడలో



పరిశీలించారు. ఆ తర్వాత సేంద్రియ ఉత్పత్తులకు ఇచ్చే ఎన్నిసే నేషనల్ గ్రోగా ఫర్ అర్గానిక్ ప్రొడక్ట్స్ సర్టిఫికేట్ తీసుకున్నాం.

దేశ వ్యాప్తంగా అమ్మకాలు.. తొలి ఏడాది ఉత్పత్తులను అమ్మడానికి కొంచెం ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయి. మా సాగు విభజనలను పరిశీలించిన జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ, ఆంధ్రప్రదేశ్ కమ్యూనిటీ మేనేజ్మెంట్ నేపూర్ ఫార్మింగ్ (ఎఫ్.ఎస్.ఎఫ్) అధికారులు రైతు సాధికార సంస్థ (ఆర్.ఎస్.ఎస్) తరఫున వివిధ సదస్సులు, ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్లో స్టాల్స్ ఏర్పాటుచేసి అవకాశం కల్పించారు. విశ్వమాత ఫామ్స్ పేరుతో దేశ వ్యాప్తంలో మా ఉత్పత్తులను అమ్ముతున్నాం. ప్రస్తుతం చెన్నై, హైదరాబాద్, బెంగళూరు, ముంబయి, ఢిల్లీల్లో మాకు భారీ దారులు ఉన్నారు. ప్రస్తుతం మా ఫామ్ పక్కనే మరో 15 ఎకరాలు కొలుకు తీసుకొని 47 ఎకరాల్లో తొమ్మిది అవులతో ప్రకృతి సేద్యం చేస్తున్నాం. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వంతోపాటు, రైతుసేవ, మున్యవరపు ఫౌండేషన్ నుంచి ఉత్తమ రైతు అవార్డు డిప్లొమానున్నా. 2001లో ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర జీవవైద్య బోర్డు 'బయోడైవర్సిటీ కస్టర్డర్ అవార్డు'తో పాటు మరెన్నో పురస్కారాలు అందుకుంది. □



అంతేకాదు. పిల్లల శక్తిని మద్దతుగానూ ఇది అంచనా వేస్తోంది పిల్లల వయసును బట్టి, వాళ్లతో తల్లిదండ్రులు ఏవిధంగా

పిల్లల్లో స్వతంత్రత.. ప్రవర్తించాలి లాంటి ఇంటరాక్టివ్ పాఠాలన్నీ బోధించేస్తుంది. **ఎఫ్.ఎస్.ఎస్... (సహజ పరిణామాలు పద్ధతి)** పిల్లలు తమ చర్మంపై తామే బాధ్యత వహించడం ఉదాహరణలు పడిపోవడానికి వీలుగా ఉన్న స్థలంలో వాళ్లు నడిచి పడిపోతే... నీడ తప్పలేదు. ఆ స్థలానిడే తప్పంటూ దాన్ని కొట్టి పట్టించి ఉంటేవేళ్లు. దాంతో పిల్లలు ఏడుపు ఆపేయాలి. కానీ ఎన్.ఎఫ్.ఎఫ్. పేరింటింగ్ విధానంతో దీనికి ఆస్కారం లేదు. పడతాను అని తెలిసి నడిచాడు కాబట్టి ఆ చిన్నారిడే బాధ్యత. దీన్ని అనుభవపూర్వకంగా వాడు తెలుసుకోవాలి. ఇది పిల్లల్లో స్వతంత్రత, బాధ్యత భావాలి

అంతేకాదు. పిల్లల శక్తిని మద్దతుగానూ ఇది అంచనా వేస్తోంది పిల్లల వయసును బట్టి, వాళ్లతో తల్లిదండ్రులు ఏవిధంగా

పాకుతూ ఫిట్ గా మారిపోవాలి!

కండల దుద్దానికి, కొప్పు కరిగించుకొని చక్కటి శరీరాకృతిని సొంతం చేసుకునే వివిధ రకాల వ్యాయామాలు చేస్తారు. అయితే వీటి ద్వారా శరీరానికి వ్యాయామం అందుతుందా? లేదా? అని మీరెప్పుడైనా ఆలోచించారా? ఇలాంటి ఫలితాన్ని అందించే



అందించే

గ్రీన్ టీ ఇలా చేద్దాం

రుచికి రుచి, ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం. గ్రీన్ టీలో కాస్త ఛాన్సెర్ ప్రొటెక్షన్ వేస్తే మంచి వాసన. గ్రీన్ టీ అదనపు రుచి వస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. రక్తంలో చర్మం స్థాయి క్రమబద్ధం అవుతుంది. **★ తాజా అల్లం ముక్కలు లేదా ఫొటెటో** వాడు వేయడం వల్ల మందులు అనిపించవు. దీని వల్ల ఊపిరితిత్తులు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కాస్త ఇబ్బందులు తలెత్తవు. వంటలు, వికారం లాంటివి తగ్గుతాయి. **★ గ్రీన్ టీలో కాస్త పసుపు** జోడిస్తే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. శరీరంలో చేరిన నూళ్ల శ్రేణి ములు సేస్తాయి. **★ అవగాహనతో** పూర్తి రుచి పరిమళాలు జతచేరతాయి. వీటిలోనియోటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ మైక్రోబయల్ గుణాలు దగ్గ, జలుబు లాంటి సాధారణ అనారోగ్యాలను దూరం చేస్తాయి. **★ ఇలా** పొడి చేస్తే.. ఆ పరిమళం కొత్త ఉత్సాహాన్నిస్తుంది. ఇవన్నీనీడే పెరుగు తుంది. మిరియాల మానుకోవాలి. అంతే. **★ కల్చిరస్** చిగురిస్తాయి... కుండీల్లో పెంచాలనుకునేవారు...

రుచికి రుచి, ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం. గ్రీన్ టీలో కాస్త ఛాన్సెర్ ప్రొటెక్షన్ వేస్తే మంచి వాసన. గ్రీన్ టీ అదనపు రుచి వస్తుంది. రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. రక్తంలో చర్మం స్థాయి క్రమబద్ధం అవుతుంది. **★ తాజా అల్లం ముక్కలు లేదా ఫొటెటో** వాడు వేయడం వల్ల మందులు అనిపించవు. దీని వల్ల ఊపిరితిత్తులు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కాస్త ఇబ్బందులు తలెత్తవు. వంటలు, వికారం లాంటివి తగ్గుతాయి. **★ గ్రీన్ టీలో కాస్త పసుపు** జోడిస్తే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. శరీరంలో చేరిన నూళ్ల శ్రేణి ములు సేస్తాయి. **★ అవగాహనతో** పూర్తి రుచి పరిమళాలు జతచేరతాయి. వీటిలోనియోటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ మైక్రోబయల్ గుణాలు దగ్గ, జలుబు లాంటి సాధారణ అనారోగ్యాలను దూరం చేస్తాయి. **★ ఇలా** పొడి చేస్తే.. ఆ పరిమళం కొత్త ఉత్సాహాన్నిస్తుంది. ఇవన్నీనీడే పెరుగు తుంది. మిరియాల మానుకోవాలి. అంతే. **★ కల్చిరస్** చిగురిస్తాయి... కుండీల్లో పెంచాలనుకునేవారు...



పొడి కూడా అంతే.

అసూయతో పతనం

గాంధారి అంతఃపురానికి కూడా చేరింది. ఆమె అసూయతో రగిలిపోయింది. ధర్మరాజుకే భవిష్యత్తులో సామ్రాజ్యపంగాలు అప్పుడెవరికైనా కురుక్షేత్రం చెందింది. తల్లికోసం నిండుగ్రాన్ని విచ్చినం చేసుకుంది. అది తెలిసిన వ్యాస మహర్షి తక్షణం అంతః పురానికి చేరుకున్నాడు. మాంసపు ముద్దను నూటొక్క పండితులు. □

అసూయతో రగిలినందువల్ల తన పారమార్థిక శక్తిని అంతా కోల్పోయింది. కుల నాశనం కుమారులకు జన్మనిచ్చింది. అందుకే.. కురుక్షేత్ర సంగ్రామానికి కొరవల్లో, కృష్ణులపరమాత్ముడే కారణం కాదు, నిండు మాత్రంగా ఉన్న పుష్ప గాంధారికి కలిగిన అసూయ, దాన్ని తట్టుకోలేక రికాలిన బలరైడే, రోషాన్... ఎంటి రికాలను ఏమింతువంటే మేలు.. దీన్ని పల్లడి ప్రదేశంలోనే కాదు... ఏమెడ గాల్గెస్తూ, బాల్గనీల్లోనూ పెంపొందవచ్చు. అయితే, కానీపైనా నేర్చుకున్నారక్కరిలా

ఇంటి తోటలో లెట్యూస్ !

లెట్యూస్.. ఈ మధ్య కాలంలో బాగా వినిపిస్తోన్న ఆకుకూర. విడేశాల్లో బాగా పాపులర్ అయిన దీన్ని మన దగ్గర సులువుగా పంపించుకోవచ్చు. సలాడ్లు, శాండ్విచ్ లు, గ్రీన్స్ ఐటెమ్స్ తోపాటు.. మినయోగోల్స్, అడెలాగో తెలుసుకుందామా ! క్యాబేజీని పోలిన ఆకుకూర, ముదురూకులన్నీ, బగ్గం వంటి పలు రంగుల్లో కనిపిస్తుంది. లెట్యూస్. ఇది ఆస్పరేసి కుటుంబానికి చెందిన ఆకుకూర. వేగంగా పెరిగే లక్షణం ఇది సుమారు 1240 అంత ఎత్తు పెరుగుతుంది. దీనికి తెలుపు, పసుపు వర్ణంతో చిన్న చిన్న పూలు వస్తాయి. ఈ ఆకుకూరలో పోషక ఔషధ విలువలు ఎక్కువ. మొదట్లో లెట్యూస్ కేవలం సూర్య గింజల్లి ఉత్పత్తి చేయడానికి పెంచేవారు. తర్వాత కాలంలో గ్రీకులు, రోముస్ వంటకాల్లో మినయోగోల్ వంటి ప్రాచ్యులలోకి వచ్చింది. మనదేశ వాతావరణంలో కాస్త వేడి ఎక్కువై దాన్ని తట్టుకోలేక రికాలిన బలరైడే, రోషాన్... ఎంటి రికాలను ఏమింతువంటే మేలు.. దీన్ని పల్లడి ప్రదేశంలోనే కాదు... ఏమెడ గాల్గెస్తూ, బాల్గనీల్లోనూ పెంపొందవచ్చు. అయితే, కానీపైనా నేర్చుకున్నారక్కరిలా



సారవంతమైన పొడి మట్టిని ఎంచుకోవాలి. విత్తనాలను అంగుళం దూరంలో చల్లబెట్టాలి. తేమ తగ్గకుండా రోజూ ఉదయాన్ని నీళ్లు తగ్గించాలి. ఇవి మొలకెత్తడానికి ఏడు నుంచి పదిరోజులు పడుతుంది. వీటిని కాపాడాలంటే వరకు కత్తిరించుకుని వాడుకోవచ్చు. మళ్లీ చిగురిస్తాయి. అయితే, ఈ ఆకుకూరకు పేనుబంక, కత్తిర పురుగు పడతాయి. వీటిని అరికట్టాలంటే... ఆ ఆకుల్ని తీసి పారేయాలి. లేదా వంటనించా కలిపిన నీళ్లు, వేపనూనెతో విడిచి వేస్తే సరి. ఆరోగ్యంగా ఎదురొచ్చు. □

