జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక
ప్రజాపాలన
NEWS IS RIGHT
Published from Hyderabad, Vishakhapatnam, Vijayawada*

చదవండి... చదివించండి... చందాదారులుగా చేరండి...
జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక
ప్రజాపాలన
6-2-29/3/12, 3వ అంతస్థు,
దౌలత్ ప్లాజా, లక్డీకాపూల్, హైదరాబాద్ - 004
వివరాలకు సంప్రదించండి : 8886022523

సంపుటి 4 సంచిక 46 | హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 5 శనివారం 2020 | 8 పేజీలు | వెల : 5.00

2023లో అధికారమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తాం:బండి

హైదరాబాద్,డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల ఫలితాల్లో బీజేపీ అనూహ్యంగా పుంజుకుంది. మొత్తం 150 డివిజన్లకు గానూ 49 స్థానాల్లో విజయం సాధించి గ్రేటర్‌లో సత్తా చాటింది. 2016లో జరిగిన జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో కేవలం నాలుగే సీట్లు గెలుచుకున్న బీజేపీ ఈసారి మాత్రం 49 సీట్లను కైవసం చేసుకుంది. ఈ నేపథ్యంలో నాంపల్లిలోని బీజేపీ కార్యాలయంలో సంబరాలు షురూ అయ్యాయి. బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు బండి సంజయ్‌తో పాటు కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి కిషన్ రెడ్డితో పాటు డీకే అరుణ, లక్ష్మణ్‌లు కలిసి కార్యాలయానికి పెద్ద ఎత్తున చేరుకున్న కార్యకర్తలతో కలిసి బాణాసంచా కాల్చారు. అనంతరం ఒ?కరినొకరు స్వీట్లు పంచుకొన్న బీజేపీ నేతలు తమ సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు.

(మిగతా 3వ పేజీలో..)

గ్రేటర్ ఎన్నికల్లో ఏ పార్టీకి..

సంపూర్ణ మెజార్టీ ఇవ్వని హైదరాబాదీయులు

హైదరాబాద్,డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ గద్దెను ఎక్కేందుకు అవసరమైన మెజార్టీ ఏ పార్టీకి లభించలేదు. 150 స్థానాలకు జరిగిన ఎన్నికల్లో 56 స్థానాల్లో టీఆర్ఎస్ గెలుపొందగా, 49 స్థానాల్లో బీజేపీ, 43 స్థానాల్లో ఎంఐఎం విజయం సాధించాయి. కాంగ్రెస్ పార్టీ 2 స్థానాలకు పరిమితమైంది. గత ఎన్నికల్లో 4 స్థానాలు గెలుచుకున్న బీజేపీ ఈ సారి గట్టి పోటీ ఇవ్వడంతో పాటు భారీగా సీట్ల సంఖ్యను కూడా పెంచుకుంది. పోస్టల్ బ్యాలెట్ల లెక్కింపు సందర్భంగా కమలం పార్టీ ముందంజలో కనిపించింది. ఆ తర్వాత సాధారణ బ్యాలెట్ ఓట్ల లెక్కింపు ప్రారంభమయ్యే సరికి టీఆర్ఎస్ 70కి పైగా స్థానాల్లో ముందంజలో ఉంది. ఓట్ల లెక్కింపు కొనసాగిన కొద్దీ టీఆర్ఎస్ ఆధిక్యం తగ్గుతూ, బీజేపీ ఆధిక్యం పెరుగుతూ వచ్చింది.

'ఆశించిన ఫలితం రాలేదు.. పార్టీలో ఆలోచించి తదుపరి నిర్ణయం' – కేటీఆర్

జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో తాము ఆశించిన ఫలితం రాలేదని తెలంగాణ రాష్ట్ర సమితి పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కల్వకుంట్ల తారక రామారావు అన్నారు. ఎన్నికల ఫలితాల నేపథ్యంలో ఆయన శుక్రవారం రాత్రి మీడియాతో మాట్లాడారు. తమ పార్టీకి మరో 25 స్థానాలు వస్తాయని భావించామని చెప్పారు. 10కి పైగా స్థానాల్లో తమ పార్టీ అభ్యర్థులు చాలా స్వల్ప ఓట్ల తేడాతో పరాయజం పాలయ్యారని వివరించారు. మేయర్ అభ్యర్థి ఎంపిక గురించిన ప్రశ్నకు ఆయన సమాధానం ఇస్తూ.. దానికి ఇంకా రెండు నెలల సమయం ఉందని, కాబట్టి ఈలోపు పార్టీలో అన్నీ చర్చించి తదుపరి నిర్ణయాలు తీసుకుంటామన్నారు.

సింధుకు ప్రగతిభవన్ నుంచి పిలుపు..!

హైదరాబాద్,డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : హైదరాబాద్ గ్రేటర్ ఎన్నికల ఫలితాలు టీఆర్ఎస్‌కు అనూహ్య షాకిచ్చాయి. గ్రేటర్ పీఠం మాదేనంటూ తొలినుంచి దూకుడైన ధీమాను ప్రదర్శించిన బీజేపీ... పీఠాన్ని అందుకోలేకపోయినా అధికార పార్టీ గుండెల్లో రైళ్లు పరిగెత్తించింది. బీజేపీ దెబ్బతో దారుణంగా చతికిలపడ్డ టీఆర్ఎస్ పార్టీ కేవలం 60 స్థానాల లోపే పరిమితమయ్యే పరిస్థితి. దీంతో ఎక్స్‌అఫిషియో ఓట్లతోనే మేయర్ పీఠాన్ని దక్కించుకోవాల్సిన అనివార్యత ఏర్పడింది. గెలుపోటముల లెక్కలను పక్కనపెట్టి మేయర్ అభ్యర్థి ఎంపికపై పార్టీ ఇప్పుడు దృష్టి పెట్టింది.

ప్రగతి భవన్‌కు సింధు ఆదర్శ్...

గ్రేటర్‌లోని 111వ డివిజన్ భారతీనగర్ నుంచి టీఆర్ఎస్ (మిగతా 3వ పేజీలో..)

మరి కొద్ది వారాల్లో వ్యాక్సిన్ రెడీ:మోదీ

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : రాబోయే కొద్ది వారాల్లో కరోనా వ్యాక్సిన్ సిద్ధం అవుతుందని నిపుణులు గట్టి నమ్మకంతో ఉన్నారని ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ తెలిపారు. శాస్త్రవేత్తల నుంచి గ్రీన్‌సిగ్నల్ రాగానే ఇండియాలో వ్యాక్సినేషన్ ప్రారంభం అవుతుందని చెప్పారు. హెల్త్ వర్కర్లు, ఫ్రంట్ లైన్ వర్కర్లు, వయోవృద్ధులకు వ్యాక్సినేషన్‌లో తొలి ప్రాధాన్యం ఉంటుందని చెప్పారు. దేశంలోని కరోనా వైరస్ పరిస్థితులపై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా శుక్రవారంనాడు అఖిలపక్ష సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. వ్యాక్సిన్ పంపిణీ కోసం కేంద్రం, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కలిసి పనిచేస్తాయని ప్రధాని చెప్పారు. 'ఇతర దేశాలతో పోల్చుకుంటే భారత్‌కు వ్యాక్సిన్ పంపిణీలో విశేషానుభవం, సామర్థ్యం ఉంది. వ్యాక్సినేషన్ రంగంలో అతిపెద్ద, అనుభవం కలిగిన నెట్‌వర్క్ ఉంది. వాటిని పూర్తిగా వినియోగించుకుంటాం' అని ప్రధాని ఈ సందర్భంగా పేర్కొన్నారు. వ్యాక్సిన్ ధరలపై రాష్ట్రాలతో కేంద్రం చర్చలు జరిపి, ప్రజారోగ్యాన్ని పరిగణనలోకి తీసుకుని నిర్ణయాలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని చెప్పారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా ఉదయం 10.30 గంటలకు అఖిలపక్ష సమావేశం ప్రారంభమైంది. కాంగ్రెస్ తరఫున రాజ్యసభలో ఆ పార్టీ విపక్ష నేత గులామ్ నబీ ఆజాద్ మాట్లాడారు. టీఎంసీ నుంచి సుదీప్ బందోపాధ్యాయ్, ఎన్సీపీ నుంచి శరద్ పవార్, టీఆర్ఎస్ నుంచి నామా నాగేశ్వరరావు, శివసేన నుంచి వినాయక్ రౌత్ తమ అభిప్రాయాలను సమావేశం దృష్టికి తెచ్చారు. రక్షణ మంత్రి రాజ్‌నాథ్ సింగ్, హోం మంత్రి అమిత్‌షా, ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి హర్షవర్ధన్, పార్లమెంటరీ వ్యవహారాల మంత్రి ప్రహ్లాద్ జోషి, ఆ శాఖ సహాయ మంత్రులు అర్జున్ రామ్ మేఘ్వాల్, వి.మురళీధరన్ తదితరులు ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. దేశంలో కరోనా విజృంభించిన తర్వాత ప్రభుత్వం అఖిలపక్ష భేటీ నిర్వహించడం ఇది రెండోసారి.

8న భారత్ బంద్‌కు రైతుల పిలుపు

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) :కేంద్రం తీసుకువచ్చిన వ్యవసాయ చట్టాలకు నిరసనగా రైతులు తమ ఆందోళనను తీవ్రతరం చేయాలని నిర్ణయించారు. ఇందులో భాగంగా ఈ నెల 8న భారత్ బంద్‌కు పిలుపునిచ్చారు. మంగళవారం, గురువారం కేంద్ర ప్రభుత్వంతో జరిగిన చర్చల్లో ఎలాంటి పురోగతి కనిపించలేదు. శనివారం మరోసారి రైతుల సంఘాల నేతలతో సమావేశం కానున్నట్లు కేంద్ర వ్యవసాయశాఖ మంత్రి నరేంద్ర సింగ్ తోమర్ గురువారం ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. శనివారం జరిగే చర్చలకు ముందు సింఘు బోర్డర్‌లో రైతు సంఘాల నాయకులు శుక్రవారం విలేకరులతో మాట్లాడారు. కేంద్రం తీసుకువచ్చిన మూడు చట్టాలను రద్దు చేయాల్సిందేనన్నారు. ఈ నెల 5న కేంద్ర ప్రభుత్వానికి వ్యతిరేకంగా నిరసనలు చేపట్టాలని, ప్రధాని, కేంద్రం దిష్టిబొమ్మలను దహనం చేయాలని భారతీయ కిసాన్ యూనియన్ (బీకేయూ–లఖోవాల్) ప్రధాన కార్యదర్శి హెచ్ఎస్ లఖోవాల్ రైతులను కోరారు. అఖిల భారత కిసాన్ సభ ప్రధాన కార్యదర్శి హన్నన్ మొల్లా మాట్లాడుతూ నిరసనలను మరింత ఉధృతం చేస్తామని ప్రకటించారు. కేంద్రం చట్టాలను వెనక్కి తీసుకోవాల్సిందేనని స్పష్టం చేశారు. ఇదిలా ఉండగా దేశ రాజధాని సరిహద్దుల్లో రైతులు తొమ్మిదో రోజు నిరసనలు కొనసాగించారు.

అంతర్గత విషయాల్లో జోక్యం వద్దు..

కెనడా దౌత్యాధికారికి సమన్లు

హైదరాబాద్,డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : కొత్త వ్యవసాయ చట్టాలను వ్యతిరేకిస్తూ ఢిల్లీలో పంజాబ్ రైతులు చేపడుతున్న నిరసనలపై కెనడా ప్రధాని జస్టిన్ ట్రూడో ఇటీవల ఆందోళన వ్యక్తం చేసిన విషయం తెలిసిందే. ఈ అంశాన్ని సీరియస్‌గా తీసుకున్న భారత్.. ఇవాళ కెనడా హై కమిషనర్‌కు సమన్లు జారీ చేసింది. కెనడా ప్రధాని జస్టిన్ ట్రూడోతో పాటు ఆ దేశ ఎంపీలు .. రైతుల ఆందోళన పట్ల కామెంట్ చేయడం సరైందికాదని ఇండియా హెచ్చరించింది. కెనడా నేతల వ్యాఖ్యలతో రెండు దేశాల మధ్య బంధాలు బలహీనపడే అవకాశాలు ఉన్నట్లు భారత్ తన నిరసనలో పేర్కొన్నది. భారత అంతర్గత వ్యవహారాల్లో జోక్యం చేసుకోవడం ఆమోదయోగ్యం కాదు అని భారత్ ఆరోపించింది. ఇలాంటి చర్యలు ఇక ముందు కొనసాగితే, అప్పుడు రెండు దేశాల బంధాలపై ప్రభావం పడుతుందని భారత విదేశాంగశాఖ వెల్లడించింది. మీ నేతలు చేస్తున్న వ్యాఖ్యల వల్ల కెనడాలో ఉన్న భారత హై కమిషన్, కాన్సులేట్ల ముందు తీవ్రవాద కార్యక్రమాలు పెరిగినట్లు భారత్ ఆరోపించింది. ఇది భద్రతాపరమైన సమస్యగా మారుతోందని భారత్ తన హెచ్చరికలో పేర్కొన్నది.

పీసీసీ చీఫ్ ఉత్తమ్ రాజీనామా

హైదరాబాద్,డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) :గ్రేటర్ హైదరాబాద్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో హస్తం పార్టీకి ఓటర్లు పెద్ద షాకిచ్చారు. దీంతో పార్టీ ఓటమికి బాధ్యత వహిస్తూ తెలంగాణ పీసీసీ చీఫ్ ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి సంచలన నిర్ణయం తీసుకున్నారు. పీసీసీ అధ్యక్ష పదవికి ఆయన రాజీనామా చేశారు. రాజీనామా లేఖను ఏఐసీసీకి పంపనున్నారు. గ్రేటర్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ రెండు చోట్లే విజయం సాధించింది. ఉప్పల్, ఏఎస్‌రావునగర్‌లో ఇద్దరు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులు గెలుపొందారు.

అంబేడ్కర్ రాజనీతి ఉద్యమం
Ambedkar Rajaneethi Movement (ARM)
www.ambedkarrajaneethi.com

బహుజనుల కోసం డిమాండ్లు
1. మద్యపానాన్ని నిషేధించాలి
2. మహిళలకు అన్నింటా 50 శాతం రిజర్వేషన్ కల్పించాలి.
3. ఎస్సీ, ఎస్టీలకు ప్రత్యేక నియోజకవర్గాలను ఏర్పాటు చేయాలి.
4. న్యాయ వ్యవస్థలో రిజర్వేషన్లు కల్పించాలి.
5. వెనుకబడిన తరగతులకు చట్ట సభల్లో 50 - రిజర్వేషన్ కల్పించాలి.
6. ఎస్సీ లకు మత స్వేచ్ఛ కల్పించాలి.
7. బుద్ధుడు ప్రవచించిన సమతా భావాన్ని సమర్థించేలా చర్యలు చేపట్టాలి.
8. జనాభా నిష్పత్తి ప్రకారం అన్ని కులాలకు రిజర్వేషన్ కల్పించాలి.
9. రాజ్యాంగ హక్కుల పరిరక్షణకు పటిష్ట చర్యలు చేపట్టాలి.
10. రిజర్వేషన్ల అంశాన్ని రాజ్యాంగంలోని తొమ్మిదవ షెడ్యూల్ లో చేర్చాలి.
11. అందరికి ఉచిత విద్య కల్పించాలి. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ఇంగ్లీష్ మీడియంను ప్రవేశ పెట్టాలి.
12. ప్రైవేట్ విద్యాసంస్థలను రద్దు చేయాలి.
ఇప్పటికే ఉన్న ప్రైవేటు విద్యా సంస్థల్ని ప్రభుత్వం తన ఆధీనంలోకి తీసుకోవాలి.
13. ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు, ప్రజా ప్రతినిధులకు ప్రభుత్వ ఆస్పత్రుల్లోనే వైద్యం అందించాలి.
14. ప్రైవేట్ ఆస్పత్రులను రద్దు చేయాలి.
15. పరిశ్రమల్ని జాతీయం చేయాలి. ప్రైవేట్ రంగంలో నడిచే పరిశ్రమల్లో రిజర్వేషన్ కల్పించాలి.
16. ఆధార్ కార్డు ఉన్న ప్రతి పౌరుడికి 2,00,000/- రూపాయలు ఋణం ఇవ్వాలి.
సక్రమ చెల్లింపుపై తరువాత సంవత్సరం రెట్టింపు ఋణం ఇవ్వాలి.
17. భూమిలేని రైతులకు ప్రభుత్వ/దేవాలయ లేదా ఇతరత్రా ఏదైనా 4 ఎకరాల భూమి ఇవ్వాలి.
18. ప్రతీ కుటుంబానికి పక్కా ఇల్లు నిర్మించాలి.
19. వలసలను అరికట్టేందుకు ఎక్కడికి అక్కడే గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో సరికొత్త సాంకేతిక వ్యవసాయ, కుటీర పరిశ్రమలు ఏర్పాటు చేయాలి.
20. వ్యవసాయానికి ప్రాధాన్యం ఇచ్చి సేంద్రియ ఎరువుల వాడకాన్ని ప్రోత్సహించాలి.
21. రైతు పండించిన పంటకు గిట్టుబాటు ధరలను ముందుగానే ప్రకటించాలి.
ఇటువంటి విలువైన అంశాలు ఇంకా ఏవైనా ఉంటే దయచేసి మా దృష్టికి తీసుకురండి.

ఆహ్వానం
అంబేడ్కర్ రాజనీతి ఉద్యమంలో భాగస్వాములుగా చేరేందుకు బహుజనులందరికీ ఆహ్వానం.
జై భీం, జై ఫూలే, జై బహుజన
సెంట్రల్ వర్కింగ్ కమిటీ
అంబేడ్కర్ రాజనీతి మూవ్ మెంట్

ప్రజాప్రతినిధుల తీరుతో అధికారులకు ముచ్చెమటలు

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : ఇద్దరు నాయకుల తీరుతో అక్కడ అధికారులకు విధులు కత్తిమీద సాములాగా మారాయి.ఓ వైపు అధికారి పార్టీ జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్,మరోవైపు రాష్ట్ర ప్రతిపక్షనేత.దీంతో అధికారక కార్యక్రమాలు చేయాలంటే అధికారులకు తలనొప్పిగా మారింది. ఖమ్మం జిల్లా మధిరలో సిఎల్పీ లీడర్ భట్టివిక్రమార్క, జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లింగాల కమల్ రాజు లను ప్రోటోకాల్ వ్యవహారంలో సమన్వయం చేయటానికి అధికారులు నానా తంటాలు పడుతున్నారు.కరవమంటే కప్పకు కోపం విడవమంటే పాముకు కోపం అన్నచందంగా అధికారులు ఎవరికి చెప్పాలో తెలియక అధికారులు భయంతో వణికిపోతున్నారు. ఇటీవల మధిరలో వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ,సీసీఐ ఆధ్వర్యంలో పత్తికొనుగోలు కేంద్రం ప్రారంభోత్సవానికి స్థానిక ఎమ్మెల్యే సిఎల్పీ లీడర్ భట్టివిక్రమార్క,జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లింగాల కమల్రాజును అధికారులు ఆహ్వానించారు.మొదట 10:30 గంటలకు ప్రారంభోత్సవమని సమాచారం ఇచ్చి 30 నిముషాలు ఆలస్యంగా 11 గంటలకు కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈలోపు మార్కెట్ యార్డుకు ముందుగా చేరుకున్న జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లింగాల కమల్రాజు సీసీఐ ప్రారంభించి వెళ్లిపోయారు.15 నిముషాలు ఆలస్యంగా వచ్చిన సిఎల్పీ లీడర్ భట్టివిక్రమార్క అధికారుల తీరుపై మండిపడ్డారు.జరిగిన సంఘటన పై భట్టి మార్కెటింగ్ శాఖ అధికారుల పై ఉన్నతాధికారులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. దీంతో మధిర మార్కెట్ యార్డ్ సెక్రెటరీని సస్పెండ్ చేస్తూ అధికారులు ఉత్తర్వులు జారీచేశారు.మధిర నియోజకవర్గంలో ఏ అధికారిక కార్యక్రమాలు జరిగినా నిబంధనల ప్రకారం స్థానిక ఎమ్మెల్యేని ఆహ్వానించాల్సిన బాధ్యత అధికారులపై ఉంది.అయితే అధికార పార్టీ నాయకుల అత్యుత్సాహంతో కొందరు అధికారులు ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. అదేవిదంగా స్థానిక ఎమ్మెల్యే భట్టి విక్రమార్క కూడా అధికారిక కార్యక్రమాలకు సమయపాలన పాటించకపోవటంతో వివాదాలకు దారితీస్తోంది. ఏదిఏమైనా ఇరుపార్టీల నాయకులు,అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసుకుంటూ పోవాలని నియోజక వర్గ ప్రజలు కోరుతున్నారు.

ఒకటో వార్డులో గ్రీన్ ఫ్రైడే

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : గ్రీన్ ఫ్రైడే కార్యక్రమంలో భాగంగా ఒకటో వార్డులో కౌన్సిలర్ పగిడిపల్లి విజయమ్మ గారి ఆధ్వర్యంలో దోమల నివారణ కార్యక్రమం, మొక్కలను పెంచడం వల్ల వచ్చే ఉపయోగాలు గురించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించడం జరిగింది .ఈ కార్యక్రమంలో వార్డ్ ఇంచార్జ్ గోపికృష్ణ వార్డు ప్రజలు పాల్గొనడం జరిగింది.

కాంగ్రెస్ కమిటీ కార్యాలయంలో సంబరాలు

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : మధిర నియోజకవర్గ యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులుగా తుమాటి నవీన్ రెడ్డి విజయం సాధించడం పట్ల శుక్రవారం మండల కాంగ్రెస్ కమిటీ కార్యాలయంలో మండల అధ్యక్షులు సురాం శెట్టి కిషోర్ ఆధ్వర్యంలో కేక్ కట్ చేసి సంబరాలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పట్టణ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు మిరియాల రమణ గుప్తా కర్నాటి రామారావు దారా బాలరాజు అద్దంకి రవి కుమార్ ఉద్దండయ్య కోరంపల్లి చంటి తిరువీధుల వెంకటేశ్వర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజాపాలన

జాతీయ తెలుగు దినపత్రిక తెలుగురాష్ట్రాల్లో విస్తృత పర్చేందుకు మా బిజినెస్ అసోసియేట్స్‌ను మీకు పరిచయం చేస్తున్నాం. దిగువ ఇవ్వబడిన బిజినెస్ అసోసియేట్స్ 'ప్రజాపాలన' జాతీయ తెలుగు దినపత్రికలో వార్తా సంబంధ విషయాల్లో,ప్రకటనలు స్వీకరించేందుకు,ప్రజాపాలన దిన పత్రిక చందా విషయమై ఎప్పుడూ మీకు అందుబాటులో ఉంటారు.

బిజినెస్ అసోసియేట్స్-టెలిఫోన్ నెంబర్లు

తల్లనారాయణ దాస్	-	చేవెళ్ల	-	9849526878
డి. వరప్రసాద్	-	తెల్లాపూర్	-	9553999990
గణేష్	-	బాలాపూర్	-	7993047109
నరోత్తమ్‌రెడ్డి	-	మేడిపల్లి	-	9346970159
వెంకటచారి	-	మందమర్రి	-	9440868581
పి. లక్ష్మీనారాయణ గౌడ్	-	కొల్చారం	-	9912532909
వెంకటస్వామి	-	మంచిర్యాల	-	9515048103
టి. సురేష్‌చారి	-	ఆసిఫాబాద్	-	9000983108
అన్వర్ బాషా	-	కుత్బుల్లాపూర్	-	7993047109
కళ్యాణ్ సి.ఎం.	-	కూకట్‌పల్లి	-	7842672389
ఎం. గైబులు	-	వికారాబాద్	-	9704570475

డ్రగ్స్‌కు వ్యతిరేకంగా అవగాహన సైకిల్ యాత్ర

పాలేరు నేలకొండపల్లి డిసెంబర్ 4 ప్రజాపాలన : ఖమ్మం జిల్లాలో డ్రగ్స్ కు వ్యతిరేకంగా అవగాహన యాత్ర ను ఖమ్మం జిల్లా ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు ప్రారంభించారు. ఈ యాత్ర ఖమ్మం జిల్లా నేలకొండపల్లి మండలం పైనంపల్లి నుంచి మొదలై సత్తుపల్లి లో ముగుస్తుందని వారు తెలిపారు.డ్రగ్స్ వాడకానికి వ్యతిరేకంగా ప్రజలను చైతన్యపరిచేందుకు ఈ సైకిల్ యాత్రను చేపట్టారు. గంజాయి వంటి మాదకద్రవ్యాలకు వ్యతిరేకంగా యువతను జాగృతం చేయడం తో పాటు ఎక్సైజ్ శాఖ పై ప్రజలకు ఉన్న దురభిప్రాయంను పోగొట్టడం. ఎక్సైజ్ శాఖ పరంగా ప్రజలకున్న ఇబ్బందులను తెలుసుకుని వాటిని పరిష్కరించే ప్రయత్నం చేస్తామన్నారు. ఈ సైకిల్ యాత్ర లో యువత ను డ్రగ్స్ కు బానిసలుగా కాకుండా చైతన్య పరచడం,డ్రగ్స్ అమ్మకాలకు సంబంధించిన కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటే నార్కొటిక్ చట్టాలు, శిక్షలు ఎంత కఠినంగా ఉంటాయో ప్రజలకు వివరిస్తామన్నారు. అంతేకాకుండా సైకిల్ యాత్ర ద్వారా పర్యావరణ ప్రాముఖ్యత ను కూడా తెలియజేయవచ్చన్నారు. యాత్ర ఒక్కటే కాకుండా డ్రగ్స్ వాడకం పై అనర్థాలను పోస్టర్లు, బ్యానర్ల ద్వారా కూడా ప్రజలకు తెలియజేస్తామని ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు తెలిపారు.ఆ శాఖ పారదర్శకతను, నిజాయితీని తెలియజేస్తూ డిపార్టుమెంటు ప్రతిష్టను పెంచడం కూడా ఈ యాత్ర లో భాగమని ఖమ్మం ఎక్సైజ్ శాఖ సూపరెంటెంట్ సోమిరెడ్డి తెలిపారు.ఈ సైకిల్ యాత్ర150 కిలోమీటర్ల వరకు చేపట్టామని ఆయన అన్నారు.ఈ యాత్ర లో ఏఈఎస్ కిరణ్ కుమార్, పలువురు సీఐ లు ఎస్ఐ లు పాల్గొన్నరు.

రైతు సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ సిపిఎం ఆధ్వర్యంలో రాస్తారోకో

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన రైతు వ్యతిరేక చట్టాలను వెంటనే రద్దు చేయాలని కోరుతూ ఢిల్లీలో రైతులు చేస్తున్నటువంటి ఉద్యమంపై కేంద్ర ప్రభుత్వం నిరంకుశంగా వ్యవహరించడాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ లిసిపిఎం పార్టీ ఆధ్వర్యంలో రైతులు రోడ్డుపై ట్రక్కులు ఉంచి వ్యవసాయ పనిముట్లు పశువుల నుంచి నిరసన తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి సిపిఎం పార్టీ మండల కార్యదర్శి లిమందా సైదులులి పార్టీ పట్టణ కార్యదర్శి లిశీలం నరసింహారావులి మాట్లాడుతూ అన్నం పెట్టే అన్నదాత పై బిజెపి సర్కార్ లాఠీచార్జిలు నీటి ఫిరంగులను ప్రయోగించడం రైతాంగాన్ని అన్నం పెట్టే అన్నదాత ని అవమానించడమే అని అన్నారు వెంటనే రైతు వ్యతిరేక కార్మిక వ్యతిరేక చట్టాలను రద్దు చేయాలని లేని పక్షంలో సిపిఎం పార్టీ ఆధ్వర్యం లో ప్రతి గ్రామంలో రైతులు ఉద్యమ ఇస్తారని ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించారు ఈ కార్యక్రమంలో సిపిఎం పార్టీ మండల నాయకులు మద్దాల ప్రభాకర్ మల్లవరం సర్పంచ్ మంద డపు ఉపేంద్ర ఓట్ల లిశంకర్రావు నాయుడు శ్రీరాములు ఉద్దండ సాహెబ్ కొంగర విశ్వేశ్వరరావు కుక్క మోహన్ రావు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో సంఘీభావంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ రైతు సంఘం నాయకులు దుంప వెంకటేశ్వర్ రెడ్డి టిడిపి కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

అంజుమన్ ముస్లిం వెల్ఫేర్ కమిటీ ద్వారా పేద ప్రజలకు పెన్షన్ పంపిణీ

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : అంజుమన్ ముస్లిం వెల్ఫేర్ కమిటీ, మధిర,. వారి ఆధ్వర్యంలో పేదలను ఆదుకోవాలి అనే ఉద్దేశ్యంతో 12 మంది నిరుపేదలకు నెలకు 200/- చొప్పున పెన్షన్ అందజేయాలని నిర్ణయించి.. ఈరోజు మధిర ముస్లిం బజారు నుంచి షైక్ జాన్ బి,ఖాసింబి, అహ్మదాబి... స్టేషన్ బజార్ నుంచి షైక్ ఖాతున్ బి,రసూల్ బి, లడక్ బజార్ నుంచి షైక్ నజీర్ బి,షైక్ మహబూబ్ బి,షైక్ ప్యారి జాన్, బంజారా కాలనీ నుంచి షైక్ రహం తుల్లాహ్, వాహిదా బేగం, ముస్లిం కాలనీ నుంచి శ్రీమతి సొక్రాబి, షైక్ సులేమాన్ గార్లకు అందజేయడం జరిగింది..వీరికి షైక్ మహబూబ్ సుభాని, షైక్ నగుల్ మీరా, షైక్ మహబూబ్ (వెటర్నరీ), సయ్యద్ సాదిక్,సయ్యద్ బుడెన్ గార్లు, ఆర్థిక సహాయం అందజేశా రు. ఈ సందర్భంగా కమిటీ అధ్య క్షులు సయ్యద్ అబ్దుల్ కరీం మాట్లా డుతూ అల్లాహ్ దయ తో ఈ కార్యక్రమం ప్రారంభించామని ఈ డిసెంబర్ నెల నుంచి ప్రతి నెల పెన్షన్ పంపిణీ జరుగుతుంది అని చెప్పారు. ఈ కార్యక్ర మంలో ఉపాధ్యక్షులు ముఫ్తి యాసిన్ గారు, కార్యదర్శి గౌసుద్దీన్ ,సహాయ కార్యదర్శి ముజాహిద్, కోశాధికారి మహబూబ్, సభ్యులు, గౌరవ సలహాదారులు పాల్గొన్నారు.

డ్రగ్స్‌కు వ్యతిరేకంగా అవగాహన సైకిల్ యాత్ర

పాలేరు నేలకొండపల్లి డిసెంబర్ 4 ప్రజాపాలన : ఖమ్మం జిల్లాలో డ్రగ్స్ కు వ్యతిరేకంగా అవగాహన యాత్ర ను ఖమ్మం జిల్లా ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు ప్రారంభించారు. ఈ యాత్ర ఖమ్మం జిల్లా నేలకొండపల్లి మండలం పైనంపల్లి నుంచి మొదలై సత్తుపల్లి లో ముగుస్తుందని వారు తెలిపారు. డ్రగ్స్ వాడకానికి వ్యతిరేకంగా ప్రజలను చైతన్య పరిచేందుకు ఈ సైకిల్ యాత్రను చేపట్టారు. గంజాయి వంటి మాదకద్రవ్యాలకు వ్యతిరేకంగా యువతను జాగృతం చేయడం తో పాటు ఎక్సైజ్ శాఖ పై ప్రజలకు ఉన్న దురభిప్రాయంను పోగొట్టడం. ఎక్సైజ్ శాఖ పరంగా ప్రజలకున్న ఇబ్బందులను తెలుసుకుని వాటిని పరిష్కరించే ప్రయత్నం చేస్తామన్నారు.ఈ సైకిల్ యాత్రలో యువతను డ్రగ్స్‌కు బానిసలుగా కాకుండా చైతన్య పరచ డం, డ్రగ్స్ అమ్మకాలకు సంబంధిం చిన కార్యక్రమాలలో పాల్గొంటే నార్కొటిక్ చట్టాలు, శిక్షలు ఎంత కఠినంగా ఉంటాయో ప్రజలకు వివరిస్తామన్నారు. అంతేకాకుండా సైకిల్ యాత్ర ద్వారా పర్యావరణ ప్రాముఖ్యతను కూడా తెలియజే యవచ్చన్నారు. యాత్ర ఒక్కటే కాకుండా డ్రగ్స్ వాడకంపై అనర్థాలను పోస్టర్లు, బ్యానర్ల ద్వారా కూడా ప్రజలకు తెలియజేస్తామని ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు తెలిపారు. ఆ శాఖ పారదర్శకతను, నిజాయితీని తెలియజేస్తూ డిపార్టుమెంటు ప్రతిష్టను పెంచడం కూడా ఈ యాత్ర లో భాగమని ఖమ్మం ఎక్సైజ్ శాఖ సూపరెంటెంట్ సోమిరెడ్డి తెలిపారు.ఈ సైకిల్ యాత్ర150 కిలోమీటర్ల వరకు చేపట్టామని అన్నారు. ఈ యాత్ర లో ఏఈఎస్ కిరణ్ కుమార్, పలువురు సీఐలు ఎస్ఐలు పాల్గొన్నారు.

ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రం ప్రారంభం

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : మధిర మండల పరిధిలో సిరిపురం,మాటూరుపేట,రాయపట్నం గ్రామాలలో ఐకెపి వారి ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన ధాన్యం కొనుగోలు కేంద్రాన్ని ప్రారంభించిన జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లింగాల కమల్ రాజు . ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఒక్కరైతుముఖంలో చిరునవ్వు చూడాలన్నదే కెసిఆర్ ఆకాంక్ష అన్నారు. మధిర మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ చిత్తారి నాగేశ్వరరావు, మధిర టిఆర్ఎస్ మండల పార్టీ అధ్యక్షులు రావూరి శ్రీనివాసరావు, సొసైటీ అధ్యక్షులు కత్తి కల సీతారామిరెడ్డి, కర్నాటి శ్రీనివాసరావు, కరివేద సుధాకర్, సిరిపురం సర్పంచ్ కనక పూడి పెద్ద బుచ్చయ్య, ఎంపీటీసీ నంద్రు కుమారి, చావ వేణు, మాటూరు పేట సర్పంచ్ రావూరి శివ నాగ కుమారి, మాటూరు పేట ఎంపిటిసి అడపాల వెంకటేశ్వరరావు, రాయపట్నం సర్పంచ్ నంద్రు కుమారి, తెళ్ళ కొండయ్య, ఉమ,ఓంకార్, ఐకెపి సిబ్బంది రైతులు గ్రామ మండల ముఖ్య నాయకులు కార్యకర్తలు హాజరయ్యారు.

అయ్యప్ప స్వామి మహాపడిపూజ

లి ఈనెల 6న తాండూరు అయ్యప్ప ఆలయంలో నిర్వహణ

లి జడ్పి చైర్ పర్సన్ సునీతామహేందర్ రెడ్డి

వికారాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి, డిసెంబర్ 4 (ప్రజాపాలన) : పట్నం ఫామిలీ ఆధ్వర్యంలో అయ్యప్ప స్వామి మహాపడిపూజ ఈనెల 6న తాండూరు అయ్యప్ప ఆలయంలో నిర్వహించనున్నామని జడ్పి చైర్ పర్సన్ సునీతా మహేందర్ రెడ్డి శుక్రవారం ఒక ప్రఅకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. ఈ నెల 6న(ఆదివారం) ఉదయం 9.30 గంటల నుంచి తాండూరు అయ్యప్ప స్వామి ఆలయంలో మహా పడిపూజ నిర్వహిస్తు న్నట్లు జడ్పి చైర్ పర్సన్ సునీతా మహేందర్ రెడ్డి తెలిపారు. ప్రతి సంవత్సరం తమ కుటుంబం ఆధ్వర్యంలో పడిపూజ చేస్తున్నామని, ప్రజల క్షేమం కోరుతూ చేపట్టిన మహాపడిపూజ కార్యక్రమానికి అయ్యప్ప స్వామి మాల దారులు, పార్టీలకు అతీతంగా నాయకులు, అధికారులు, అభిమానులు, కార్యకర్తలు, శ్రేయోభిలాషులు, ప్రజలు అందరు హాజరు కావాలని కోరారు. పూజకు హాజరయ్యే ప్రతీ ఒక్కరు కోవిడ్ నిబంధనలు పాటించాలని సూచించారు.

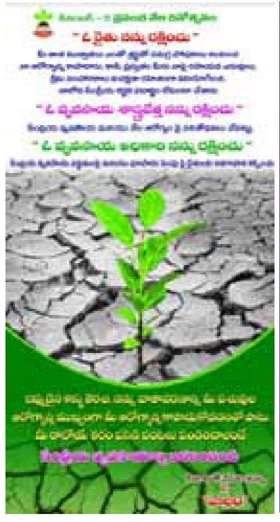
ఘనంగా మల్లు నందిని జన్మదిన వేడుకలు

మధిర, డిసెంబర్ 5, ప్రజాపాలన : మధిర నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు మరియు తెలంగాణ రాష్ట్ర సీఎల్పీ నేత మల్లు భట్టి విక్రమార్క, సతీమణి , అమ్మ ఫౌండేషన్ చైర్మన్ మల్లు నందిని విక్రమార్క తెలుగు జన్మదిన వేడుకలను మధిర కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటుచేసిన భారీ కేకును కట్ చేసిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులకు మరియు కార్యకర్తలు, ఈ కార్యక్రమంలో మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు సూరం శెట్టి కిషోర్,టౌన్ పట్టణ అధ్యక్షుడు రమణ గుప్తా,ఎస్సీ సెల్ మండల అధ్యక్షులు ధారా బాలరాజు,పట్టణ బీసీ సెల్ అధ్యక్షులు బిట్ర ఉద్దండయ్య, యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు అద్దంకి రవి కుమార్, ఐఎన్టియుసి మండల అధ్యక్షులు కోరంపల్లి చంటి, మాజీ సర్పంచ్ కర్నాటి రామారావు, పారుపల్లి విజయ్ కుమార్, నియోజకవర్గ యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు నవీన్ రెడ్డి, తిరువీధుల వెంకటేశ్వర్లు , కొండల ప్రసాదు, జింకల కోటేశ్వరరావు, కోట డేవిడ్ పాల్గొన్నారు.

పశువుల ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే నట్టల మందు వేయించాలి : సర్పంచ్ ఉమారాణి గోపాల్ రెడ్డి

మర్పల్లి : డిసెంబర్ 4 ప్రజా పాలన : పశువులు ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు వెంట నరి డాక్టర్లు సూచించిన మేరకు మేకలకు గొర్రెల పశువులకు నట్టల మందులు వేయించి గొర్రె మేకలను కాపాడుకోవాలని పెద్దాపూర్ గ్రామ సర్పంచ్ ఉమా రాణి గోపాల్ రెడ్డి అన్నారు ఈ సందర్భంగా మర్పల్లి మండల పరిధిలోని పెద్దాపూర్ గ్రామంలో శుక్రవారం స్థానిక గ్రామ సర్పంచ్ ఉమారాణి గోపాల్రెడ్డి సంబంధిత వెటర్నరీ డాక్టర్లతో మేకల గొర్రెలకు నట్టల మందు వేసేందుకు పశువుల కాపరులకు అవగాహన కల్పించారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ పెద్దాపూర్ గ్రామంలో పశువుల కాపరులకు గొర్రెలు మేకలు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే నట్టల మందు గొర్రె మేకలకు తా పాలని తెలిపారు ఈ క్రమంలో అదే గ్రామానికి చెందిన ఓ వ్యక్తి మేకలకు స్థానిక సర్పంచ్ ఉమారాణి గోపాల్ రెడ్డి నట్టల మందులు మేకలకు వేసి సూచించారు ఈ కార్యక్రమంలో వెటర్నరీ డాక్టర్ సిబ్బంది హరిప్రియ. కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

నేడు ప్రపంచ మృత్తిక దినోత్సవం



మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి, డిసెంబర్ 4, ప్రజాపాలన : పుడమి ఉన్నంతకాలం జీవం ఉంటుందని ,నేలను కలిసితం చేయకుండా భావితరాలకు అందించాలని కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం,బెల్లంపల్లి ప్రోగ్రామ్ కో- ఆర్డినేటర్ డా. ఎం.రాజేశ్వర్ నాయక్ పేర్కొన్నారు. ప్రపంచ నేల దినోత్సవం పురస్కరించుకుని శుక్రవారం ప్రజాపాలన తో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన వ్యక్తం చసిన అబిప్రాయాలు. పెరుగుతున్న ప్రపంచ జనాభాకి ఆహార భద్రత కల్పించే లక్ష్యంతో మొదలైన హరిత విప్లవం ఒకవైపు ఆహార భద్రతను కల్పించడంతో పాటు మరోవైపు సాంద్రతర వ్యవసాయ పద్ధతుల వల్ల రసాయన ఎరువుల వాడకం విచ్చలవిడిగా పెరిగిపోయి నేల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నది. నేటి పర్యావరణ సంక్షోభంలో భూమి తన సారాన్ని కోల్పోయి ఎడారులుగా మారడం అనేది మనముందున్న అతిపెద్ద సమస్య. ఈ ఎడారికరన జీవ వైవిధ్యాన్ని దెబ్బతీయడంతో పాటు వ్యవసాయ రంగంపై తీవ్ర ప్రభావాన్ని చూపిస్తుంది. ఇప్పటికే మన దేశంలో 30% పైగా నేలలు ఎడారులుగా మారాడమో లేదా వ్యవసాయానికి పనికిరాకుండా సారాన్ని కోల్పోవడమో జరిగింది. ఈ ఎడారికరణపై ప్రచురితం అవుతున్న అధ్యయనాలు రానున్న కాలంలో వ్యవసాయ రంగం ముందు ఉన్న సవాళ్ళను తెలియజేస్తున్నాయి.

నేల మూలాలు..

నేడు పెరుగుతున్న జనాభాకి ఆహారం అందించాలన్న ఆలోచన వల్ల మరియు అవగాహన లోపంతో అతిగా వాడుతున్న రసాయన ఎరువుల వల్ల మనం నేల యొక్క సమతుల్యతను మరియు ఆరోగ్యాన్ని తీవ్రంగా ప్రభావం చేస్తున్నాము. కానీ అదే నేల ఏర్పడి వ్యవసాయానికి అనుకూలంగా మారాలి అంటే జరిగే క్రమంపై మానవాళికి సరియైన అవగాహన లేదు. నేల ఏర్పడాలంటే శిలలు క్రమక్షయం ద్వారా స్థితిగత చెంది భౌతిక మార్పుల ద్వారా తమ అఖండత్వాన్ని కోల్పోయి మరియు రసాయన చర్యల ద్వారా మూల పదార్థం విడిపోయి పెద్ద రాళ్ళు చిన్న రాళుళ్గా, చిన్న రాళ్ళు గులక రాళ్ళుగా , గులకరాళ్ళు గండు ఇసుకగా, గండు ఇసుక సన్న ఇసుకగా, సన్న ఇసుక ఒండ్రు మట్టిగా, ఒండ్రు మట్టి బంక మట్టిగా మారుతుంది. ఈ క్రమంలో పెద్ద రాళ్ళ నుండి బంక మట్టి ఏర్పడడానికి 600 - 1000 సంవత్సరాల సమయం పడుతుంది. మానవాళి మనుగడకు ముఖ్యమైన నేల యొక్క ప్రాముఖ్యతను తెలుసుకొని దాని పరిరక్షణకు అడుగులు వేయడం మనందరి బాధ్యత.

జీవ వైవిధ్యానికి ఆటంకం

భూమిలో ఉండే కోట్లాది సూక్ష్మజీవులు స్వభావ సిద్ధంగా నేల యొక్క ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందిస్తూ వ్యవసాయ రంగానికి గొప్ప సేవ చేయడంతో పాటు జీవ వైవిధ్యాన్ని కాపాడడంలో ప్రముఖ పాత్ర పోషిస్తాయి. కొన్ని సూక్ష్మ జీవులు మొక్కలకు నీటిని మరియు ప్రాణ వాయువును అందిస్తే మరికొన్ని నేల యొక్క భౌతిక స్థితిని మెరుగు పరిచి మొక్కల పెరుగుదలకు దోహదపడతాయి. ఇంకొన్ని సూక్ష్మజీవులు నేలలో నత్రజనిని స్థిరీకరించి ఎరువుల ఉపయోగంపై ఉన్న ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. అదేవిధంగా రైతు నేస్తంగా పిలువబడే వానపాములు నేలలో సేంద్రియ పదార్థాలను కంపోస్టుగా మార్చడంతో పాటు నేలలో గాలి మరియు నీటి ప్రసరణ పెంపొందించి పంటకు ఎంతగానో దోహదపడతాయి. ఇలాంటి ఉపయోగకరమైన సూక్ష్మజీవులను మరియు ఇతర జీవులను అవగాహన లోపంతో అధిక రసాయన ఎరువులను వాడి తీవ్రంగా నష్టపరుస్తున్నాం. అడవులను నరికివేయడం వల్ల మరియు మురుగు వ్యవస్థ లేని సాగు నీటి పద్ధతుల వల్ల భూమిలోని సూక్ష్మ జీవులకు నష్టం జరిగి జీవ వైవిధ్యం దెబ్బతింటుంది. రైతులు ఉపయుక్తకరమైన సూక్ష్మజీవులు మరియు ఇతర జీవరాశుల గురించి అవగాహన పెంచుకోవడం మరియు వాటిని మన వ్యవసాయ పద్ధతులలో ఒక భాగంగా మార్చుకోవడం వల్ల భూమి యొక్క ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటమే కాక ఆరోగ్యకరమైన వ్యవసాయం వైపు అడుగులు వేసిన వాళ్ళం అవుతాం.

ప్రపంచ నేల దినోత్సవం ప్రాధాన్యత

ప్రపంచ జనాభాకు ఆహారాన్ని అందిస్తున్న వ్యవసాయానికి అతి ముఖ్యమైన నేల యొక్క ప్రాముఖ్యతను గుర్తించడంతో పాటు ప్రజలలో అవగాహన కల్పించడానికి ఏటా డిసెంబర్ 5 వ తారీఖున "ప్రపంచ మృత్తిక దినోత్సవం"గా ప్రకటించడం జరిగింది.

నేలను కాపాడుకోలేమా

నేల ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకొని పర్యావరణానికి అనుకూలమైన వ్యవసాయ పద్ధతులను పాటించాలి. సేంద్రియ ఎరువులు, జీవ సంబంధిత పురుగు మందులు, పచ్చి రొట్ట ఎరువులను వినియోగించడం ద్వారా నేల యొక్క ఆరోగ్యాన్ని పెంపొందించవచ్చును. పంటల మార్పిడి మరియు అంతర పంటలను వేయడం ద్వారా నేలలో మూలకాల సమతుల్యతను కాపాడటమే కాకుండా నేలను కోత నుండి రక్షించవచ్చును. కొండ ప్రాంతాల్లో పోడు వ్యవసాయాన్ని నియంత్రించడంతో పాటు వాలుకు అభిముఖంగా పంటలను వేసుకోవడం వల్ల నేల కోతను అరికట్టవచ్చును. ఆధునిక పద్ధతులను ఉపయోగించి నీటి వినియోగాన్ని సమర్థవంతంగా చేపట్టడం వల్ల అధిక మొత్తంలో పంటలను తక్కువ నీటి వ్యయంతో పండించవచ్చును. భూసార పరీక్షల ఆధారంగా ఎరువులను ఉపయోగించుకోవడంతో పాటు సమగ్ర చీడపీడల యాజమాన్యాన్ని చేపట్టడం అవసరం. సాధ్యమైనంతవరకు అందుబాటులో ఉన్న సేంద్రియ పదార్థాలు మరియు పంట మిగుళ్ళతో భూమిని కప్పి ఉంచుకోవడం వల్ల భూమిలోని తేమను కాపాడుకోవడంతో పాటు భూసారాన్ని పెంపొందించుకోవచ్చు. నేడు మన ముందున్న నేలను బాధ్యతతో మరియు సమర్థవంతంగా వాడుకోవడం వల్ల రానున్న తరాలకి వ్యవసాయానికి ఉపయోగకరమైన నేలను అందించిన వాళ్ళం అవుతాం. డిసెంబర్ 5 వ తేది- 2020 న 'నేలను సజీవంగా ఉంచుదాం - జీవ వైవిధ్యాన్ని కాపాడుదాం' అనే నినాదంతో ప్రపంచం మొత్తం ప్రపంచ మృత్తిక దినోత్సవాన్ని జరుపుకుంటుంది.

2023లో అధికారమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తాం:బండి

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

కాగా 2023లో తెలంగాణలో అధికారమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తామని బండి సంజయ్ పేర్కొన్నారు. కాగా గ్రేటర్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో అనూహ్యంగా హంగ్ ఏర్పడడంతో ఏ పార్టీకి స్పష్టమైన మెజార్టీ దక్కలేదు. టీఆర్ఎస్ 56 స్థానాలు సాధించి గ్రేటర్ పరిధిలో అతి పెద్ద పార్టీగా అవతరించగా.. బీజేపీ 49, ఎంఐఎం 43, కాంగ్రెస్ 2 స్థానాల్లో గెలుపొందాయి. కాగా 100 స్థానాల్లో పోటీ చేసిన టీడీపీ ఒక్కస్థానం గెలవకపోగా చాలా చోట్ల డిపాజిట్లు గల్లంతవ్వడం విశేషం.

మధిరలో బిజెపి సంబరాలు

మధిర, డిసెంబరు 05 (ప్రజాపాలన) : ఈరోజు మధిర పట్టణంలో జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికల్లో భారతీయ జనతా పార్టీ నాలుగు స్థానాలు నుంచి 40 పైగా స్థానాలలో విజయం సాధించడాన్ని భారతీయ జనతా పార్టీ మధిర పట్టణ శాఖ పట్టణంలో బాణసంచా కాల్చి హర్షం వ్యక్తం చేసిన భారతీయ జనతా పార్టీ ఈరోజు రాష్ట్రంలోని అధికారాన్ని అడ్డం పెట్టుకొని డబ్బులతో ఓట్లు కొని రాజకీయం చేద్దామనుకున్నా అది అధికార టీఆర్ఎస్ పార్టీకి చెంప పెట్టువంటివని ఈ ఎన్నికల ఫలితాలు రుజువు చేస్తున్నాయి మీరు ఎన్ని కుట్రలు చేసినా ఎంతగా ప్రజలను మభ్యపెట్టాలని చూసిన ప్రజా ఆశీర్వాదం ఈరోజు బిజెపి కుందని ఈ ఫలితాలు రుజువు చేస్తున్నాయి ఇకనైనా రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీరు మార్చుకోకపోతే రాబోయే రోజుల్లో ని తగిన గుణపాఠం చెప్పడానికి తెలంగాణ సమాజం ఎదురుచూస్తుంది అన్న విషయాన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం గుర్తు చేసుకోవాలని భారతీయ జనతా పార్టీ నుంచి విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం.. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షుడు పాపట్ల రమేష్ బీజేవైఎం జిల్లా నాయకులు రామ్ శెట్టి నాగేశ్వరరావు బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు డివిజన్ సోమేశ్వరరావు బిజెపి జిల్లా నాయకులు కొంచెం కృష్ణారావు గారు మా నరసింహారావు గారు కాశీ నాగభూషణం గారు బొడ్డు మాధవ సాయి గారు చాట్ల సందీప్ గారు బియ్యపు రామకృష్ణ పగడాల నాగేంద్రబాబు కొల్లా రఘురాం జైపాల్ దినకర్ రాకేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సింధుకు ప్రగతిభవన్ నుంచి పిలుపు..!

(మొదటి పేజీ తరువాయి)

తరుపున గెలిచిన సింధు ఆదర్శ్ రెడ్డిని ప్రగతి భవన్‌కు రావాలని అధిష్టానం కబురు పెట్టింది. మేయర్ అభ్యర్థిగా సింధు ఆదర్శ్ రెడ్డిని ప్రకటించేందుకే అధిష్టానం ఆమెను ప్రగతి భవన్‌కు పిలిచినట్లు సమాచారం. భారతి రెడ్డి మెదక్ ఎమ్మెల్సీ భూపాల్ రెడ్డి కోడలు కావడం గమనార్హం. ఈసారి మేయర్ పీఠం మహిళకే కేటాయించడంతో సింధు ఆదర్శ్ రెడ్డికే దాదాపుగా ఆ అవకాశం దక్కే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి.నిజానికి ప్రస్తుత హైదరాబాద్ మేయర్ బొంతు రామ్మోహన్ సతీమణి శ్రీదేవి,ఖైరతాబాద్ కార్పోరేటర్ విజయా రెడ్డిలు కూడా హైదరాబాద్ మేయర్ పీఠంపై ఆశలు పెట్టుకున్నారు. అయితే ఈ ఇద్దరినీ పక్కనపెట్టి టీఆర్ఎస్ అధిష్టానం సింధు వైపే మొగ్గుచూపుతున్నట్లు తెలుస్తోంది.

45 వేల పాయింట్ల వద్ద సెన్సెక్స్ ట్రేడింగ్..

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4, ప్రజాపాలన :జీడీపీ వృద్ధి రేటును రిజర్వ్ బ్యాంక్ సవరించడంతో.. భారత స్టాక్ మార్కెట్లు దూసుకువెళ్తున్నాయి. ఇవాళ సెన్సెక్స్ తొలిసారి 45 వేల మార్క్‌ను దాటింది. ఈ ఏడాది జీడీపీ వృద్ధి మైనస్ 9.5 నుంచి మైనస్ 7.5కి చేరనున్నట్లు ఇవాళ ఆర్బీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత్ దాస్ తెలిపారు. దీంతో స్టాక్ మార్కెట్లు పరుగులు తీశాయి. ట్రేడింగ్‌లో సెన్సెక్స్ 355.79 పాయింట్లు దూసుకువెళ్లింది. ఇక నిఫ్టీ ట్రేడింగ్‌లో 101.80 పాయింట్లతో 13,235 వద్దకు చేరుకున్నది. కీలక వడ్డీ రేట్లను యధాతథంగా ఉంచుతున్నట్లు ఆర్బీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత్ దాస్ ఇవాళ ఉదయం తెలిపారు. వడ్డీ రేట్లను యథావిధిగా కొనసాగించడం ఇది వరుసగా మూడోసారని ఆర్బీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత దాస్ వెల్లడించారు. మానిటరీ పాలసీ కమిటీ దీనికి ఏకగ్రీవంగా ఆమోదం తెలిపిందని ఆయన తెలిపారు. రివర్స్ రెపో రేటు కూడా 3.35 శాతంగానే కొనసాగుతోంది. కొవిడ్-19 ప్రభావాన్ని సాధ్యమైనంత వరకూ తగ్గిస్తూ.. ద్రవ్యోల్బణాన్ని నియంత్రణలో ఉంచడమే లక్ష్యంగా మానిటరీ పాలసీ కమిటీ నిర్ణయాలు తీసుకుంటోందని శక్తికాంత దాస్ చెప్పారు. రెపో రేటు అంటే వాణిజ్య

బ్యాంకులకు ఆర్బీఐ ఇచ్చే అప్పుపై విధించే వడ్డీ రేటు.

భారత్ లో కొత్త కేసులకంటే కోలుకుంటున్నవారే ఎక్కువ...

ఢిల్లీ: భారతదేశంలో కోవిడ్ బారిన పడిన మొత్తం జనాభాలో ఇంకా చికిత్సపొందుతున్నవారి సంఖ్య తగ్గుతూ వస్తున్నది. గురువారం వరకు చికిత్సలో ఉన్న బాధితుల శాతం 4.44 కాగా శుక్రవారం అది 4.35 శాతానికి తగ్గింది. ఈ ధోరణి గత వారం రోజులుగా కొనసాగుతున్నది. అంతేకాదు భారతదేశ వ్యాప్తంగా గత 24 గంటలలో కూడా కొత్త కేసులకంటే కోలుకున్నవారే ఎక్కువగా ఉన్నారు. ఆ విధంగా కోలుకుంటున్నవారు ఎక్కువగా ఉండటంతో చికిత్సలో ఉన్నవారి సంఖ్య క్రమంగా తగ్గుతూ ప్రస్తుతం 4,16,082 కు చేరింది. గడిచిన 24 గంటలలో దేశవ్యాప్తంగా కొత్తహా 36,595 మందికి కోవిడ్ సోకినట్టు తేలగా, 42,916 మంది కొత్తగా కోలుకున్నారు. ఆ విధంగా ఈ తేడా అయిన 6,321 నికరంగా చికిత్సలో ఉన్నవారి సంఖ్య తగ్గుదలకు దోహదం చేసినట్టయింది. ప్రతి పది లక్షలమంది జనాభాలో కోవిడ్ బారిన పడిన వారు భారత్ లో 6936 మందిగా నమోదుకాగా ఇది అంతర్జాతీయంగా చూస్తే చాలా తక్కువ. పశ్చిమార్థ గోళంలొని అనేక దేశాల్లో ఇది చాలా ఎక్కువ సంఖ్యలో ఉంది. కోలుకున్నవారి శాతం మరింత మెరుగుపడి శుక్రవారం 94.2శాతం అయింది. ఇప్పటిదాకా కోలుకున్న కోవిడ్ బాధితుల సంఖ్య 90,16,289 కు చేరింది. కోలుకున్నవారికి, ఇంకా చికిత్సలో ఉన్నవారికి మధ్య తేడా పెరుగుతూ ప్రస్తుతం 86,00,207 కు చేరింది. కొత్తగా కోలుకున్న కేసులలో 80.19శాతం మంది పది రాష్ట్రాలకు చెందినవారున్నారు. అందులో మహారాష్టలో అత్యధికంగా 8,066 మంది, కేరళలో 5,590 మంది, ఢిల్లీలో 4,834 మంది కోలుకున్నారు.కొత్తగా నమోదైన కోవిడ్ కేసులలో75.76శాతం

కేసులు 10 రాష్టాలలో నమోదు కాగా నిన్న కేరళలో కొత్తగా 5,376 కేసులు, మహారాష్టలో 5,182 కేసులు, ఢిల్లీలో 3,734 కేసులు తేలాయి. గడిచిన 24 గంటలలో 540 మరణాలు నమోదయ్యాయి. వాటిలో 77.78శాతం కేవలం 10 రాష్టాలు, కేంద్ర పాలిత ప్రాంతాల్లోనే నమోదయ్యాయి. మహారాష్ట్రలో అత్యధికంగా 115 మరణాలు నమోదు కాగా ఢిల్లీలో 82 మంది, పశ్చిమ బెంగాల్ లో 49 మంది చనిపోయినట్టు తేలింది. అంతర్జాతీయ పరంగా చూస్తే భారత్ లో ప్రతి పది లక్షల జనాభాలో మరణాలు అతి తక్కువగా 101 నమోదయ్యాయి.

ప్రజాపాలన
సంపాదకీయం

శనివారం 5, డిసెంబరు 2020

రగిలిన రైతుజనం

ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ఇప్పటికీ ఇతరులకంటే ప్రజల అత్యంత ప్రియతమ నాయకుడిగా ఉన్నారు. వ్యక్తిగత ప్రజాదరణ అనేది ప్రతి అంశం పైన శాశ్వత, సుస్థిర మద్దతుకు పూచీ ఇవ్వదు. నూతన చట్టాలు తీసుకువచ్చే ముందు వాటి ఆవశ్యకత, విస్తృత ప్రయోజనాల విషయంలో జనామోదాన్ని సాధించడం శ్రేయస్కరం. కొత్త సాగుచట్టాల పర్యవసానాల గురించి నేడు రైతులు భయపడుతున్నారు, ఆవేదన చెందుతున్నారు. మరి రేపు వాటి వల్ల ఎవరు చిక్కుల్లో పడి చింతించవలసివస్తుందో ఎవరికి తెలుసు?'ఈనిరసనకారులు ఎవరు? రోడ్లను దిగ్బంధం చేసి పౌర జీవనానికి ఆటంకం కల్పిస్తున్న వీరు నిజంగా రైతులేనా?'– ప్రైమ్‌టైమ్ న్యూస్ టీవీలో పలువురు అడిగే ప్రశ్న ఇది. వారి స్వరంలో అపనమ్మకం, అవహేళన మిళితమై లేవూ? ఎందుకో? అద్దాల సౌధాలు లేదా టీవీ స్టూడియోలకే పరిమితమయిన వారి నుంచి వచ్చిన ఆ ప్రశ్నకు ఆశ్చర్యపోవలసిన అవసరం లేదు.సుదూర ప్రాంతాల నుంచి ఢిల్లీకి చేరిన ఆ ఆందోళనకారులు కాంగ్రెస్ ప్రాయోజిత మూకలు అని ప్రభుత్వ ప్రతినిధులు ఘంటాపథంగా ఘోషిస్తున్నారు. ఈ పుణ్యభూమిని ముక్కలు చెక్కలు చేసేందుకు సంకల్పించిన ఖలిస్థాన్ ఉద్యమ సానుభూతిపరులే ఆ పోరాటకారులు అని బీజేపీ సామాజిక మాధ్యమాల యోధులు సూచిస్తున్నారు. నిజమేమిటి? రైతుల ఆందోళనను కనీసం ఒక వారం రోజుల పాటు అయినా నిర్వహించగల ఆర్థిక వనరులు, సంస్థాగత సామర్థ్యమూ కాంగ్రెస్‌కే ఉంటే పార్లమెంటులో ఆ పార్టీ బలం కేవలం 52 మంది ఎంపీలకే ఎందుకు పరిమితమవుతుంది? పొలాలను వదిలి పోరాటంలోకి దూకిన రైతులు ఖలిస్థానీలా? శోచనీయం. గర్హనీయం.ప్రభుత్వ వ్యతిరేక నిరసనలు అన్నీ స్వతస్సిద్ధంగా జాతి వ్యతిరేకమైనవనే వక్ర, వికృత మనస్తత్వానికి ఆ అపనింద ఒక తార్కాణం. భింద్రేన్‌వాలే రక్తపంకిల వారసత్వాన్ని ఒక గుప్పెడు మంది ఇంకా సమర్థిస్తున్నందున పంజాబ్‌కు చెందిన చిన్న, పెద్ద రైతు సంఘాలు సిక్కు వేర్పాటువాద సంస్థలని విమర్శించడం సమంజసమేనా? తాను దుక్కి దున్ని, పంటలు సాగు చేసే భూమితో పంజాబ్ జాట్ రైతుకి ఉన్న అనుబంధం గుజరాతీ మధ్యతరగతి సామాజికవర్గాలకు స్టాక్‌మార్కెట్‌తో ఉన్న సంబంధం లాంటిదే కాదూ? స్టాక్‌మార్కెట్ సంస్కరణలను తీసుకురండి. అహ్మదాబాద్, రాజ్‌కోట్, సూరత్ మొదలైన గుజరాత్ నగరాలు, పట్టణాలలో అప్పుడు వచ్చే ప్రతిస్పందనలేమిటో గమనించండి.సరే, మళ్ళీ అసలు ప్రశ్నకు వద్దాం. 'ఈ నిరసనకారులు ఎవరు?'– రక్తాన్ని గడ్డ కట్టించే చలిని లెక్క చేయకుండా దేశ రాజధానిలో వారు అనేక వ్యయప్రయాసలకు ఓర్చి ఎందుకు ఆందోళన చేస్తున్నారు? వారు అతి సామాన్య భారతీయులు. తమ సంప్రదాయ కృషీవల జీవితాన్ని విచ్ఛిన్నం చేసే కొత్త చట్టాల విషయమై వారు కలవరపడుతున్నారు. ఆవేదనతో ఆందోళనకు దిగిన ఆ పల్లె భారతి ప్రజలందరరూ పేదలని ఎవరరూ భావించనవసరం లేదు. ఎందుకంటే పంజాబ్‌లో ప్రతి రైతుకి సగటున 3.7 హెక్టార్ల సాగుభూమి ఉంది. ఇది జాతీయ సగటు కంటే అధికం. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన కొత్త వ్యవసాయ చట్టాలు వారి జీవితాలను ధ్వంసం చేసేవి కూడా కావు. నిజానికి వ్యవసాయ ఉత్పత్తుల క్రయవిక్రయాలలో దళారీ వ్యవస్థను నిర్మూలించడం ద్వారా వారికి ఎనలేని లబ్ధిని సమకూర్చేవి అని చెప్పవచ్చు.మరెందుకు ఆందోళన అంటే ఆ కొత్త చట్టాలను ప్రభుత్వం ఏకపక్షంగా తీసుకురావడమే అని చెప్పి తీరాలి. పంజాబ్ రైతులు దశాబ్దాలుగా తాము పండించే వరి, గోధుమ ధాన్యాల విక్రయాలకు కష్టమో, నష్టమో ఒక నిర్దిష్ట పద్ధతికి అలవాటు పడి ఉన్నారు. కొత్త సాగు చట్టాలు ఆ సువ్యవస్థిత పద్ధతిని విచ్ఛిన్నం చేస్తాయని, తమ భవిష్యత్తు అనిశ్చితమని ఆ రైతులు విశ్వసిస్తున్నారు. తత్కారణంగానే వారు ఢిల్లీకి తరలివచ్చారు. నిరంకుశ పాలన సాగించే ప్రభుత్వాన్ని ప్రజలు విశ్వసించరు. అనివార్యంగా వ్యతిరేకిస్తారు. చర్చలు, సంప్రదింపులు లేకుండా ఫర్మానాలు జారీచేయడం, వాటిని అమలుపరచడమే మోదీ పాలన, సంస్కరణల నమూనా! నోట్లరద్దు లాంటి విధ్వంసక చర్యను ఆయన ఎలా చేపట్టారో గుర్తుచేసుకోండి. జాతీయ రాజధాని నడిబొడ్డు ప్రాంతపు రూపురేఖలు మార్చివేసే నిర్ణయాన్ని ఎలా తీసుకున్నారో మీకు తెలుసు. జాతి జీవనాన్ని ప్రభావితం చేసిన, ప్రభావితం చేసే నిర్ణయాలను ఆయన రాజ్యాంగ వ్యవస్థల తోడ్పాటుతో తీసుకుంటున్నారా? జమ్మూ–కశ్మీర్‌కు ప్రత్యేక ప్రతిపత్తిని కల్పిస్తున్న అధికరణ 370 రద్దు విషయంలో గానీ, పౌరసత్వ సవరణ చట్టాన్ని పార్లమెంటులో ఆమోదించడంలో గానీ మన పాలకులు ఎలా వ్యవహరించారో మరచిపోగలమా? ప్రతి సందర్భంలోనూ వ్యక్తమయిన భిన్నాభిప్రాయాలను అణచివేశారు. అసమ్మతిని ఒక నేరంగా పరిగణించారు. పౌరసత్వ చట్టానికి వ్యతిరేకంగా నెలల తరబడి నిరసనలు తెలిపిన షహీన్‌బాగ్ మహిళా ఆందోళనకారులను 'పాకిస్థాన్ ఏజెంట్లు'గా ముద్ర వేయడమే ఇందుకొక ఉదాహరణ. అసలు సంఖ్యాధిక్యవర్గాల పాలన పటిష్ఠమవుతున్న కొద్దీ మైనారిటీ వర్గాల వారిపై జాతి వ్యతిరేకులుగా అభియోగాలు మోపడం అధికమై పోతోంది. ఇదొక కఠోర వాస్తవం. షహీన్‌బాగ్ మహిళలు ఎందుకు అలా ఆందోళన చేశారో ప్రభుత్వంలోని ఏ ఒక్కరైనా పట్టించుకున్నారా? వారితో అర్థవంతమైన చర్చలు జరిపేందుకు చిన్నపాటి ప్రయత్నమేదైనా చేశారా? చేయలేదు. ఎందుకని? వారు ఎలాగూ పాలకపక్షానికి ఓటుబ్యాంకు కాదు కదా! మరి రైతులు భిన్నమైన వారు. ఏ ప్రభుత్వానికి అయినా వారు ఒక కీలక, నిర్ణయాత్మక ఓటు బ్యాంకు. ప్రధాని మోదీకి ఈ వాస్తవం బాగా తెలుసు. కనుకనే ఆయన ఏ ఎన్నికల ప్రచార సభలోనైనా తన ప్రసంగంలో 'గరీబీ–కిసాన్' గురించి తప్పక ప్రస్తావిస్తారు. వివిధ వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు కనీస మద్దతు ధరను మోదీ సర్కార్ ఎలా పెంచిందో ప్రభుత్వ ప్రచార యంత్రాంగం పదే పదే సవివరంగా ప్రజల దృష్టికి పలు విధాలుగా తీసుకువెళుతోంది. దీంతో పాటు ప్రధానమంత్రి కిసాన్ సమ్మాన్ నిధి కింద ప్రతి రైతుకు రూ.6000 చొప్పున వార్షిక ఆర్థిక సహాయం అందజేస్తున్న విషయాన్ని కూడా తప్పక గుర్తు చేస్తోంది. సహజంగా ప్రశాంత జీవనులయిన రైతులు 'తిరుగుబాటు'కు ఉపక్రమిస్తే వారిని అదుపు చేయడం అసాధ్యమవుతుంది. ఆందోళన పెచ్చరిల్లక ముందే చర్చలతో వారి కోపతాపాలను ఉపశమింపచేయడం తప్పనిసరి. ఈ సత్యం ప్రభుత్వాలకు బాగా తెలుసు. అందుకే ఢిల్లీని ముట్టడించిన రైతులతో చర్చలు జరపడం మోదీ సర్కార్‌కు అనివార్యమయింది. మరి అధికరణ 370 రద్దుతో బాధితులయిన ప్రజలతో చర్చలు జరిపే విషయాన్ని ఢిల్లీ పాలకులు పరిగణనలోకి తీసుకున్నారా? పౌరసత్వ సవరణ చట్టానికి కలవరపడి ఆందోళనకు దిగిన వారితో నైనా చర్చలు జరిపారా? వారూ ఈ దేశ పౌరులే కదా? జరపలేదు. ఎందుకని? ప్రభుత్వ రాజకీయ ప్రయోజనాలకు వారు ఎలానూ ప్రతిబంధకం కాలేరు. కేంద్రంలో తమ అధికారానికి వారి నుంచి ముప్పు ఉండదనే భరోసా కావచ్చు. కానీ కిసాన్‌లతో నిమ్మళంగా ఉండడం సాధ్యం కాదు. కొత్త వ్యవసాయ చట్టాలకు వ్యతిరేకంగా ఆందోళన పంజాబ్‌లో ప్రారంభమయింది. వెనువెంటనే బీజేపీ పాలనలో ఉన్న పొరుగు రాష్ట్రం హర్యానాకు వ్యాపించింది. అలాగే ఇతర ఉత్తారాది రాష్ట్రాలకు కూడా. వీటిలో చాలా వాటిలో బీజేపీయే అధికారంలో ఉన్నది. రైతులతో ఎవరూ ఆషామాషీగా వ్యవహరించలేరు. కశ్మీర్ రాజకీయ నాయకులను జైళ్ళలో పెట్ట గలరు. జెఎన్‌యూ విద్యార్థులపై కన్నెర్ర చేయగలరు. షహీన్‌బాగ్ మహిళలను నిర్లక్ష్యం చేయగలరు. అయితే రైతుల ఆగ్రహావేశాలను ఉపేక్షించగలరా? అసంభవం. వాటిని ఉపశమింప చేయడం అవశ్యం. పక్షం రోజులుగా జరుగుతున్న పరిణామాలు మోదీ ప్రభుత్వానికి 'నిజమైన' వ్యతిరేకత ఎక్కడ ఉందో స్పష్టం చేస్తున్నాయి సుమా. ప్రతిపక్షాలు ఎంత మాత్రం ఆ వ్యతిరేకతకు ఆలంబనగా లేవు. ఎందుకంటే ఆ పార్టీలు బాగా బలహీనపడ్డాయి. దిశానిర్దేశం చేయగల సమర్థనాయకులు ఎవరూ వాటికి, ముఖ్యంగా ప్రధాన జాతీయ ప్రతిపక్షమైన కాంగ్రెస్‌కు లేరు. వివిధ రాజ్యాంగ సంస్థలు, వ్యవస్థలు కూడా ప్రభుత్వ నిర్ణయాలు, చర్యలను ఆక్షేపించలేని అశక్తతతో ఉన్నాయి. ఇక విధేయ మీడియా గురించి చెప్పేదేముంది? సత్యాన్ని చెప్పే తెగువ, సామర్థ్యం మీడియా సంస్థలకు ఇంకా ఉందా? విద్యావంతులైన పట్టణ మధ్య తరగతి ప్రజల్లో ప్రభుత్వం పట్ల వ్యతిరేకత ఉందంటారా? వారు రాజకీయ హిందూత్వ సమ్మోహనంలో మునిగి తేలుతున్నారు కదా. నోట్లరద్దు లాంటి అస్తవ్యస్త చర్యల విషయమై ప్రభుత్వాన్ని వారు ఎలా నిలదీయగలుగుతారు? నిరంకుశ ప్రభుత్వాల పట్ల వ్యతిరేకత రాజకీయ ప్రత్యర్థుల నుంచి గాక సామాన్య ప్రజల నుంచే రావడం కద్దు. అవును, అవి తెచ్చే శాసనాలు అన్నిటినీ తాము నిరాక్షేపణీయంగా సమర్థిస్తామని శాసనకర్తలు భావించడాన్ని సగటు భారతీయులు సుతరామూ అంగీకరించరు, హర్షించరు. నరేంద్ర మోదీ ఇప్పటికీ ఇతరుల కంటే ప్రజల అత్యంత ప్రియతమ నాయకుడిగా ఉన్నారు. అయితే వ్యక్తిగత ప్రజాదరణ అనేది ప్రతి అంశం పైన శాశ్వత, సుస్థిర మద్దతుకు పూచీ ఇవ్వదు. మౌలిక మార్పులకు ఉద్దేశించిన సంస్కరణలకు పూనుకున్నప్పుడు ప్రభావిత వర్గాల వ్యాకులతను, తప్పుడు భావనలను తొలగించేందుకు అధిక సంఖ్యాకుల సమ్మతిని తప్పనిసరిగా పొందవలసిన అవసరమున్నది. కొత్త చట్టాలను తీసుకువచ్చే ముందు వాటి ఆవశ్యకత, విస్తృత ప్రయోజనాల విషయంలో జనామోదాన్ని సాధించడం శ్రేయస్కరం. కొత్త సాగుచట్టాల పర్యవసానాల గురించి నేడు రైతులు భయపడుతున్నారు, ఆవేదన చెందుతున్నారు. మరి రేపు వాటి వల్ల ఎవరు చిక్కుల్లో పడి చింతించవలసివస్తుందో ఎవరికి తెలుసు?

జమ్మూకశ్మీర్‌లో కొత్త చట్టాల చిచ్చు

జమ్మూకశ్మీర్ పచ్చని అడవుల్ని, సారవంతమైన భూముల్ని పెట్టుబడిదారులకు ధారాదత్తం చేయడానికి ఎన్నో ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. కొత్త కొత్త రిసార్టులకు, పరిశ్రమలకు అనుమతులు క్షణాల మీద దొరుకుతున్నాయి. వేలాది హెక్టార్ల అటవీభూమిని అప్పనంగా వాళ్ల చేతుల్లో పెడుతున్నారు. లక్షలాది చెట్లను కూల్చివేస్తున్నారు. ఈ 'ఆధునిక చట్టాలు' దేశంలోని ఇతర రాష్ట్రాల్లో మాదిరిగా ఇక్కడి రైతులను కూడా ఆత్మహత్యలకు ప్రేరేపించవచ్చు. ఇప్పటివరకూ జమ్మూకశ్మీర్‌లో రైతుల ఆత్మహత్యలు లేవు. జమ్మూకశ్మీర్ భూములు ఆ ప్రాంతయేతరులకు చెందకుండా రెండు చట్టాలు రక్షణ కల్పించేవి. ఒకటి–, 1950లో చేసిన భారీ భూ ఎస్టేటుల రద్దు చట్టం. ఈ చట్టం నయా కశ్మీర్ పత్రానికి అనుబంధంగా షేక్ అబ్దుల్లా జమ్మూకశ్మీర్ ప్రధానమంత్రి కాగానే ప్రవేశపెట్టినది. రెండోది, షేక్ అబ్దుల్లా భారత ప్రభుత్వానికి పూర్తి లొంగుబాటు ప్రకటించిన తరువాత 1976లో వచ్చిన వ్యవసాయ సంస్కరణల చట్టం. ఈ రెండిటికీ మధ్య వైరుధ్యం ఏమీ లేదు. ఈ రెండు చట్టాలు భూపరిమితిని నిర్దేశిస్తాయి కాబట్టి కలిపే అమలు చేసేవారు. వీటి వల్ల స్థానిక ప్రజలు మళ్లీ భూమి లేని కౌలుదారులుగా మారకుండా రక్షణ ఉండేది. దీర్ఘకాల పోరాటాల ఫలితంగా వచ్చిన ఈ చట్టాలకు చారిత్రక సందర్భం ఉంది. గుజరాత్‌తో పోల్చుకుంటే అభివృద్ధి సూచికలు జమ్మూకశ్మీర్‌లో హెచ్చుస్థాయిలో ఉండటానికి ఈ చట్టాలే కారణం. కర్ఫ్యూలు, క్రాక్‌డౌన్‌లు, లాక్‌డౌన్‌లు ఎన్ని జరిగినా కశ్మీర్‌లో పేదరికం లేకుండా ఉండటానికి ఈ చట్టాలే కారణం. ఇప్పుడు ఈ భూపరిమితిని ఎత్తివేయటానికి రంగం సిద్ధమయింది. షేక్ అబ్దుల్లా 22 ఎకరాలకు భూ పరిమితిని విధించటం వల్ల జమ్మూలో ఉన్న జమిందార్లు ఆనాడు నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్‌కు శత్రువులు అయ్యారు. ఈ భారీ భూ ఎస్టేటుల రద్దు చట్టం వల్లనే 1951లో ఆయన జమ్మూలోని డోగ్రా కశ్మీరీ జమిందారులకు కంటిలో నలకగా మారి, నెహ్రూ ద్వారా పదవీచ్యుతుడై జైలుకు వెళ్లారు. ఆయన నిర్బంధం జమ్మూ హిందువులకు, కశ్మీర్‌లోయ ముస్లింలకు మధ్య పెద్ద అఘాతం ఏర్పడేందుకు కారణమయింది. 70 సంవత్సరాలు గడిచి, 370 ఆర్టికల్ రద్దు అయిన తరువాత భారత ప్రభుత్వం ప్రవేశపెడుతున్న కొత్త భూయాజమాన్య చట్టాల వల్ల, ఆ పాత వైరి పక్షాలు ఒకటి అయ్యే అవకాశాలు కనబడుతున్నాయి. ఇప్పటిదాకా కశ్మీర్ లోయలో ఉన్న ముస్లింలను భారత జాతీయతకు శత్రువులు లాగా, జమ్మూ హిందువులను దేశభక్తులు లాగా చూపించిన కేంద్రప్రభుత్వం ఇప్పుడు ఇరకాటంలో పడే పరిస్థితులు వచ్చాయి. ఈ కొత్త చట్టాలకు వ్యతిరేకంగా కశ్మీర్‌లోయలో ఎంత అసంతృప్తి ఉందో, జమ్మూలో కూడా అంతే ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. కొత్త భూచట్టాలే అందుకు కారణమని ప్రత్యేకంగా చెప్పనవసరం లేదు. ఈ కొత్త చట్టాల ప్రకారం –భూమి యాజమాన్య హక్కు, అమ్మే హక్కు, కొనే హక్కు కేవలం జమ్మూకశ్మీర్ నివాసులకూ, రాష్ట్ర పౌరులకు మాత్రమే ఉండే షరతులు తొలగిపోతున్నాయి. జమ్మూకశ్మీర్ బయట ఉండేవారికి అక్కడ భూమిని కొనుక్కునే అవకాశం లభిస్తుంది. అభివృద్ధి చట్టాల్లో కూడా అనేక మార్పులు చేశారు. భూమిని సేకరించటానికి వీలుగా కొత్త పరిశ్రమల అభివృద్ధి సంస్థలకు అపరిమిత అధికారాలు కల్పించారు. బాధితులు కోర్టుకు వెళ్లే అవకాశం కూడా లేదు. వ్యవసాయ భూములను, వ్యవసాయేతర భూములుగా మార్చటానికి జిల్లా కలెక్టర్ అనుమతి ఉంటే చాలు. 'జమ్మూకశ్మీర్ భూభాగంలో వ్యవసాయం చేసే ఎవరైనా...' అంటూ ఈ చట్టాలు వ్యవసాయదారుడికి కొత్త నిర్వచనం ఇస్తున్నాయి. అంటే ఈ వ్యవసాయదారుడు జమ్మూకశ్మీర్లో కనీసం నివాసుడు (డొమిసైల్) కూడా కానవసరం లేదు. వ్యవసాయ పనులకు కూడా ఈ చట్టాలు కొత్త అర్థాలు చెప్పాయి. వాటి ప్రకారం వ్యవసాయ సంభందమైన పనులు చేసేవారందరూ వ్యవసాయదారులే. ఆహార, ఆహారేతర పంటలుబీ పశువుల గడ్డి, పండ్లు, కూరగాయలు, పూలు, ఇంకా రకరకాల మొక్కల పంటలు పండించడంబీ పశు పెంపకం, పాడి తీయటంబీ కోళ్ళ పెంపకం, చేపల పెంపకం, వ్యవసాయ అడవుల పెంపకం, వ్యవసాయ శుద్ధి... ఇత్యాది పనులు చేసేవారందరూ ఈ చట్టాల ప్రకారం వ్యవసాయదారులే. ఇవన్నీ రకరకాల పరిశ్రమలను రంగం మీదకు తీసుకువస్తాయి. జమ్మూకశ్మీర్ జనాభాలో గుజ్జార్లు, బక్వర్వాలాలు 11.9 శాతం, అంటే 15లక్షల మంది ఉన్నారు. కశ్మీరీలు, డోగ్రాల తరువాత వీళ్ల జనాభా ఎక్కువ. వీళ్లు పశువుల కాపరులు. సంచారజాతుల వాళ్లు. వేసవికాలంలో కశ్మీర్‌లోయలో, చలికాలంలో జమ్మూ ప్రాంతంలో జీవిస్తారు. గుజ్జార్లు పశువులను మేపుకుంటే, బకార్వాలాలు గొర్రెలనూ, మేకలను మేపుకుంటారు. బకార్వాలాలు ఎక్కువగా ముస్లింలు. వారి జీవన విధానం, భాష, ఆహార్యం%––%– మైదాన ప్రాంతాల్లో నివసించే ముస్లింల కంటే భిన్నంగా ఉంటుంది.పదిలక్షల మంది దాకా గుజ్జార్లు పర్వతాల్లో ఎక్కువకాలం నివసిస్తారు. అడవుల్లో తాత్కాలికంగా ధోక్‌లు అనే మట్టిఇళ్లను నిర్మించుకుని ఉంటారు. కొద్దిరోజులుగా గుజ్జార్లనూ, బకర్వాలాలను వారి నివాసస్థలాల నుంచి తరిమేసే ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నాయి. ఆదివాసీ కార్యకర్త జాహిద్ చౌదరి సామాజిక మాధ్యమాలలో ప్రసారం చేసిన వీడియోలలో దుంగలతో, మట్టితో నిర్మించుకున్న వారి తాత్కాలిక ధోక్‌లను అటవీ అధికారులు ధ్వంసం చేసిన దృశ్యాలు కనిపించాయి. గిరిజనులు ఆక్రమించుకున్న భూములను తిరిగి స్వాధీనపరుచుకుంటున్నామనీ, ఇప్పటి దాకా పహల్గాంలో 700 కనాళ్ల భూమి స్వాధీనం చేసుకున్నామని అటవీశాఖ అధికారులు చెప్పారు. ఈ గిరిజన ప్రజలు ఏ రకంగానూ అడవులకు, వాటి పర్యావరణానికి హానికారులు కాదు. నిజానికి వారి సంప్రదాయ జీవన విధానం, సంస్కృతులు పర్యావరణంతో సహవాసం చేస్తాయి. కశ్మీరీలకు అధికార మార్పిడి ముందు కూడా బ్రిటిష్ ప్రభుత్వ చట్టాలు ఏవీ వారికి వర్తించలేదు. అయితే గుజ్జార్, బకర్వాల్ ప్రజలకు డోగ్రా పాలనలో 1882 నాటి అటవీచట్టం ప్రకారం అడవుల్లో పశువులను మేపుకొనే హక్కులు ఉండేవి. జమ్మూ కశ్మీర్ చట్టసభలు వీళ్ల కోసం ఎలాంటి చట్టాలు చేయకపోయినా, అడవులలో వీళ్ల హక్కులు అలాగే కొనసాగుతూ వచ్చాయి. షేక్ అబ్దుల్లా కాలంలో అమలు పరచిన భూసంస్కరణల వల్ల వీరికి కొంత భూమి కూడా లభించింది. 370 అధికరణను, జమ్మూకశ్మీర్ రాష్ట్ర హోదాను రద్దు చేసిన తరువాత కేంద్రప్రభుత్వ చట్టాల ప్రకారం వీరికి ఇంకాస్త రక్షణ లభించడానికి బదులు, అభివృద్ధి అంటూ గుజ్జార్లు, బకార్వాలాల కాళ్ల కింద భూములను లాగేసుకుంటున్నారు.జమ్మూకశ్మీర్‌కు రాష్ట్ర హోదా రద్దయి ఇప్పటికీ 15 నెలలు గడుస్తున్నా భారతదేశ చట్టాలు ఇంకా జమ్మూ, కశ్మీర్ లోయ, లద్దాఖ్‌లలో అడుగు పెట్టలేదు. అయితే కచ్చితంగా ఈ చట్టాలు అమలు కావాలి. అందుకు అనుగుణంగా తీసుకోవలసిన చర్యలు తీసుకోకుండా నోరులేని సంచార జీవులను వెళ్లగొడుతున్నారు. ఇలా తరిమేస్తే, వారికి ఎస్సీ ఎస్టీ అట్రాసిటీ యాక్ట్ అనే భారతీయ చట్టం కింద రక్షణ లభించాలి కానీ, అది కూడా ఇంకా జమ్మూకశ్మీర్ గుమ్మంలోకి అడుగుపెట్టలేదు. ఇంత హడావుడిగా ఇదంతా చేయటానికి కారణం, జమ్మూకశ్మీర్ పచ్చని అడవుల్ని, సారవంతమైన భూముల్ని గుజరాత్ బాబులకు ధారాదత్తం చేయడానికే. కొత్త కొత్త రిసార్టులకు, పరిశ్రమలకు అనుమతులు క్షణాల మీద దొరుకుతున్నాయి. వేలాది హెక్టార్ల అడవి భూమిని అప్పనంగా వాళ్ల చేతుల్లో పెడుతున్నారు. లక్షలాది చెట్లను కూల్చివేస్తున్నారు. భారీ జలవిద్యుత్ ప్రాజెక్టులకు అనుమతులు లభిస్తున్నాయి. ఎంతో విద్యుత్‌ను ఇక్కడి నదుల నుంచి తయారుచేస్తున్నా ఆ విద్యుత్ పక్కరాష్ట్రాలకు పోతోంది. స్థానికులకు అంతరాయం లేకుండా కరెంటు సరఫరా ఉండడం లేదు.ఈ 'ఆధునిక చట్టాలు' దేశంలోని ఇతర రాష్ట్రాల్లో మాదిరిగా ఇక్కడి రైతులను కూడా ఆత్మహత్యలకు ప్రేరేపించవచ్చు. ఇప్పటివరకూ జమ్మూకశ్మీర్‌లో రైతుల ఆత్మహత్యలు లేవు. 2006లో సింగూరులో జరిగిన కథ ఇక్కడ పునరావృతం అయ్యే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి. జమ్మూకశ్మీర్ ప్రధాన స్రవంతి రాజకీయ పార్టీలు అన్నీ కోరలు పోయి, మొద్దుబారి ఉన్నాయి. గుప్తకార్ ఐక్యతకు కశ్మీరీలలో విశ్వసనీయత లేదు. తమకు ముంచుకునివస్తున్న ముప్పు నుంచి తప్పించుకోవడం కోసం అన్వేషించుకుంటున్న రాజకీయ పరిష్కారానికి, దేశం మొత్తం నుంచి కశ్మీరీలు మద్దతు కోరుకుంటున్నారు.

కాన్ఫిడెన్స్.. కొంప ముంచుతోందా..?

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4, (ప్రజా పాలన) : బీజేపీ రాజకీయ చాతుర్యం ఎవరికీ చేతకాదు, వంటబట్టదు కూడా. ఏమీ లేని చోట కూడా ఎంతో ఉందనిపించే చాణక్యం బీజేపీది, లేకపోతే తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ధీటైన నాయకులుగా ఉన్న కేసీఆర్, జగన్, చంద్రబాబు లాంటి వారే తికమక పడేలా బీజేపీ ఒక్క లెక్కన దూకుడు చేస్తోంది. 119 సీట్లు ఉన్న తెలంగాణాలో బీజేపీ వాటా రెండే సీట్లు, అన్ని లోకల్ బాడీ ఎన్నికలూ టీయారెస్ గెలుచుకున్నా తులసీదళంలా ఒక్క దుబ్బాక చాలు మాకు అంటూ టీయారెస్ ని దెబ్బ తీసేసింది. దాంతో ఏనుగు లాంటి గులాబీ పార్టీ గ్రేటర్ ఎన్నికల వేళ తెగ పరేషాన్ అయిపోయింది. ఏపీలో చూసుకుంటే బీజేపీకి గుండు సున్నానే అంటారు. శాసనమండలిలో ఇద్దరు తప్ప మొత్తం ఏపీలో ఏ వైపు చూసినా ఆ పార్టీ ప్రజా ప్రతినిధి మూడోవారే అసలు కనిపించరు. ఇతర పార్టీల నుంచి జంప్ చేసిన వారిని కలుపుకుని వాపునే బలంగా బీజేపీ చూపిస్తోంది. ఇక తిరుపతిలో వైసీపీకి ఎంపీ అభ్యర్ధికి వచ్చిన మెజారిటీ రెండు లక్షల 28 వేలు. ఆ చివరి 28 వేల ఓట్లు కూడా బీజేపీ క్యాండిడేట్ కి 2019 ఎన్నికల్లో రాలేదు. కేవలం పదహారు వేల ఓట్లు మాత్రమే దక్కాయి. దాదాపుగా అయిదు లక్షల దాక టీడీపీ ఓట్లు రాబట్టింది. అయినా కూడా బీజేపీ తిరుపతి ఉప ఎన్నికల వేళ అపుడే షో మొదలెట్టేసింది. బీజేపీకి రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో ఎలా గింజుకున్నా రెండకెల సీట్లు రావడం కష్టమన్న రాజకీయ విశ్లేషణలు ఓ వైపు ఉండగానే బీజేపీ మాత్రం నాదే భవిష్యత్తు అంటూ జబ్బలు చరుస్తోంది.

ఆ విధంగా ప్రచారాన్ని అదరగొట్టడం వెనక టార్గెట్లు వేరేగా ఉన్నాయి. ఇప్పటి దాకా టీడీపీలో ఉంటూ అయోమ యంగా చూస్తున్న నేతలను ఆకట్టు కోవడం ఒక ఎత్తు అయితే మరో వైపు జనాలకు తామే అసలైన ఆల్టర్నే షన్ అని సందేశాన్ని గట్టిగా పంప డం మరో ఎత్తుగడ. దీనికోసమే ప్రతీ ఎన్నికనూ బీజేపీ ఒక నిచ్చెనగా వాడుకుంటోంది. దాంతో ఇపుడు ఏపీలో వైసీపీలోకి పోలేక టీడీపీలో ఉండలేక ఉన్న నాయకులకు, ఇతర పార్టీల్లోని అసంతృప్తి నేతలకు బీజేపీ వేదికగా మారుతోంది. బీజేపీ అనే ఫ్యాక్టర్ దూకుడు చేయడం అంటే అది ఏపీలో చంద్రబాబుకే కాదు జగన్ కి కూడా ముప్పు తెచ్చిపెట్టే దేనని అంటున్నారు. ముందుగా బాబుని, ఆయన పార్టీని వంచేసి ముందుకు పోవాలని సోము వీర్రా జు పక్కా ప్లాన్ తో ఉన్నారు. ఈ జోరు ఇలాగే కొనసాగితే జగన్ ని ఆయన వైసీపీని కూడా డైరెక్ట్ గా టార్గెట్ చేసి అనుకున్న అధికార పీఠానికి చేరువ కావచ్చు అన్నది కూడా బీజేపీ వ్యూహం. నిజంగా ఏపీలోని రెండు బలమైన ప్రాంతీ య పార్టీల దయనీయమైన స్థితి ఏంటి అంటే బీజేపీని ఒక్క మాట కూడా అనలేని నిస్సత్తువతో ఉండ డవే. ఎంతసేపూ మోడీని ప్రసన్నం చేసుకునే తాపత్రయంలో అసలు పట్టూ గుట్టూ చేజారిపోతున్నాయన్న సత్యాన్ని ఇరు పార్టీల పెద్దలు గ్రహించలేకపోతున్నారు. తీరా వెనక్కి తిరిగి చూసుకుంటే ఏముంటుందో 2024 ఎన్నికలే చెప్పాలి మరి.

తెలంగాణలో లెక్కలు మారుతున్నాయా...

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4, (ప్రజా పాలన) : రెడ్డి కాంగ్రెస్.. టీడీపీ.. ప్రజారాజ్యం.. వైసీపీ.. జనసేన అన్నీ కులం కట్టుబాట్లు మీరవు. రిజర్వేషన్ల లెక్కలు వదిలేస్తే.. ప్రతి పార్టీ ఆ కులం స్టాండ్ నుంచి పక్కకి జరగవు. ఎవరు ఒప్పుకోకున్నా.. ఇది హండ్రడ్ పర్సంట్ నిజం అనేది అందరికీ తెలిసిన విషయమే. కానీ.. లెక్కలు మారాయి. తెలంగాణ ఉద్యమం వచ్చిన తర్వాత.. కులం సెంటిమెంట్ తగ్గింది. ప్రాంతం అనే నినాదం ముందు.. కుల పీలింగ్ ఓడిపోయింది. జనం మర్చిపోయారు. ఫర్ ఏ చేంజ్. ఇప్పుడు లెక్కలు మారాయి. తెలంగాణ వచ్చిన తర్వాత.. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మళ్లీ కుల నినాదం ఊపందుకుంది. అంతే కాదు. ఇదే టైంలో.. మత నినాదం కూడా జనాల్లో బలంగా నాటుకుంటోంది. ఇన్నాళ్లు ... నార్త్ లోనే మత నినాదం ఉండేది. మన దగ్గర కేవలం కుల నినాదం మాత్రమే ఉండేది. ఇప్పుడు అలా కాదు. రెండూ పెరిగాయి. ఎవరి లెక్కల్లో వాళ్లు ఉండిపోయారు. తెలంగాణలో ఇప్పుడు ప్రాంత నినాదం తగ్గిపోతుంది. ఇన్నాళ్లు ప్రాంతం పేరు చెప్పి.. నినాదాలు చేసిన లీడర్లు చప్ప బడిపోయారు. మనం మనం జనం జనం అంటున్నారు. కానీ.. ఇదే టైంలో కుల కుంపట్లు పెరిగిపోయాయి. దొర వర్సెస్ రెడ్డి అన్నట్లు నడుస్తోంది. ఎక్కువ శాతం మంది ఉన్న కులం రెడ్డి.. ఎక్కువ పవర్ లో ఉన్న కులం దొర కావడంతో.. ఫైట్ రెండు కులాల మధ్యనే నడవబోతుంది. ఓటర్లు.. మిగతా కులాల లీడర్లు కూడా ఈ రెండు సామాజిక వర్గాల వారికి జై కొడుతూ వెనకాల నడవక తప్పని పరిస్థితి కనిపిస్తోంది. కానీ.. ఇదే టైంలో.. మతం రంగు పులుముకుంటోంది తెలంగాణ. నార్త్ నుంచి వచ్చిన కమల దళం.. కాషాయ రంగు పులుముతోంది. ఆల్రెడీ గ్రేటర్ ఎన్నికలతో స్టార్ట్ అయింది. ముందు ముందు ఈ కుల కుంపట్లు.. మతం రంగు ఎంత దాకా పోతుందో చూడాలి. ఈ మతం రంగుని.. దొరలు.. రెడ్లు.. ఎలా ఓవర్ టేక్ చేస్తారో అనేది కూడా బిగ్ క్వశ్చనే. చూస్తుంటే.. దొర వర్సెస్ రెడ్డిలా ఉన్న రాజకీయాలు.. ట్రయాంగిల్ లోకి మారిపోతాయి అనిపిస్తోంది.

అమ్మాయిలకు సేఫ్...!

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4, (ప్రజా పాలన) : మహిళల భద్రతకు హైదరాబాద్ పోలీసులు దిశానిర్దేశం చేశారు. ఇందుకు గాను కొన్ని సలహాలను ఇచ్చారు. మహిళలు ఎక్కడికైనా పనిమీద వెళ్తే అయా సమాచారాన్ని కుటుంబసభ్యులకు, దగ్గరివారికి తెలుపాలని సూచిస్తున్నారు. క్యాబ్ లో ప్రయాణిస్తున్నట్లయితే ఆ క్యాబ్ వివరాలను ఇంట్లో వాళ్లతో పంచుకోవాలి. చేరుకునే గమ్యస్థానాన్నికూడా తెలియజేయాలి. అవసరం అనుకుంటే హైదరాబాద్ పోలీసులకు చెందిన 'హాక్ ఐ' మొబైల్ ఆప్ సహాయం తీసుకోవాలని చెప్పారు.

పరిస్థితులు అనుమానాస్పదంగా తోస్తే ముందుగా.. దగ్గరలోని జనాలు తిరుగుతున్న ప్లేస్ కు వెళ్లాలని సూచించారు. తక్షణమే 100 కు డైల్ చేసి పోలీసుల సహాయం తీసుకోవాలని చెప్పారు. అయితే ఈ సలహాలు మహిళలకే ఎందుకు మగవాళ్లకు ఇలాంటి సలహాలు ఎందుకు ఇవ్వరని సోషల్ మీడియాలో పలువురు అభిప్రాయ పడుతున్నారు. మహిళలు ప్రయాణించేటప్పుడు కుటుంబానికి, దగ్గరి బంధువులకు ఎక్కడికి వెళున్నారో.. ఎంతసేపటికి తిరిగి వస్తారో చెప్పాలి. టాక్సీ లేదా ఆటో నెంబర్ ప్లేట్ వివరాలను తెలియచేయాలితెలియని ప్రదేశానికి వెళ్తున్నప్పుడు రూట్ గురించి తెలుసుకోవాలి. నిర్మానుష్య ప్రదేశాలలో ఉండొద్దని? ఎప్పు డూ రద్దీగా ఉండే ప్రదేశాలలో ఉండేలా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని చెప్పారు. ఎదైనా అనుమానం వస్తే పెట్రోలింగ్ చేస్తున్న పోలీసుల సమాయం తీసుకునేందుకు వెనకాడవద్దుమహిళల చుట్టూ జనాలు లేకపోతే? పక్కనే ఉన్న షాపులు, షానింగ్ మాల్ కు దగ్గరగా నిలబడాలి. అనుమానాస్పద పరిస్థితులలో తోటి ప్రయాణికుల సహాయం అడగాలిధైర్యంగా ఉండాలని ఆత్మవిశ్వాసంతో మాట్లాడాలని.. గట్టిగా మాట్లాడి ఎదుర్కోవాలినిస్సహాయ స్థితిలో ఉన్నప్పుడు గట్టిగా అరవాలని.. రద్దీగా ఉండే ప్రదేశానికి పరుగెత్తాలిపోలీసులు, ఆపదలో ఉన్నవారు కలిసి నేరాలను నిరోధించేందుకు కృషి చేయాలి. ఏదైనా ఫొటోలను పోలీసులకు పంపాలనుకుంటే 9490616555 లనే నెంబరుకు వాట్సప్ చేయాలి.

అమ్మకానికి సీజ్ వాహనాలు

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4,(ప్రజా పాలన) : రాష్ట్రంలోని పోలీస్ కమిషనరేట్ల పరిధిలో 39 సిపి చట్టం ప్రకారం సీజ్ చేసిన దాదాపు 20వేల వాహనాల దారులకు నోటీసులు ఇచ్చినప్పటికీ తిరిగి తీసుకోని కారణంగా వాటిని వేలం వేసేందుకు పోలీసు శాఖ సిద్దమైంది. ఈక్రమంలో చోరీకి గురైన వాహనాలతో పాటు మోతాదుకు మించి మద్యం సేవించి వాహనాలు నడిపినా వాహన చోదకుల నుంచి పోలీసులు ఆయా వాహనాలను స్వాధీనం చేసుకుంటారన్న విషయం విదితమే. అదేవిధంగా ట్రాఫిక్ నిబంధనలు ఉల్లంఘించి వాహనాలు నడిపి జరిమానాలు చెల్లించకుండా తప్పించుకు తిరిగే వాళ్ల వాహనాలు కూడా పోలీసులు జప్తు చేశారు. ఈనేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని పోలీస్ కమిషనరేట్ల పరిధిలో 39 సిపి చట్టం ప్రకారం సీజ్ చేసిన వాహన యజమానులకు మూడు నోటీసులు జారీ చేసినా యజమాని నుంచి ఎలాంటి స్పందన రాకపోతే పోలీసులు ఆ వాహనాలను వేలం వేయడానికి సిద్ధం చేసినట్లు పోలీసు ఉన్నతాధికారులు వివరించారు. ఇది లావుండగా కొందరు వాహన చోదకులు పోలీసులు చట్టప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటారనే భయంతో తిరిగి వాహనాలు తీసుకోవడం లేదన్నది సమాచారం. కాగా హైదరాబాద్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని శాంతిభద్రతల విభాగం పోలీస్ స్టేషన్, ట్రాఫిక్ పోలీస్ స్టేషన్, సిసిఎస్ పోలీసులు సీజ్ చేసిన వాహనాలన్నింటిని సిటీ ట్రైనింగ్ సెంటర్ కు అప్పచెప్పారు. దీంతో సిటి ట్రైనింగ్ సెంటర్ వాహనాల వివరాలన్నింటిని ఆన్ లైన్ లో పొందుపర్చి సిటీ పోలీస్ ట్రైనింగ్ సెంటర్ ఆధ్వర్యంలో ప్రకటన సైతం ఇచ్చారు. వాహనాలకు సంబంధించి ధ్రువీకరణ పత్రాలున్న వాహనాలను వేలం వేయనున్నామని, వీటిపై ఏమైనా అభ్యంతరం ఉన్నవాళ్లు ఆర్నెళ్ల లోపు సరైన ధ్రువీకరణ పత్రాలు తీసుకొస్తే వారి వాహనాలను అప్పజెప్తామని అధికారులు చెబుతున్నారు. సీజ్ చేసిన ఆన్ లైన్ పెట్టడం వల్ల యజమాని ఒకవేళ తన వాహనం ఉంటే దానికి సంబంధించిన ధ్రువీకరణ పత్రాలు, యాజమాన్య పత్రాలు తీసుకెళ్తే పోలీసులు అప్పజెప్పడం జరుగుతుంది. సిటిసి ఆధ్వర్యంలో నోటిఫికేషన్ ఇచ్చిన ఆర్నెళ్ల లోపే ఈ ప్రక్రియను పూర్తి చేయాల్సి ఉంటుంది. లేనిపక్షంలో ఆయా వాహనాలను వేలం వేసేందుకు అనుమతిస్తారు. గడచిన నాలుగేళ్లలో హైదరాబాద్ కమిషనరేట్ పరిధిలో దాదాపు 15 వేల వాహనాలను వేలం వేయడం ద్వారా ప్రభుత్వ ఖజానాకు రూ. 4.25 కోట్లకు పైగా ఆదాయం సమకూరిందని, దీంతో సైబరాబాద్, రాచకొండ కమిషనరేట్ల పరిధిలోనూ ఇదే విధానాన్ని అవలంబిస్తూ వాహనాలు వేలం వేస్తున్నారు. ఒక్క పోలీసు శాఖలోనే కాకుండా రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లోని వాహనాలను ఇదే విధానంలో వేలం వేయాలని సోమేశ్ కుమార్ సంబంధిత శాఖలకు సూచించారు. ఈక్రమంలో వేలం వేసే వాహనాలకు సంబంధించి ధర నిర్ణయించే విషయంలోనూ రవాణా శాఖ అధికారులు సాయాన్ని తీసుకుంటున్నారు. కండీషన్ లో ఉన్న బండిని పూర్తిగా పరిశీలించి ఎంవిఐలు ధర నిర్ణయిస్తారు. ఒకవేళ వాహనం తుక్కుగా మారితే దాన్ని కిలో లెక్కన విక్రయించేలా ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. వేలం ద్వారా పొందిన వాహన యజమానులకు పోలీస్ శాఖ ఓ పత్రం అందిస్తుందని, దీం తో సంబంధిత ఆర్టీఏ కార్యాల యాల్లో మూడు నెలలలోపు రిజిస్ట్రేష న్ చేయించుకోవాల్సి ఉంటుందని పోలీసు ఉన్నతాధికారులు వివరిస్తు న్నారు.

కాంగ్రెస్ కోలుకొనేది ఎలా

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 4, (ప్రజా పాలన) : వరస ఓటవ౦౦లతో తల్లడిల్లిపోతున్న కాంగ్రెస్ పార్టీకి భవిష్యత్ లో ఇబ్బందులు తప్పేట్లు లేవు. నాయకత్వ సమస్యతో పాటు పార్టీకి ఇక భవిష్యత్ లేదని భావించిన నేతలు పార్టీకి గుడ్ బై చెప్పేందుకు రెడీ అవుతున్నారు. రానున్న ఎన్నికల సమయానికి కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేతల్లో అనేక మంది పార్టీని వీడే అవకాశముంది. కొత్త పీసీసీ అధ్యక్షుడి నియామకం తర్వాత వలసలు మరింతగా పెరిగే అవకాశముందన్న అంచనాలు విన్పిస్తున్నాయి. కాంగ్రెస్ నేతలు ఇప్పటికే పార్టీని వీడిపోయారు. డీకే అరుణ, పొంగులేటి సుధాకర్ రెడ్డి వంటి నేతలు పార్టీని వీడారు. ఇక దుబ్బాక ఉప ఎన్నికల తర్వాత కాంగ్రెస్ పార్టీ పూర్తిగా నమ్మకం కోల్పోయింది. ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డిని అట్టర్ ఫెయిల్యూర్ చీఫ్ గా చెప్పుకోవాలి. ఆయన జమానాలో వచ్చిన ఎన్నికల్లో అన్నీ పరాజయాలే మూటగట్టుకున్నాయి. కొత్త అధ్యక్షుడి ఎంపిక ఇంకా జరగలేదు. ఒకవేళ రేవంత్ రెడ్డికి పగ్గాలు అప్పగించినా కూడా అసంతృప్తుల సంఖ్య మరింత పెరిగే అవకాశముంది. విజయశాంతి ఇప్పటికే తన దారి తాను చూసుకుంటున్నారు. బీజేపీలో చేరేందుకు సిద్ధమయ్యారు. తాజాగా సర్వే సత్యనారాయణ కూడా పార్టీని వీడుతున్నట్లు ప్రకటించారు. మరికొందరు ముఖ్యమైన నేతలు కూడా బీజేపీ వైపు చూస్తున్నారు. అయితే తమ ప్రాంతంలో బీజేపీ నాయకత్వాన్ని బట్టి వారు పార్టీని వీడేందుకు సిద్ధపడుతున్నారు. బీజేపీ నాయకులు బలంగా ఉన్న కరీంనగర్, నిజామాబాద్ లాంటి ప్రాంతాల్లో పెద్దగా చేరికలు ఉండవు. బీజేపీ కూడా కాంగ్రెస్ ను దెబ్బతీసేందుకు సిద్ధమవుతోంది. దుబ్బాకలో మూడో స్థానానికి నెట్టగలడంతో బీజేపీ నేతల్లో మరింత విశ్వాసం పెరిగింది. దీంతో గ్రేటర్ ఎన్నికలు ముగిసిన తర్వాత చేరికలకు బీజేపీ అధిష్టానం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇవ్వనుంది. ఇప్పటికే బీజేపీ ఒక జాబితాను సిద్ధం చేసి పెట్టుకుంది. కాంగ్రెస్ నుంచే ఎక్కువ మంది నేతలను చేర్చుకుని తెలంగాణలో బీజేపీ మరింత బలోపేతం చేయాలన్న వ్యూహంలో ఉంది. మొత్తం మీద కాంగ్రెస్ తెలంగాణలో కోలుకోవడం కష్టమేనన్నది వాస్తవం.

న్యాయస్థానానికి ధన్యవాదాలు

హైదరాబాద్ డిసెంబర్ 4, (ప్రజా పాలన) : ఓటర్ల విశ్వాసాన్ని నిలపెట్టిన కోర్టుకు శిరస్సు వంచి ధన్యవాదాలు తెలుపుతున్నాను. ఎప్పటిలాగానే రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి మరో మొట్టికాయ ,ఇప్పటికైనా కొంచమైనా సిగ్గు తెచ్చుకోండని బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు, కరీంనగర్ ఎంపీ బండి సంజయ్ అన్నారు. ఎన్నిసార్లు కోర్టు మొట్టియాలు వేసిన దున్నపోతుమీద వాన పడ్డట్టుగానే పరిస్థితి వుంది. ఎస్ఈసీ ,రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కుమ్మక్కై ప్రజాస్వామ్యానికి తూట్లు పొడవాలని చేసిన ప్రయత్నాన్ని హైకోర్టు అడ్డుకొని న్యాయ్యవస్థ పై ప్రజలకున్న నమ్మకాన్ని విశ్వాసాన్ని పెంచిందని అయన వ్యాఖ్యానించారు. జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో బీజేపీ సాధించిన మొదటి నైతిక విజయం ఇది. అడ్డ దారుల్లో గెలవాలని చూసిన టిఆర్ఎస్ పార్టీ కి ఇది చెంపపెట్టు. ఎలక్షన్ కమిషనర్ వెంటనే రాజీనా మా చెయ్యాలి ,లేదా ప్రభుత్వమే బర్తరఫ్ చేయాలి,లేకపోతే ప్రజలే ఈ కెసిఆర్ ప్రభుత్వాన్ని బర్తరఫ్ చేస్తారని అయన అన్ఆరు. ప్రజా తీర్పును గౌరవించలేని వ్యక్తి ముఖ్యమంత్రిగా కొనసాగే నైతిక అర్హత లేదు. టిఆర్ఎస్ ,ఈసీ ఎంత అనైతికంగా వ్యవహరించారో హైకోర్టు సాక్షిగా బట్టబయలు అయింది.

స్వస్తిక్ గుర్తు వుండాల్సిందే

హైదరాబాద్ డిసెంబర్ 4, (ప్రజాపాలన) : బ్యాలెట్ పేపర్లపై స్వస్తిక్ గుర్తు వుంటేనే లెక్కింపు పరిగణలోకి తీసుకోవాలని తెలంగాణ రాష్ట్ర హైకోర్టు ఆదేశించింది. ఈమేరకు రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం ఇచ్చిన ఆదేశాలను కోర్టు కొట్టివేసింది. తదపరి విచారణను సోమవారానికి వాయిదా వేసిన న్యాయస్థానం పూర్తి వివరణకు ఇవ్వాల్సిందిగా ఎస్ఈసీని ఆదేశించింది. ఫలితాలనకు కూడా తుది ఉత్తర్వులకు లోబడి ఇవ్వాలని ఆదేశించింది. బ్యాలెట్పై స్వస్తిక్ గుర్తుతో పాటు మార్కర్ పెన్తో టిక్ చేసినా పరిగణలోకి తీసుకోవాలంటూ గత రాత్రి అధికారులకు ఎస్ఈసీ సర్క్యులర్ జారీ చేసిన విషయం తెలిసిందే. దీనిపై అభ్యంతరం వ్యక్తం చేసిన బీజేపీ... హైకోర్టులో హౌస్ మోషన్ పిటిషన్ దాఖలు చేసింది. బీజేపీ పిటిషన్ను ధర్మాసనం విచారించింది.

చాప కింద నీరులా స్వైన్ ఫ్లూ

ఖమ్మం,డిసెంబర్ 4, (ప్రజాపాలన) : చలికాలం సమీపించడంతో జిల్లాలో స్వైన్‌ఫ్లూ వ్యాధి చాపకింద నీరులా వ్యాప్తి చెందే అవకాశం ఉంది. ఇప్పుడిప్పుడే చలి పెరుగుతున్న దృష్ట్యా ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉంటేనే మేలని జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు పేర్కొంటున్నారు. ఇప్పటి వరకు జిల్లాలో స్వైన్‌ఫ్లూ బారిన పడి మరణించిన సంఘటనలు లేనప్పటికీ చలికాలంలో వ్యాధి వ్యాప్తి చెందే అవకావం లేకపోలేదు. చలితీవ్రత లేని రోజుల్లో జిల్లాలో 11 పాజిటివ్ కేసులు నమోదయ్యాయి. నల్లగొండ, మిర్యాలగూడ, నకిరేకల్, దేవరకొండ, శాలిగౌరారం, మర్రిగూడ మండలాల్లో స్వైన్ ఫ్లూ పాజిటివ్ కేసులను నమోదైన సంఘటనలు ఉన్నాయి. వారికి హైదరాబాద్‌లోని గాంధీ, ప్రైవేట్ ఆస్పత్రుల్లో చికిత్స పొంది వ్యాధి నుంచి విముక్తులయ్యారు. చలికాలంలో గాలి ద్వారా ఒకరి నుంచి మరోకరికి ఇన్‌ఫ్లూయంజా ఏ వైరస్ వ్యాప్తి చెందుతుండడం, ఊపిరితిత్తుల అంతర భాగాలకు వ్యాధి సోకడం వల్ల ప్రమాదకారిగా మారి ప్రాణాపాయం సంబవించే అవకాశం ఉంటుం ది. స్వైన్‌ఫ్లూ లక్షణాలతో ఎవరైనా కనపడితే వెంటనే వారి రక్తనమూనాలను సేకరించి హైదరాదాద్‌లోని ఐపీఎం (ఇనిస్టిట్యూట్ ఆఫ్ ప్రీవెంటీవ్ మెడిషిన్) ల్యాబ్‌కు పరీక్షల నిమిత్తం పంపించేందుకు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అన్ని ఏర్పాట్లు చేసింది. ఇప్పటికే జిల్లా కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆస్పత్రిలో పది పడకలతో ప్రత్యేక స్వైన్‌ఫ్లూ వార్డును ఏర్పాటు చేశారు. స్వైన్‌ఫ్లూ పాజిటివ్ అని ఐపీఎం నివేదికలో తేలితే వెంటనే వారికి జిల్లా కేంద్ర ప్రభుత్వ ఆస్పత్రిలోనే చికిత్స అందించడానికి అవసరమైన మందులను కూడా అందుబాటులో ఉంచినట్లు జిల్లా వైద్య ఆరోగశాఖ అధికారులు పేర్కొంటుననారు. ప్రజలు వ్యాధిపై అవగాహనను పెంపొందించుకుని అప్రమత్తంగా ఉండాల్సిన అవసరం ఉందని వారు పేర్కొంటున్నారు. దగ్గు, ముక్కుకారడం, ఆయాసం, దమ్మురావడం, ఊపిరిపీల్చడానికి కష్టపడడం, పిల్లికూతులు రావడం, శరీర ఉష్ణోగ్రత పెరగడం, గొంతులో గరగర, జ్వరం రావడం, వం టి నొప్పులు, కళ్ల నుంచి నీరుకారడం, చెవి నొ ప్పి, చెవి నుంచి చీము కారడం, చిన్న పిల్లలకు నిమ్ముచేయడం వంటి లక్షణాలు కనపడతాయి. బహిరంగ ప్రదేశాలు, ఏటీఎంలు, తలుపుల గొళ్లాలు, మొదలైన వాటిని వాడిన తరువాత, ప్రయాణాలను చేసిన తరువాత చేతులను శుభ్రంగా కడుక్కునే వరకు ముక్కు, కళ్లు, నోటిని ముట్టుకోవద్దు. చేతులను తరుచుగా సబ్బుతో శుభ్రంగా కడుక్కోవాలి.

తుమ్మినప్పుడు, దగ్గినప్పుడు నోటికి, ముక్కుకు చేతి రుమాలును అడ్డంగా పెట్టుకోవాలి. ఎక్కువగా నీళ్ల తాగడంతో పాటు పౌష్టికాహారాన్ని తీసుకోవాలి. చలికాలంలో మంచుపడుతున్న సమయంలో బయటకు రాకూడదు. ఉన్నిదుస్తులను ధరించాలి, వేడివేడి ఆహారం, గోరువెచ్చని నీ టిని తాగడం మంచిది. చిన్న పిల్లల శరీర ఉష్ణోగ్రతలు తగ్గకుండా ఉన్ని దుస్తులను వేయాలని, లక్షణాలు కనపడిన వెంటనే ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలోని డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి.

రేషన్‌కు ఓటీపీ లింక్

నల్గొండ, డిసెంబర్ 4, (ప్రజాపాలన) : రాష్ట్రంలోని రేషన్ దుకాణాల ద్వారా నిత్యావసరాలు తీసుకోవాలంటే ఇక నుంచి ఆధార్ నమోదు తప్పనిసరి కానుంది. ఇప్పటివరకు రేషన్ దుకాణాల్లో ఆధార్ వివరాలు ఇవ్వని కార్డుదారులంతా వెంటనే వివరాలు సమర్పించి నిర్ధారణ చేసుకోవాలని పౌరసరఫరాల శాఖ ఎక్స్అఫీషియో కార్యదర్శి వి.అనిల్‌కుమార్ బుధవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. ఇప్పటివరకు బయోమెట్రిక్, ఐరిష్ నిర్ధారణల ద్వారా రేషన్ సరుకులు ఇచ్చే విధానం ఉండగా, ఇప్పుడు వాటికి తోడు ఆధార్ నమోదు కూడా తప్పనిసరి కానుంది. ఈ ఉత్తర్వుల మేరకు కార్డు సభ్యులందరూ వారి ఆధార్ వివరాలను రేషన్ డీలర్ల వద్ద సమర్పించాల్సి ఉంటుందని పౌరసరఫరాల శాఖ అధికారులు చెబుతున్నారు. ఒకవేళ ఇప్పటివరకు ఆధార్ నమోదు చేసుకోని లబ్ధిదారులు ఇకపై నిత్యావసరాలు కావాలంటే ఆధార్ రిజిస్టర్ చేసుకోవాలని, రిజిస్ట్రేషన్ ప్రక్రియ పూర్తయిన వారికి సరుకులు ఇవ్వొచ్చని, లబ్ధిదారులంతా ఆధార్ వివరాలు నమోదు చేసుకునేందుకు స్థానిక యూఐడీఏఐ అధికారులతో కలసి సెంటర్లు ఏర్పాటు చేసేలా చర్యలు తీసుకోవాలని కూడా ఆ ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు. ఆధార్ వివరాలను కూడా బయోమెట్రిక్, ఐరిష్ నిర్ధారణల ద్వారా నమోదు చేయాలని, వీలుకాని పక్షంలో లబ్ధిదారులకు వన్‌టైం పాస్‌వర్డ్ (ఓటీపీ) పంపడం ద్వారా ప్రక్రియ పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. బయోమెట్రిక్, ఐరిష్ విధానంలో నిర్ధారణకు వీలుకాని అంధులు, కుష్టు వ్యాధిగ్రస్తులు, అనారోగ్య సమస్యలతో మంచం పట్టిన లబ్ధిదారులకు మాత్రం ఎలాంటి ఆటంకం కలగకుండా చూడాలని ఆదేశించారు.

మధిరలో టీఆర్ఎస్ నాయకుల విజయోత్సవ ర్యాలీ

మధిర, డిసెంబర్ 4, ప్రజాపాలన : జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికలలో టిఆర్ఎస్ విజయానికి సంకేతంగా మధిరలో జిల్లా పరిషత్ చైర్మన్ లింగాల కమల్ రాజు ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి , బాణసంచా కాల్చి విజయోత్సవ ర్యాలీ నిర్వహించిన టిఆర్ఎస్ నాయకులు. ఈ కార్యక్రమంలో మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ చితరూ నాగేశ్వరరావు, టిఆర్ఎస్ మండల అధ్యక్షులు రావూరి శ్రీనివాసరావు, పట్టణ అధ్యక్షులు దేవిశెట్టి రంగారావు, పట్టణ కార్యదర్శి అరిగె శ్రీనివాసరావు, సిద్దినేని గూడెం సొసైటీ చైర్మన్ కటికలు సీతారామి రెడ్డి, జిల్లా నాయకులు మొండితోక జయకర్, మొండి తోక సుధాకర్, తోగరు ఓంకార్, కోన నరేందర్ రెడ్డి, కర్నాటి శ్రీనివాసరావు, కనుమూరి వెంకటేశ్వరరావు, కరేవేదు సుధాకర్, ఎర్రగుంట రమేష్,ఐలూరు మహేశ్వర్ రెడ్డి, చావా వేణు, మధిర మార్కెట్ డైరెక్టర్ గుర్రాల సైదిరెడ్డి, పళ్ళ పోతు ప్రసాద్ , యన్నంసెట్టి అప్పారావు, జె. వి.రెడ్డి, ములకలపల్లి వినయ్ కుమార్, భువనగిరి నారాయణరావు, పరిస శ్రీనివాసరావు, కపిలవాయి జగన్ మోహన్ రావు, కంభం శివ,అబ్బూరి రామన్ తదితర లు పాల్గొన్నారు

జి. హెచ్.ఎం.సి ఎన్నికల్లో విజయం సాధించిన తె.రా.స

సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్న సంక్షేమ శాఖ మంత్రి కొప్పుల ఈశ్వర్

వెల్గటూర్, డిసెంబర్ 04 (ప్రజాపాలన) : జి.హెచ్.ఎం.సి తె.రా.స పార్టీ ఎన్నికల్లో విజయం సాధించిన ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి కొప్పుల ఈశ్వర్ ఆనందం వ్యక్తం చేస్తూ ఎన్నికల సరళిని పరిశీలించిన అనంతరం వస్తూ చిరు మందహాసంతో బయటకు వచ్చిన అభిమానులతో ఆనందం పంచుకున్నారు. అనంతరం ఒక ప్రకటనలతో మాట్లాడుతూ కేసీఆర్ చేసిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలే జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికల్లో విజయం సాధించినట్లు తెలిపారు. ప్రతిపక్ష పార్టీలు ఎన్ని కుట్రలు వేసిన వారి మాట హైదరాబాద్ ప్రజలు నమ్మలేదని మంత్రి తెలిపారు. హైదరాబాద్ ప్రజలు తె.రా.స.కు విజయం సాధించినందుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

మొక్కజొన్న పంట పూర్తిస్థాయిలో కొనుగోలు చేయాలని సబ్ కలెక్టర్‌కి రైతుల వినతి

మెట్‌పల్లి, డిసెంబర్ 4 (ప్రజాపాలన): మెట్‌పల్లి పట్టణంలో సబ్ కలెక్టర్ గారికి రైతులు వినతి పత్రం అందజేశారు. విషయం ఏమనగా మొక్కజొన్న 11 కోట్లు జగిత్యాల జిల్లాకి వచ్చిన రైతులకు ఖాతాలో జమ చేయలేదు మరియు పూర్తిస్థాయిలో కొనుగోలు చేయలేదు. మొక్కజొన్న పంట కోసి 2 నెలలు గడుస్తున్నా పూర్తిస్థాయిలో ఈ రోజు వరకు కొనుగోలు చేయడం లేదు ఒక్క ఏకారనికి 20 క్వింటాళ్లు అని ఆంక్షలు పెడుతూ ఆన్లైన్ లో ఎక్కలేదని పూర్తిస్థాయిలో రైతుల వద్ద నుండి ఈ రోజు వరకు కొనుగోలు చేయడం లేదు అంతే కాకుండా కొనుగోలు చేసినవి నెల రోజులు గడిచిన ఈ రోజు వరకు ఏ ఒక్క రైతు ఖాతాలో ఒక్క రూపాయి కూడా జిల్లా అధికారులు జమ చేయడం లేదు మరిఫోన్ ముఖ్యంగా 11 కోట్లు జిల్లాకి విడుదల చేశామని మార్క్ ఫెడ్ ఎమ్‌డి భాస్కరచారి గత నెలలో 27 నవంబర్ 2020 నాడు 5 కోట్లు మొత్తం 11 కోట్లు విడుదల చేసిన వారం గడుస్తున్నా జిల్లా అధికారులు రైతుల ఖాతాలో జమ చేయకపోవడం వల్ల రైతులు తీవ్ర ఇబ్బందులకు రైతులు మార్క్ ఫెడ్ డి ఎమ్ జగిత్యాలకి పలువురు ఫోన్ చేస్తే ఆమె మాట్లాడకుండా ఆమె డ్రైవర్ తో ఫోన్ మాట్లాడించడం వల్ల రైతులు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఈ సమస్యలు అన్ని పరిష్కరించగలరని. బద్దం శ్రీనివాస్ రెడ్డి, వెంకటరెడ్డి, మామిడి రాజశేఖర్ రెడ్డి, కాటిపల్లి నాగేశ్వర్ రెడ్డి, కంతి మోజెస్, కంతి సురేష్, ఏనుగు శేఖర్, సంతోష్ వినతిపత్రం అందజేశారు.

సనత్‌నగర్‌లో సత్తా చాటిన టిఆర్ఎస్

అమీర్ పేట (ప్రజాపాలన) : జి హెచ్ ఎం సి ఎలక్షన్ లలో సనత్ నగర్ డివిజన్ లో టి ఆర్ ఎస్ ఘనవిజయం సాధించింది . టి ఆర్ ఎస్ అభ్యర్థి కొలను లక్ష్మి బాల్ రెడ్డి 2429 ఓట్ల తేడాతో బి జె పి అభ్యర్థి కంజర్ల అన్నపూర్ణ యాదవ్ పై గెలుపొందారు . సనత్ నగర్ సిట్టింగ్ కార్పొరేటర్ ఐన లక్ష్మి బాల్ రెడ్డి బి జె పి అభ్యర్థి పై సంపూర్ణ ఆధిపత్యం ప్రదర్శించారు . ప్రచార దశలోనే బి జె పి అభ్యర్థి పై వారి పార్టీ కార్యకర్తలలో నిరాశ కనిపించగా అది టి ఆర్ ఎస్ అభ్యర్థికి వరమైంది .

వెంకటాపూర్లో తన్వి క్లినిక్ ప్రారంభించిన డాక్టర్ రామకృష్ణ

వెల్గటూర్, డిసెంబర్ 04 (ప్రజాపాలన) : వెల్గటూర్ మండలం వెంకటాపూర్ గ్రామంలో ప్రాథమిక చికిత్స కోసం శుక్రవారం తన్వి క్లినిక్ డాక్టర్ రామకృష్ణ ప్రారంభించారు. డాక్టర్ రామకృష్ణ మాట్లాడుతూ ప్రజలకు తన్వి క్లినిక్ ఎల్లవేళలా అందుబాటులో ఉంటుందని ఆయన అన్నారు. ఇట్టి కార్యక్రమంలో స్థానిక ఎం.పీ.టీసీల ఫోరం అధ్యక్షులు పొడేటి సతీష్, జిల్లా రైతుసమన్వయ సభ్యులు అల్లం దేవమ్మ, తెరాస గ్రామ అధ్యక్షులు అల్లం శంకరయ్య, కార్యదర్శులు కంది తిరుపతి, రైతు సమన్వయ మండల సభ్యులు నల్లూరి మల్లేశం, వడకపురం శంకరయ్య, పి.ఎమ్.పి రామిల్ల అశోక్, మ్యాకల చంద్రయ్య,సత్తయ్య, లచయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కరోన మహమ్మారిని తరిమికొడదాం

తెలంగాణ సాంస్కృతిక కళాజాత బృందం

వికారాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి డిసెంబర్ 4 (ప్రజాపాలన) : కరోన మహమ్మారి విజృంభిస్తున్న ప్రస్తుత తరుణంలో ప్రజలందరూ మనో ధైర్యంగా ఉంటూ తగిన జాగ్రత్తలు పాటించాలనే ఉద్దేశ్యంతో తెలంగాణ సాంస్కృతిక కళాజాత బృందం పౌరసంబంధాల శాఖ ఆధ్వర్యంలో అవగాహన కల్పించారు. శుక్రవారం వికారాబాద్ జిల్లా ధారూర్ మండలానికి చెందిన కొండాపూర్ కుర్దు గ్రామంలో కరోన మహమ్మారి, హరితహారం, పరిసరాల పరిశుభ్రత వంటి అంశాల గురించి ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా కళా జాత సాంస్కృతిక బృందం వారు మాట్లాడుతూ ప్రతి ఒక్కరు మాస్కు ధరించి భౌతిక దూరాన్ని పాటించాలని ప్రజలను కోరారు. చేతులను తరచుగా సబ్బుతో, శానిటైజర్ తో శుభ్రం కోవాలని సూచించారు. పరిసరాలు పరిశుభ్రంగా ఉంటే ఏ జబ్బు దరిచేరదని తెలిపారు. ప్రతి ఇంటి ఆవరణలో కనీసం ఆరు మొక్కలు నాటి ప్రకృతి పచ్చ అందాలను పెంచాలని తెలిపారు. ఈ అవగాహన కార్యక్రమంలో తెలంగాణ సాంస్కృతిక కళా కారులు సంజీవ, భిక్షపతి, శ్రీనివాస్, శంకర్, అర్చన, సంధ్య, కొండాపూర్ కుర్దు గ్రామ సర్పంచ్ నర్సింహా రెడ్డి, కార్యదర్శి రేవంత్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సూరారం, చెగ్యాం గ్రామాలలో గొర్రెలకు, మేకలకు ఉచిత నట్టల నివారణ మందులు

వెల్గటూర్, డిసెంబర్ 04 (ప్రజాపాలన) : వెల్గటూర్ మండలములోని సూరారం, చెగ్యాం గ్రామాలలో గొర్రెలకు, మేకలకు ఉచిత నట్టల నివారణ మందులు పశు వైద్య సిబ్బంది శిబిరం నిర్వహించి మందులు పంపిణీ చేసినారు. ఈ కార్యక్రమంలో సూరారం సర్పంచ్ లచ్చయ్య, చెగ్యాం సర్పంచ్ రామిళ్ళ లావణ్య అనిల్ ఆధ్వర్యంలో గొర్రెలకు మేకలకు మందులు వేసినారు.

సూరారం 52 గొర్రెలకు, 328 మేకలకు, మొత్తం 380 ఉచిత నట్టల నివారణ మందులు వేసినారు. అవిధంగా చెగ్యాం గ్రామములో 40859 గొర్రెలకు, 394 మేకలకు మందులు వేసినారు. కార్యక్రమంలో వైద్య సిబ్బంది ఎల్.ఎస్.ఏలు పోచయ్య, శ్రావణి,మాధవి, ఇబ్బంది నాగరాజు, కుసుమ, పోచమల్లు పోచయ్య పాల్గొన్నారు.

జి. హెచ్. ఎం.సి ఎన్నికల్లో విజయం సాధించిన తె.రా.స

వెల్గటూర్, డిసెంబర్ 4 (ప్రజాపాలన) : జి.హెచ్.ఎం.సి తె.రా.స పార్టీ ఎన్నికల్లో విజయం సాధించిన ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి కొప్పుల ఈశ్వర్ ఆనందం వ్యక్తం చేస్తూ ఎన్నికల సరళిని పరిశీలించిన అనంతరం వస్తూ చిరు మందహాసంతో బయటకు వచ్చిన అభిమానులతో ఆనందం పంచుకున్నారు. అనంతరం ఒక ప్రకటనలతో మాట్లాడుతూ కేసీఆర్ చేసిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలే జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికల్లో విజయం సాధించినట్లు తెలిపారు. ప్రతిపక్ష పార్టీలు ఎన్ని కుట్రలు వేసిన వారి మాట హైదరాబాద్ ప్రజలు నమ్మలేదని మంత్రి తెలిపారు. హైదరాబాద్ ప్రజలు తె.రా.స.కు విజయం సాధించినందుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

చిన్న వెంకయ్య నివాళులు అర్పించిన ఉన్నం బ్రహ్మయ్య

పాలేరు నేలకొండపల్లి డిసెంబర్ 4 ప్రజాపాలన : ఖమ్మం జిల్లా నేలకొండపల్లి మండలం కొరట్లగుడెం గ్రామములో అనారోగ్యంతోనిన్న సాయంత్రం మృతి చెందిన గుండా చిన్న వెంకయ్య నివాళులు అర్పించి వారి కుటుంబానికి ఎమ్మెల్యే కందాళ ఉపేందర్ రెడ్డి ప్రగాఢ సానుభూతి తెలియజేశారు. ఎమ్మెల్యే కందాల ఉపేందర్ రెడ్డి గారు దాన సంస్కరణలకు నిమిత్తం వారి కుటుంబ సభ్యులకు ఈ రోజు 10,000/- ఆర్థిక సాయం అందించారు. ఎమ్మెల్యే అందుబాటులో లేనప్పటికీ మరణం వార్త తెలిసిన వెంటనే టిఆర్ఎస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు ఉన్నం బ్రహ్మయ్య మండల నాయకుడు నెల్లూరి లీలప్రసాద్ వజ్జా శ్రీనివాసరావు బచ్చలకూరి శ్రీనివాస రావు చేతుల మీదుగా 10,000/-రూపాయల ఆర్థిక సహాయాన్ని వారికి అందించారు,వారి కుటుంబ సబ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలిపారు.

వికారాబాద్ జిల్లా కాంగ్రెస్ యువజన అధ్యక్షునిగా సతీష్ రెడ్డి

వికారాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి డిసెంబర్ 4 (ప్రజా పాలన) : వికారాబాద్ జిల్లా కాంగ్రెస్ యువజన అధ్యక్షునిగా 7002 ఓట్లతో సతీష్ రెడ్డి విజయం సాధించడం జరిగింది. శుక్రవారం జిల్లా కేంద్రంలోని కమలానగర్‌లో గల అతని స్వగృహంలో మీడియా సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా సతీష్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ..ఆగస్ట్ మాసంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా యువజన కాంగ్రెస్ ఎన్నికలు రసవత్తరంగా పోటాపోటీగా జరిగాయని అన్నారు. విద్యార్థుల నిరుద్యోగుల సమస్యలను తీర్చుటకు అహర్నిశలు కృషి చేస్తామని విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రంలో కెసిఆర్, కేంద్రంలో మోడీ ప్రభుత్వాలను ఎండగడుతూ సమస్యల పరిష్కారం కొరకు తీవ్రంగా కృషి చేస్తామని తెలిపారు. 2014లో ఎన్నికలలో మోదీ సంవత్సరానికి రెండు కోట్ల ఉద్యోగాలు కల్పిస్తామని మేనిఫెస్టోలో తెలిపినా ఇంత వరకు ఒక్కరికి కూడా ఉద్యోగం ఇవ్వలేదని ఎద్దేవా చేశారు. సీఎం కేసీఆర్ నిరుద్యోగులకు నిరుద్యోగ భృతి కల్పిస్తానని మాట ఇచ్చి తప్పారని గుర్తు చేశారు. వికారాబాద్ జిల్లా ఏర్పడడానికి ఉద్యమాలు చేశామని అన్నారు. పరిగిలో డిగ్రీ కళాశాల కొరకు ధర్నా నిర్వహించామని చెప్పారు. వికారాబాద్ నియోజకవర్గ అధ్యక్షునిగా సంతోష్ గౌడ్, పరిగి నియోజకవర్గ అధ్యక్షునిగా మిర్జా మినాజ్, జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శిగా శివప్రసాద్ మరాఠి గెలుపొందారు. నిరంతరం విద్యార్థుల సమస్యలపట్ల పోరాడుతానని తెలియజేశారు.

అమీర్ పేటలో బిజెపి అనూహ్య విజయం

అమీర్ పేట (ప్రజాపాలన) : సనత్ నగర్ నియోజక వర్గంలో అమీర్ పేట డివిజన్లో జరిగిన జిహెచ్ఎంసి ఎన్నికలలో బి జె పి అనూహ్య విజయం సాధించింది. టి ఆర్ ఎస్ అభ్యర్థి సిట్టింగ్ కార్పొరేటర్ శేషుకుమారి పై బిజెపి అభ్యర్థి కేతినేని సరళ అనూహ్య విజయం సాధించారు . ఈ డివిజన్లో బి జె పి అభ్యర్థి కొత్త అభ్యర్థి కావడం, నియోజక వర్గ ప్రజలకు అంతగా తెలియని అభ్యర్థి కావడంతో శేషుకుమారి విజయం నల్లేరుపై నడకలా ఉంటుందని అందరూ భావించారు . మంత్రి తలసానికి డివిజన్ పై గట్టి పట్టు ఉండటంతో బిజెపి కూడా టి ఆర్ ఎస్ చేసినంతగా ప్రచారం చేయలేదు. అయినా శేషుకుమారి ఓడిపోవడం తో డివిజన్లో మొదటిసారి టిఆర్ఎస్‌కి ఎదురు దెబ్బగా విశ్లేషకులు వర్ణిస్తున్నారు.

జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ యూత్ అధ్యక్షుడు గుండా శ్యామ్ 672 ఓట్లతో గెలుపు

ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి (ప్రజాపాలన) : కేబీ ఆసిఫాబాద్ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ యూత్ అధ్యక్షుడిగా పట్టణం లోని జనకా పూర్ కు చెందిన కాంగ్రెస్ పార్టీ కి చెందిన యువ నాయకుడు ఎన్నికయ్యారు. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా జరిగిన అధ్యక్ష పదవికి పార్టీ అధిష్టానం ఎన్నికలు నిర్వహించగా పోటా పోటీగా జరిగిన ఓటింగ్ లో గుండా శ్యామ్ కు 672 ఓట్ల మెజారిటీతో గెలుపొందిన ట్లు శ్యామ్ శుక్రవారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా శ్యామ్ మాట్లాడుతూ తన గెలుపునకు సహకరించిన డి సి సి అధ్యక్షులు విశ్వ ప్రసాద్ రావు, నాయకులు రితీష్ రాథోడ్, సిర్పూర్ నియోజకవర్గం ఇన్చార్జి పాల్వాయి హరీష్ బాబు, పార్టీ ఇతర నేతలకు, కార్యకర్తలకు శ్యామ్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. తనపై నమ్మకం ఉంచి అధ్యక్ష పదవిని ఇచ్చినందుకు కాంగ్రెస్ పార్టీ అభివృద్ధికి తన వంతు కృషి చేస్తానని పేర్కొన్నారు.

గీత కార్మికుడికి తీవ్ర గాయాలు

వలిగొండ ప్రజాపాలన : ప్రమాదవశాత్తు తాటి చెట్టుపై నుండి పడి గీత కార్మికునికి తీవ్ర గాయాలైన ఘటన మండల పరిధిలోని వెల్వర్తి గ్రామంలో శుక్రవారం చోటుచేసుకుంది.కుటుంబ సభ్యులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం వెల్వర్తి గ్రామానికి చెందిన మల్లం స్వామి శుక్రవారంరోజు మాదిరిగా తాడి చెట్టు ఎక్కిన క్రమం లో పట్టుతప్పి ప్రమాదవశాత్తు తాటి చెట్టుపై నుండి క్రింద పడటంతో అతనికి తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. వెంటనే ప్రైవేటు వాహనంలో భువనగిరి ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించగా అక్కడ ప్రథమ చికిత్స నిర్వ హించి అక్కడి వైద్యులు మెరుగైన చికిత్స నిమిత్తం హైదరాబాదులో ఓ ప్రయివేటు ఆస్పత్రికి తరలించినట్లు తెలిపారు.నిరుపేద కుటుంబానికి చెందిన గీతా కార్మికున్ని ప్రభుత్వ పరంగా ఆదుకోవాలని పలువురు గ్రామస్థులు కోరారు.

ప్రభుత్వ పథకాలపై దృష్టిసారించాలి : జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్

ఆసిఫాబాద్ జిల్లా ప్రతినిధి (ప్రజాపాలన): ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాల అభివృద్ధిలో భాగంగా రైతు వేదికలు, పల్లె ప్రగతి వనాలు, డ్రాయింగ్ ప్లాంట్ ఫామ్, వైకుంఠ ధామాలు, సెగ్రి గేషన్ షెడ్, ఈ ఐదు వాటిపై దృష్టి సారించి పకడ్బందీగా నిర్మాణ పనులను త్వరిత గతిన పూర్తి చేయాలని. ప్రతి ఒక్క అధికారి తమవంతు బాధ్యతగా జిల్లాను మొదటి స్థానంలో ఉండేలా కృషి చేయాలని, నిర్లక్ష్యం వహిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుంద న్నారు. శుక్రవారం కలెక్టరేట్ సమా వేశ మందిరంలో ఎంపీడీవోలు, ఎంపీఓలు, ఆర్అండ్‌బి, పంచాయతీ రాజ్, డిఆర్డిఓ, అధికారులతో కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ రైతు వేదిక నిర్మాణం పనులు వారం రోజులలో పూర్తిచేయాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. మొత్తం 70 నిర్మాణ పనులు ఆన్లైన్, రిపోర్ట్ సమానంగా ఉండాలని ఈ నెల 11 వరకు పూర్తిచేయాలని తెలిపారు. అలసత్వం వహించిన వారిపై చర్యలు తప్పవన్నారు. పల్లె ప్రకృతి వరాలు ప్రతి గ్రామ పంచాయతీలో ఏర్పాటు చేయాలని వాటికి సంబంధించిన కంచె, కూర్చోవడానికి బెంచీలు ఏర్పాటు చేయాలని, ఎంపీడీవోలు పల్లె ప్రకృతి వనరులపై దృష్టి సాధించి ఇచ్చిన టార్గెట్ ను సకాలంలో పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. గడువులోగా పనులు పూర్తి చేయని వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుందని అధికారులను హెచ్చరించారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ పి రాంబాబు, డిఆర్ఓ సురేష్, పి ఈ ఓ సాయి గౌడ్, ఈ పి ఓ రమేష్, డి ఆర్ డి ఎ వెంకట శైలేష్, సంబంధిత అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎవరికి ఏ వ్యాయామం కరెక్ట్?

ఆరు నెలలకోసారి 'బోన్ మినరల్ డెన్సిటీ' పరీక్ష చేయించుకుంటే, వ్యాయామం వల్ల ఎముకల్లో క్యాల్షియం ఎంత పెరిగిందో తెలుసుకోవచ్చు. క్యాల్షియం పెరుగుదల కనిపిస్తే చేస్తున్న వ్యాయామం సత్ఫలితాన్ని ఇచ్చిందని అర్థం. వ్యాయామం ఆరోగ్యకరమే! మరీ ముఖ్యంగా మహిళలకు వ్యాయామం అత్యవసరం. పెరిగి తరిగే హార్మోన్ల ప్రభావాలు, అదుపుతప్పుతున్న ఆహారపుటలవాట్లు, జీవనశైలులు, మారే సీజన్లు మహిళల ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తూ ఉంటాయి. కాబట్టి టీనేజర్ల మొదలు, వృద్ధుల వరకూ ప్రతి మహిళా తమకు తగిన ఎంతో కొంత వ్యాయామాన్ని దినచర్యలో భాగం చేసుకోవాలి. అయితే ఏ ఇద్దరి జన్యు నిర్మాణం ఒకేలా ఉండదు. కాబట్టి ఒకరికి ఫలితాన్నిచ్చిన వ్యాయామం వేరొకరికి ఇవ్వకపోవచ్చు. ఒకరికి తేలికగా అనిపించిన వ్యాయామం ఇంకొకరికి కష్టంగా తోచవచ్చు. అలాంటప్పుడు ఎవరికి వాళ్లు తమకు తగిన వ్యాయామాన్ని ఎలా ఎంచుకోవాలి? ఏ ప్రాతిపదికన, ఏ అంశాల ఆధారంగా వ్యాయామ నియమాల్ని పాటించాలి? అంటే...

ఏరోబిక్స్ చేయాలి

ప్రొటీన్‌ని పెంచి కొవ్వును కరిగించడమే ప్రతి వ్యాయామం ఉద్దేశం. ఏరోబిక్స్ సూత్రం కూడా అదే! ఈ వ్యాయామంతో కండరాలన్నీ పని చేయడం మొదలుపెడతాయి. దాంతో శక్తి ఖర్చవుతుంది. తీసుకునే మాంసకృత్తుల సహాయంతో కొవ్వు కరగడం మొదలవుతుంది. పురుషులతో పోలిస్తే మహిళల కీళ్లను పట్టి ఉంచే లిగమెంట్లు సున్నితంగా ఉంటాయి. కాబట్టి వాటి మీద ఎక్కువ ఒత్తిడి పడని టోనింగ్, బిల్డింగ్ వ్యాయామాలు మహిళలకు అనుకూలమైనవి. కొవ్వును కరిగించి, కండరాల పటుత్వాన్ని పెంచడం ఈ వ్యాయామాల ఉద్దేశం. ఇలాంటి ఒకే ఒక్క వ్యాయామం 'ఏరోబిక్స్'! ఏరోబిక్స్ అనగానే సాధారణంగా మహిళలందరూ జంకుతూ ఉంటారు. జిమ్‌కి వెళ్లి వ్యాయామం చేయడమే తేలిక అనుకుంటూ ఉంటారు. కానీ ఏరోబిక్స్ కీళ్ల సమస్యలు లేని ఏ వయసువాళ్లైనా చేయవచ్చు. వయసులవారీగా ఏరోబిక్ వ్యాయామాలు ఉంటాయి.

టీనేజర్లు అయితే?

యుక్తవయస్కులు పవర్ ఏరోబిక్స్ చేయాలి. చెమటలు పట్టేలా వేగంగా కదిలే వ్యాయామాలు మేలైనవి. స్కిప్పింగ్, ఎత్తుకు ఎగిరి దూకే వ్యాయామాలు చేయవచ్చు. వెయిట్ లిఫ్టింగ్ కూడా చేయాలి. ట్రెడ్‌మిల్, సైక్లింగ్, క్రాస్ ట్రైనర్‌లు కూడా వాడాలి. అయితే ఖర్చయ్యే క్యాలరీలను మాంసకృత్తులతో భర్తీ చేస్తూ ఉండాలి. ఆహారంలో తేలికగా అరిగే కొవ్వులూ ఉండేలా చూసుకోవాలి. ఏరోబిక్స్‌లో స్టెప్పర్ వాడాలి.

మధ్యవయస్కులైన మహిళలైతే...

వీళ్లు వెయిట్ బేరింగ్, నాన్ వెయిట్ బేరింగ్ అనే రెండు రకాల పద్ధతులను వ్యాయామంలో అనుసరించాలి. మనం మన కాళ్ల మీద నిలబడి చేసే వ్యాయామాలు 'వెయిట్ బేరింగ్'. అలాకాకుండా కూర్చుని చేసే వ్యాయామాలు 'నాన్ వెయిట్ బేరింగ్'. వీటిలో తమకు తగిన వ్యాయామాలను మహిళలు ఎంచుకోవచ్చు. కూర్చుని చేసే వ్యాయామాలతో ఫిట్‌నెస్ పెంచుకోవాలంటే 'స్టాటిక్ సైక్లింగ్' (కదలకుండా తొక్కే సైకిల్) చేయాలి. ఆర్థ్రయిటిస్ ఉన్న మహిళలు బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలన్నా ఇదే ఉత్తమమైన వ్యాయామం. ఈ వ్యాయామం వల్ల కీళ్ల మీద బరువు పడదు. సైకిల్ తొక్కుతాం కాబట్టి వ్యాయామమూ అందుతుంది. 30 నుంచి 50 ఏళ్ల వయసు మహిళలు, ఆర్థ్రయిటిస్ లేనివాళ్లైతే స్టాటిక్ సైక్లింగ్‌కు బదులుగా రోడ్డు మీద సైకిల్ తొక్కవచ్చు.

50 ఏళ్లు పైబడితే?

వీళ్లకు తేలికపాటి బేసిక్ ఏరోబిక్ వ్యాయామాలు ఉంటాయి. వేగం తగ్గించి, ఎక్కువ సేపు చేసే ఏరోబిక్స్ 50 ఏళ్లు పైబడినవాళ్లూ ఎంచుకోవచ్చు. ఏరోబిక్స్‌లో స్టెపర్ వాడకూడదు, ఎత్తు ఎగరడం, దూకడం చేయకుండా, చేతులు, కాళ్లను కదిలించేలా ఏరోబిక్స్ చేయాలి. దీంతోపాటు స్టాటిక్ సైక్లింగ్, వాకింగ్ సరిపోతుంది. యోగా చేయాలనుకుంటే కష్టంగా ఉండే భంగిమలు మినహా చేయడానికి తేలికగా ఉండేవి ఎంచుకోవాలి. శరీరాన్ని విపరీతంగా వంచి చేసే యోగాసనాల వల్ల లిగమెంట్లు దెబ్బతింటాయి. కాబట్టి వేరొకరిని అనుకరించకుండా తమకు నప్పే ఆసనాలే వేయాలి. ప్రాణాయామం చేయాలి. కీళ్ల నొప్పులు ఉండేవాళ్లు పద్మాసనంలో కూర్చుని చేసే వ్యాయామాలు మానేయాలి. ఎత్తులు ఎక్కిదిగే వ్యాయామాలూ చేయకూడదు. వీలైతే నీళ్లలో నడుం కింది వరకూ మునిగి చేసే వ్యాయామాలు చేయాలి. ఈ వ్యాయామాల వల్ల కీళ్ల మీద బరువు పడకుండా ఉంటుంది.

నెలసరి సమయంలోనూ...

నెలసరి సమయంలో వ్యాయామం చేయకూడదనే నియమమేమీ లేదు. నెలసరి సమస్యలేవీ లేకుండా, ఇతరత్రా ఆరోగ్య సమస్యలేవీ లేకపోతే ఆ సమయంలో కూడా నిస్సందేహంగా వ్యాయామం చేయవచ్చు. రక్తంలో హిమోగ్లోబిన్ తక్కువ ఉన్నవాళ్లు, అనీమియా ఉన్నవాళ్లు ఆ సమస్యల నుంచి కోలుకున్న తర్వాత నుంచి నెలసరి సమయంలోనే వ్యాయామాలు కొనసాగించవచ్చు.

వెయిట్స్ తక్కువగానే!

వెయిట్ లిఫ్టింగ్ కూడా చేయాలి. అయితే ఒకేసారి ఎక్కువ బరువులు ఎత్తేయకుండా, తక్కువ బరువులతో ఎక్కువ సార్లు వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఉపయోగం ఉంటుంది. మహిళలకు కిలో బరువుండే డంబెల్స్ సరిపోతాయి. ఇలాకాకుండా కిలో బరువు లేపగలిగాం కదా! అని బరువులను పెంచుకుంటూపోతే లిగమెంట్లు డ్యామేజ్ అవుతాయి. తక్కువ బరువుతో ఎక్కువసార్లు రిపీటెడ్ వ్యాయామాలు చేయాలి.

వ్యాయామంతో పెరిగే ఎముకల సాంద్రత

బరువు తగ్గాలనుకున్నా, ఫిట్‌నెస్ పెంచాలనుకున్నా ఇంటికి దగ్గర్లో ఉన్న జిమ్ వెతుక్కుని చేరిపోకుండా, ముందు ఫిజియోథెరపిస్టని సంప్రదించాలి. అలాగే వైద్యులను కూడా! వీళ్లకు వయసు, శరీర బరువు, ఆరోగ్య సమస్యల వివరాలను చెప్పి, తగిన వ్యాయామాలను సూచించమని అడగొచ్చు. కొంతమంది మహిళలు ఇంటిపనే వ్యాయామంగా భావిస్తూ ఉంటారు. కానీ ఇంటిపనితోపాటు ప్రతిరోజూ కచ్చితంగా అరగంటపాటు వ్యాయామం చేయాల్సిందే! ఎలాంటి వ్యాయామాన్ని ఎంచుకున్నా, దాని ఫలితం కనిపించకపోతే తప్పు చేసే పద్ధతిలో లేదా ఆహారపుటలవాట్లలో ఉంటుందనే విషయాన్ని గ్రహించాలి. వ్యాయామం ప్రభావాన్ని కనిపెట్టడానికి వైద్యపరంగా ఓ పద్ధతిని అనుసరించవచ్చు. అదే... 'బోన్ మినరల్ డెన్సిటీ' ఆరు నెలలకోసారి ఈ పరీక్ష చేయించుకుంటే, ఎముకల్లో క్యాల్షియం ఎంత పెరిగిందో తెలుసుకోవచ్చు. క్యాల్షియం పెరుగుదల కనిపిస్తే చేస్తున్న వ్యాయామం సత్ఫలితాన్ని ఇచ్చిందని అర్థం.

ఆర్థ్రయిటిస్ ఉంటే?

ఆర్థ్రయిటిస్ ఉన్నా వ్యాయామాలు చేయవచ్చు. అయితే బరువులు ఎత్తే వ్యాయామాలు చేయకూడదు. బాడీ బిల్డింగ్ కూడా చేయకూడదు. నేల మీద కూర్చుని చేసే వ్యాయామాలు కూడా చేయకూడదు. ట్రెడ్‌మిల్ మీద నడిచేటప్పుడు అనుకూలంగా ఉండే వేగంలోనే నడవాలి. ట్రెడ్‌మిల్ గ్రేడ్ (ఎత్తు పెంచడం) వాడకూడదు. స్టాటిక్ సైక్లింగ్ చేసేటప్పుడు కూడా కీళ్ల మీద ఒత్తిడి పడకుండా చూసుకోవాలి.

ఆస్టియోపోరోసిస్‌ను అరికట్టే వ్యాయామం

ప్రతి మహిళా తప్పించుకోలేని ఆరోగ్య సమస్య 'ఆస్టియోపోరోసిస్'. 35 ఏళ్ల వయసులో మొదలై క్రమంగా పెరుగుతూ, మెనోపాజ్ దశకు చేరుకున్న తర్వాత తీవ్రత పెరిగే ఈ సమస్యను ముందుగానే అరికట్టే వీలుంది. ఎముకలు గుల్లబారే ఈ సమస్యను అరికట్టాలంటే 35 ఏళ్లు దాటిన ప్రతి మహిళా అరగంటపాటు, వారంలో కనీసం మూడు రోజులపాటు వ్యాయామాలు చేయాలి. పాల ఉత్పత్తులు దైనందిన ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. ప్రతి రోజూ కనీసం పావు లీటరు పాలు తప్పనిసరిగా తాగాలి.

ఏ రకం క్యాల్షియం?

35 ఏళ్లు దాటిన తర్వాత మహిళల ఎముకల సాంద్రత తగ్గుతూ ఉంటుందని, ఎముకలు గుల్లబారతాయనే అవగాహన విస్తృతంగా ఉంది. ఇది నిజమే! ఇందుకోసం 35 ఏళ్ల వరకూ ప్రతిరోజూ పావు లీటరు పాలు, పాల ఉత్పత్తులు తీసుకుంటూ, క్రమం తప్పక వ్యాయామం చేస్తే మెనోపాజ్ వరకూ ఎముకల అరుగుదలను నియంత్రించవచ్చు. ఆ తర్వాత తప్పనిసరిగా క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లు వాడాల్సిందే! ఒకవేళ వ్యాయామం చేసే అలవాటు లేకపోయినా, తగినంత పాల ఉత్పత్తులు తీసుకోలేకపోయినా క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లు వాడాలి. అయితే ఇందుకోసం ఎలాంటి సప్లిమెంట్లు వాడాలనే విషయం మీద అవగాహన తక్కువ. సాధారణంగా మెడికల్ షాపుల్లో తోచిన క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లు కొని వాడేస్తూ ఉంటాం.

కానీ వీటిలో క్యాల్షియం కార్బొనేట్, క్యాల్షియం సిట్రేట్ అనే రెండు రకాలుంటాయి. వీటిలో క్యాల్షియం సిట్రేట్ ఖరీదైనది. టీవీ ప్రకటనల్లో కనిపించే క్యాల్షియం సప్లిమెంట్లన్నీ క్యాల్షియం కార్బొనేట్‌వే! క్యాల్షియం సిట్రేట్ కేవలం వైద్యులు మాత్రమే సూచిస్తారు. మూత్రపిండాల సమస్యలు, అజీర్తిలాంటి సమస్యలున్నవారికి క్యాల్షియం కార్బొనేట్ పని చేయదు. అజీర్తి ఉన్నవాళ్లకి ఆ సప్లిమెంట్ జీర్ణం కాదు. మూత్రపిండాల సమస్యలున్నవాళ్లకి ఈ సప్లిమెంట్ వల్ల మూత్రపిండాల్లో రాళ్లు ఏర్పడతాయి. క్యాల్షియం సిట్రేట్‌తో ఈ సమస్యలుండవు. కాబట్టి 50 ఏళ్లు దాటినవాళ్లు క్యాల్షియం సిట్రేట్‌నే ఎంచుకోవాలి. అన్నిటికంటే ముఖ్యంగా సొంతగా సప్లిమెంట్లు కొనేసి వాడేయకుండా, వైద్యుల సూచనలను పాటించాలి.

వాకింగ్ వల్ల ప్రయోజనాలు తెలిస్తే..ఇక మీరు..

కరీంనగర్ స్పోర్ట్స్: జీవన విధానం యాంత్రికంగా మారడంతో తగిన వ్యాయామం లేక శరీర నియంత్రణ లేకుండా పోతోంది. ప్రజలు బీపీ, షుగర్, స్థూలకాయం లాంటి రుగ్మతల బారిన పడుతున్నారు. జిల్లా వాసుల్లో నడక (వాకింగ్) పై ఆసక్తి పెరుగుతోంది. నడక శరీర నిర్మాణాన్ని మార్చు తుంది. నడకతో చాలా రకాల ఉపయోగా లున్నాయి. గుండెజబ్బులు, మధుమేహం, క్యాన్సర్, మానసిక ఒత్తిడి, రక్తపోటు, స్థూలకాయం, కొవ్వును తగ్గించి జీవిత కాలాన్ని పెంచుతుం ది. జిల్లాలోని ప్రధాన పట్టణాలతో పాటు పల్లెల్లో కూడా యువత, పెద్దలు నడకను జీవితంలో ఒక భాగంగా చేసుకుంటున్నా రు. ప్రత్యేకించి ఇటీవలి కాలంలో 35 నుంచి 45 సంవత్సరాల మధ్య వయస్సు వారు, వృద్దులు నడకపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపుతున్నారు. నడక ప్రాధాన్యాన్ని గుర్తించిన ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ 2002 మే 10న నిర్వహించిన సమావేశంలో వ్యాయామం, ఆరోగ్యం, ఆహారం అంశాల మీద చర్చించింది. ఆహార నియమాలతో పాటు నడక వ్యాయామాలపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడానికి ప్రతి సంవత్సరం మే 10 వ తేదీన వరల్డ్ మూవ్ ఫర్ హెల్త్ డే జరుపుకోవాలని సూచించింది. అప్పటి నుంచి ప్రతి సంవత్సరం మే 10న నడక దినోత్సవాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. నడిచేప్పుడు ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

నడక వల్ల లాభాలు, ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలి తదితర విషయాలను ఆంధ్రజ్యోతి ఈ సందర్భంగా మీ కోసం అందిస్తోంది.

ప్రారంభం ఇలా..

- వాకింగ్ ప్రారంభించే వారు మొదటి రోజు 5 నుంచి 15 నిమిషాలు నడిచి క్రమేపి పెంచాలి.
- బూట్లను తప్పని సరిగా ధరించాలి.
- వీలైనంత వరకు ఉదయం, సాయంత్రం వాకింగ్ చేస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది.
- రహదారులపై కంటే మైదానాలలోనే వాకింగ్ చేయడం మంచిది.

తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలు..

నడిచేటప్పుడు చేతులు ఊపుతూ శరీరాన్ని నిటారుగా ఉంచాలి.

వాకింగ్ ఆపే ముందు వేగాన్ని క్రమేపి తగ్గించాలి.

నడిచేటప్పుడు వదులుగా ఉండే దుస్తులనే ధరించాలి.

ఆరోగ్య సమస్యలుంటే డాక్టర్ సలహా తీసుకోవాలి.

ప్రతి రోజు 30నుంచి 45 నిమిషాలునడిస్తే మంచింది.

నడిచేటప్పుడు పక్కవారితో సాధ్యమైనంత వరకు మాట్లాడకుండా ఉండాలి.

నడిచేటప్పుడు శ్వాస నియంత్రణ అవసరం.

హిమోగ్లోబిన్ మరీ తక్కువ ఉంటే వ్యాయామం చేయకూడదు.

డాక్టర్ సలహా ప్రకారం మందులు వాడడం మంచిది.

లాభాలు..

- దేహదారుఢ్యాన్ని పెంపొందిస్తుంది.
- ఒత్తిడిని తగ్గించి నిద్రకు ఉపయోగ పడుతుంది.
- అధిక బరువును, కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది.
- మధుమేహం, గుండెజబ్బు అదుపులోకి వస్తాయి.
- క్యాన్సర్ వంటివి రాకుండా తోడ్పడుతుంది.
- కీళ్లు బలపడతాయి. రక్తప్రసరణ వేగవంతమవుతుంది.

నూనె పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలి...

- ఆహారంలో ఉన్న ఉప్పు, ఆయిల్ మోతాదు తగ్గించి జాగ్రత్తలు తీసుకొని వాకింగ్, వ్యాయామం చేయాలి.
- స్థూలకాయలు నూనె పదార్థాలు తినకుండా వెజిటేబుల్ సలాడ్స్‌ను తీసుకోవచ్చు.
- ఉదయాన్నే మంచినీటిని ఎక్కువగా తాగాలి. స్వీట్స్‌ను ఉదయం తప్పించి మిగిలిన సమయంలో తినకూడదు.

ఫిట్‌నెస్ కోసం డ్యాన్స్

వేడుకలు, సంతోషకరమైన సందర్భాల్లో మాత్రమే నలుగురు కలిసి చిందేయడం సహజం! కానీ ఇప్పుడు నిత్యం డ్యాన్స్ మంత్రాన్ని జపిస్తోంది నగర యువత. అదేమంటే అదొక ఫిట్‌నెస్ మంత్రగా చెబుతున్నారు. ఇల్లు, కార్యాలయం..పబ్‌లలో సైతం నృత్యంతో కసరత్తు చేస్తున్నారు. యోగా, జిమ్, జాగింగ్, వాకింగ్ లాగే ఇప్పుడు నృత్యం కూడా వ్యాయామ క్రియగా మారిపోయింది.

అబ్బాయిలు కండలు పెంచడానికి, అమ్మాయిలు అందమైన శరీరాకృతిని సొంతం చేసుకునేందుకు చాలా వ్యాయామశాలలున్నా యి. ఎన్నో వ్యాయామ పద్ధతులూ ఉన్నాయి. కానీ జిమ్‌కెళ్లి బరు వులు ఎత్తుతూ, అద్దంలో పదే పదే కండలు చూసుకుంటూ చేయ డం బోరింగ్‌గా ఫీలయ్యే వారు...! పార్కులో రోజూ ఏం నడుస్తాం! అను కునేవారికి ఇప్పుడు డ్యాన్స్ ఫిట్‌నెస్ ఒక మంచి అవకాశంగా కనప డుతోంది. వ్యాయామం చేయాలనుకునేవారు, డ్యాన్స్‌ను ఇష్టపడేవారు ఎక్కువగా డ్యాన్స్ వ్యాయామాన్ని కోరుకుం టున్నారు. వాస్తవానికి ఈ పద్ధతి వ్యాయామం ఆరేళ్ల నుంచి పరిచయమైనా, ఇటీవల నగర యువత నోళ్లలో నానుతోం ది. కార్పొరేట్ ఉద్యోగులు, యువత, కుర్రకారు డ్యాన్స్ వర్కవుట్లపై మక్కువ చూపు తున్నారు. సహజంగా యూత్ ట్రెండ్లన్నీ పాశ్చాత్య దేశాలనుంచి దిగుమతి చేసు కుంటామనే అపోహ ఉంది! కానీ ఈ డ్యాన్స్ వ్యాయామం మాత్రం పూర్తి గా మన దేశంలో మొదలైన ట్రెండ్. ఢిల్లీ, ముంబయి వంటి నగరాల్లో మొదలై, బెంగళూరు, చెన్నై, పుణె, హైదరాబాద్ నగరాల యువతను ఉర్రూతలూగిస్తోం ది. దాంతో ఇప్పుడు వెస్ట్రన్ డ్యాన్స్ ఇనిస్టిట్యూట్లన్నీ డ్యాన్స్ వ్యాయామ కేంద్రాలుగా మారాయి. డ్యాన్స్ మాస్టర్స్ ఫిట్‌నెస్ కోచ్‌ల అవతారం దాల్చారు.

ఆదాయవనరుగా..!

మ్యూజిక్, డ్యాన్స్ కలగలసిన నృత్య ఫిట్‌నెస్ నేర్పించే వారికి ఇప్పుడు మంచి డిమాండే ఉంది. సిని మా, టీవీ రంగాల్లో కొరియోగ్రాఫర్‌గా రాణించాలను కునే యువత ముఖ్యంగా డ్యాన్స్ ఫిట్‌నెస్ వర్కవుట్లు నేర్పించడాన్ని ప్రత్యేక ఆదాయ వనరుగా ఎంచుకుంటు న్నారు. డ్యాన్స్ వ్యాయమ కోచింగ్ సెంటర్లు నెలకు రూ1000 నుంచి రూ6000 వరకు ఫీజు వసూలుచేస్తున్నాయి. అవి నృత్య శిక్షకుడు, ప్రాంతం ఆధారంగా ఫీజు ఉంటుంది. నలుగురితో కలిసి డ్యాన్స్ చేయడం వల్ల, సరదాగానూ, ఉల్లాసంగానూ ఉండటంతో సాధారణ వ్యాయామాన్ని ఇష్టపడనివారు సైతం, బృంద నృత్యవ్యాయామంపై ఆసక్తి చూపుతున్నారు.

ఇవే డ్యాన్స్ వర్కవుట్లు

బాలీఫిట్‌నెస్, బోక్వా, మసాలా భాంగ్రా, బూట్ క్యాంప్, క్రాస్‌ఫిట్, జుంబా, ఎరోబిక్స్, సల్సా వంటి నృత్యరీతుల్ని ముఖ్యంగా ఫిట్‌నెస్ వర్కవుట్లుగా చేస్తున్నారు. వీటిలో ఒక్కో నృత్యం ఒక్కో రకంగా ఉంటుంది. పంజాబీ జానపద నృత్యం మసాలా భాంగ్రా. అధికబరువు తగ్గేందుకు, శరీరంలో ఎక్కువ కేలరీలు ఖర్చు అయేందుకు ఇది సరైన వ్యాయామంగా చెబుతున్నారు ఫిట్‌నెస్ నిపుణులు. శరీరాన్ని ఎల్, కే, ఓ ఆకారాలుగా వొంచుతూ చేసే వ్యాయామం బోక్వా. దీనిలో హౌరెత్తే సంగీతంతోపాటు, దక్షిణాఫ్రికా నృత్య భంగిమలు ఉంటాయి. శరీర భాగాల్లో అసహజంగా పేరుకుపోయిన కొవ్వును కరిగించేందుకు బోక్వా ఉపకరిస్తుంది. వ్యాయామం శరీర, మానసిక ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. కానీ ఆ వ్యాయామ శిక్షణ సరైన నిపుణుల వద్ద తీసుకోవాలి.

మహిళలు జిమ్ చేయడానికి అసలు కారణం అదేనట..

ఆరోగ్య రక్షణతోపాటు, శరీరాకృతికి జిమ్‌లో కసరత్తులు చేయడంలో పురుషులకు తామేమీ తీసిపోమంటున్నారు మహిళలు. ఇంతకుముందు నగరాల కే పరిమితమైన మహి ళా జిమ్‌లు ప్రస్తుతం పట్టణాలకు సైతం విస్తరించాయి. దీంతో పట్టణానికి చెందిన వనితలు పెద్ద సంఖ్యలో జిమ్‌లకు హాజరవుతూ వ్యాయామాలు చేస్తున్నారు. మహిళలకు వ్యాయా మం తప్పనిసరి వైద్యులు సైతం పేర్కొంటున్నారు. వ్యాయామంతో మంచి శరీరాకృతితో పాటు, ఆరోగ్యం లభిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు. ఆరోగ్య రక్షణతోపాటు, శరీరాక ృతికి జిమ్‌లో కసరత్తులు చేయడంలో పురుషులకు తామేమీ తీసిపోమంటున్నారు మహిళలు. ఇంతకుముందు నగరాల కే పరిమితమైన మహి ళా జిమ్‌లు ప్రస్తుతం పట్టణాలకు సైతం విస్తరించాయి. దీంతో పట్టణానికి చెందిన వనితలు పెద్ద సంఖ్యలో జిమ్‌లకు హాజరవుతూ వ్యాయామాలు చేస్తున్నారు. మహిళలకు వ్యాయా మం తప్పనిసరి వైద్యులు సైతం పేర్కొంటున్నారు. వ్యాయామంతో మంచి శరీరాకృతితో పాటు, ఆరోగ్యం లభిస్తుందని పేర్కొంటున్నారు.

సరైన ఆహారం తీసుకోవాల్సిందే...

వ్యాయామం చేసే మహిళలు వైద్యులు సూచించిన ఆహారాన్ని తీసుకుంటే శరీరం ఫిట్‌గా తయారు కావడంతో పాటు శరీరాకృతి లభిస్తుంది. కేలరీస్, కార్బోహైడ్రేడ్స్ తక్కువగా లభించే అహారాన్ని తీసుకోవాలి. కాంప్లెక్స్ కార్బోహైడ్రేడ్‌లైన గోదుమలు, ముడిబియ్యం, చిలుకడ దుం పల్లో లభించే ప్రోటిన్ ఆహారాన్ని ఎక్కువగా తీసుకోవడం లాభదాయకంగా ఉంటుంది. వీలైనంత వరకు పండ్లకు ప్రాధాన్యతనిస్తూ తగినన్ని నీటిని తీసుకోవాలి. సన్నగా ఉన్నవారు కార్బోహైడ్రేడ్స్ ఎక్కువగా లభించే ఆహారాన్ని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవాలి. తీసుకుకనే ఆహారంలో 2500 కేలరీలు తక్కువ కాకుండా ఎక్కువమొత్తంలో లభించే ఆ ఎ ౕ ౦ ా ని ఽ ి ప్రాధాన్యతనివ్వాలంటున్నారు గైనకాలజిస్టులు.

మహిళలకు అవసరమనే ప్రారంభించా..

నేటి సమాజంలో మహిళలపై దాడులు పెరుగుతున్నాయి. సాధారణ మహిళలతో పోలిస్తే వ్యాయామం చేసే మహిళలు ధైర్యంగా ఉండటం గమనించాను. పట్టణంలో జిమ్ సెంటర్లు ఉన్నప్పటికీ మహిళలకు ప్రత్యేకంగా లేవు. అందుకే ఫిట్‌నెస్ సెంటర్ ప్రారంభించా. ఇప్పుడిప్పుడే ఆదరణ పెరుగుతోంది. మహిళలు ఆసక్తి చూపిస్తే మరో జిమ్ సెంటర్‌ను ఏర్పాటు చేస్తా.

– పందిర్ల పద్మావతి, ఫిట్‌నెస్ సెంటర్ నిర్వాహకురాలు

ఫిట్‌నెస్ కోసం వ్యాయామం చేస్తున్నా..

శారీరక దారుఢ్యం పెంచుకునేందుకు నిత్యం వ్యాయామం చేస్తున్నా. ఫిజికల్‌గా, మెంటల్‌గా ఫిట్‌గా ఉంటే జీవిత లక్ష్య సాధన సులవౌతుందని మా డాడీ చెప్పారు. అందుకే క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేస్తున్నా. భవిష్యత్‌లో ఆర్మీ, పోలీస్, ఐపీఎస్ తదితర ఉద్యోగాల నోటిఫికేషన్లు పడితే హడావుడి పడనక్కరలేదు. వ్యాయామం చేయని రోజు డల్‌గా ఉంటే ఎక్సర్‌సైజ్ చేసిన రోజు రెట్టింపు ఉత్సాహంగా ఉంటుంది.

– ఎల్లబోయిన సౌజన్య, విద్యార్థిని

కనీస జాగ్రత్తలు పాటించాలి...

శారీరక వ్యాయామం చేసే యువతులు కనీస జాగ్రత్తలు పాటించాలి. వయసుకు తగ్గట్లుగా ఎక్సర్‌సైజ్ విభాగాలను ఎంచుకోవాలి. విద్యార్థినులు ఎదిగే వయసులో జిమ్‌లో ఉండే బరువైన వస్తువులను ఎత్తడం వల్ల మోకాళ్లలోనిగ్రోత్‌ప్లేట్లు దెబ్బతినే అవకాశముంది. యుక్త వయస్సులో ఉన్నవారికి ప్రత్యేక వ్యాయామాలుంటాయి. నిపుణుల సలహా, సూచనల మేరకు వ్యాయామాన్ని పూర్తి చేయడం మంచిది.

– డాక్టర్ గీతా బోక్రే, మిర్యాలగూడ

సెలబ్రిటీల ఛాలెంజ్..

'హమ్ ఫిట్‌తో ఇండియా ఫిట్' అనే ఛాలెంజ్‌ను విసురుతూ కేంద్ర క్రీడాశాఖ మంత్రి రాజవర్ధన్‌సింగ్ రాథోడ్ తొలుత శ్రీకారం చుట్టారు. ఆ సమయంలో దేశ ప్రజలందరూ ఆశ్చర్యచకితులయ్యారు. అయితే ఆ సవాల్‌ను క్రికెటర్ విరాట్ కోహ్లీ

స్వీకరించడంతో సినీ, క్రీడా, రాజకీయ రంగాల ప్రముఖులందరిలో ఉత్సాహం నింపింది. విరాట్ కోహ్లీ విసిరిన ఛాలెంజ్‌ను స్వీకరించిన అతని భార్య అనుష్క శర్మ జిమ్‌లో కసరత్తులు చేస్తున్న వీడియోను తన ట్విట్టర్‌లో పోస్టు చేసింది. సైనా నెహ్వాల్ విసిరిన ఛాలెంజ్‌ను స్వీకరించిన పీవీ.సింధు జిమ్‌లో కసరత్తుల వీడియోను అభిమానులకు పంపింది. బాలీవుడ్ నటి దీపిక పదుకొనే, టాలీవుడ్ నటుడు అఖిల్ అక్కినేని, నాగచైతన్య, నాగార్జున, వరుణ్‌దావన్, జోత్నపొన్నప్పలు ఇదే తరహా వీడియోలను సోషల్ మీడియాల్లో పోస్టు చేశారు. అంతేగాదు ఆయా వీడియోలను ఒక్కొక్కరు నలుగురి కి పంపాలంటూ సూచించారు. ప్రధానమంత్రి మోదీ సైతం తాను యోగా చేస్తున్న వీడియోలను పంపి ఆరోగ్యవంతమైన భారతదేశాన్ని చూడాలని ఆకాంక్షిస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

ట్రైసెప్స్‌తో చక్కని రూపం

చేతులు, భుజాలతోపాటు మొత్తంగా నడుము పైభాగం చక్కని ఆకృతి సంతరించుకోవాలంటే 'ట్రైసెప్స్' వ్యాయామం చేయాలి. ఈ వ్యాయామంతో కండరాలు బలపడి, అదనపు కొవ్వు కరుగుతుంది. ఈ వ్యాయామం ఎలా చేయాలంటే..

మోకాళ్లు, చేతులు నేల మీద ఉంచి కూర్చోవాలి.

ఒక చేతిని నేల మీద ఆనించి ఉంచి, రెండో చేత్తో రెండు కిలోల డంబెల్ తీసుకుని, మోచేతి దగ్గర వంచి ఉంచి, ముంజేతిని మాత్రమే కిందకి దించాలి.

ఇలా మోచేతి కింది భాగాన్ని మాత్రమే పైకి కిందకి కదిలిస్తూ 20 రెప్స్ చేయాలి.

ఇలా రెండో చేత్తోనూ కలిపి మొత్తం మూడు సెట్లు చేయాలి.

ఉపయోగాలు ఇవే!

భుజాల కీళ్లు బలపడతాయి. దాంతో మోచేతులు, మోచేతుల కదలికలు తేలికవుతాయి. నడుము పైభాగం బలపడుతుంది.

పరుగు మంచిదే!

జిమ్‌కి వెళ్లి చమటలు కక్కించడం ఇష్టం లేకపోతే, ఉదయాన్నే లేచి పరుగు తీయండి! ఇదీ వ్యాయామమే! పరుగు వల్ల కొవ్వు తేలికగా కరుగుతుంది. అయితే ఈ వ్యాయామాన్ని ఎంచుకుంటే, ఈ జాగ్రత్తలు పాటించండి!

ఒకేసారి పరుగు లంకించుకోకుండా వేగంగా నడవడం మొదలుపెట్టండి. ఇలా రెండు రోజులపాటు నడవండి!

తర్వాత వేగాన్ని పెంచి నెమ్మదిగా కొద్ది దూరం పరుగెత్తడం, ఇంకొంత దూరం నడవడం చేయండి!

ఇలా రెండు రోజులు చేసి, తర్వాత నెమ్మదిగానే పరిగెత్తడం మొదలుపెట్టండి.

బాగా అలసట వచ్చే వరకూ పరిగెత్తకుండా మధ్యలో కొద్ది సెకన్లపాటు వేగం తగ్గిస్తూ, తిరిగి పరుగు మొదలుపెట్టండి!

మీ మీద మీకు నమ్మకం పెరిగాక పరుగుతోనే వ్యాయామం ముగించండి.

పరిగెత్తేటప్పుడు గాలి ఎక్కువగా పీల్చుకోవడం అలవాటు చేసుకోండి.

మెత్తని, పాదాలకు సపోర్ట్‌ను ఇచ్చే స్పోర్ట్స్ షూ ధరించండి.

పరుగుకు వీలుండే దుస్తులు ధరించండి!

పరుగుకు ముందు గ్లాసుడు నీళ్లు తాగండి!

సేఫ్టీగా ఎంటర్ టైన్ మెంట్ : మహేష్

కరోనా కారణంగా దాదాపు తొమ్మిది నెలలుగా మూత పడ్డ థియేటర్లు మెల్ల మెల్లగా తెరుచుకుంటున్నాయి. హైదరాబాద్ లో థియేటర్ల ఓపెన్ కు ఇటీవలే తెలంగాణ ప్రభుత్వం గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చిన విషయం తెల్సిందే. ఇంకా కరోనా భయం ఉండటంతో పాటు జనాలు థియేటర్లకు వస్తారో రారో అనే ఉద్దేశ్యంతో చాలా థియేటర్లు మరియు మల్టీప్లెక్స్ లు కూడా ఓపెన్ చేయడం లేదు. నేటి నుండి హైదరాబాద్ లోను ప్రముఖ మల్టీ ప్లెక్స్ అయిన ఏఎంబీ ఓపెన్ కాబోతుంది. పూర్తి స్థాయి సేఫ్టీ మరియు కరోనా జాగ్రత్తలతో ఓపెన్ చేయబోతున్నట్లుగా ఇప్పటికే ఏఎంబీ వారు ప్రకటించారు. ఏషియన్స్ వారితో మహేష్ బాబు ఈ మల్టీప్లెక్స్ ను ప్రారంభించిన విషయం తెల్సిందే. ఇప్పటికే మహేష్ బాబు భార్య నమ్రత మాట్లాడుతూ ఏఎంబీ పునః ప్రారంభం కాబోతుంది.. అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకుంటున్నట్లుగా పేర్కొన్నారు. తాజాగా మహేష్ బాబు కూడా ఏఎంబీ లో సేఫ్టీగా సినిమాను చూసి ఎంటర్ టైన్ అవ్వండి అంటూ ట్వీట్ చేశాడు. ఏఎంబీ స్టాఫ్ మొత్తం కూడా చాలా కష్టపడ్డారు. ప్రతి ఒక్కరు కూడా ఈ విపత్కర పరిస్థితుల్లో సమస్యలు ఎదుర్కొన్నారు. ఇప్పుడు ప్రతి ఒక్క ప్రేక్షకుడి కోసం వారు సేఫ్టీ ప్రికాషన్స్ తీసుకుంటున్నారు. కనుక ఎలాంటి ఆందోళన లేకుండా వచ్చి ఏఎంబీలో సినిమాను ఆస్వాదించాలంటూ మహేష్ బాబు ట్వీట్ లో పేర్కొన్నాడు. నేడు టెనెట్ మరియు సరిలేరు నీకెవ్వరు సినిమాలను చూసేందుకు ప్రేక్షకులు భారీగానే బుకింగ్ చేసుకున్నట్లుగా ఏఎంబీ వర్గాల ద్వారా సమాచారం అందుతోంది.

కూల్‌గా రిలాక్స్‌డ్‌గా మర్డర్ చేస్తోంది!

కూల్‌గా రిలాక్స్ డ్ గా అలా చైర్ లో వాలిపోయింది. అంతేనా క్రీగంటి చూపుతో కుర్రకారు గుండెల్ని కోసేస్తోంది. అసలింతకీ రకుల్ కి ఏమైంది. కూల్ నెస్ తో కూడుకున్న మ్యాడ్ నెస్ ని కుర్రాళ్లకు పరిచయం చేస్తోంది. మొన్ననే క్రిష్ మూవీ చిత్రీకరణను పూర్తి చేసింది. ఇకపై భారతీయుడు 2 చిత్రీకరణ కోసం వెయిట్ చేస్తోంది. దీంతో పాటు అటు హిందీ తమిళ ప్రాజెక్టులపైనా కసరత్తు చేస్తోందట. ఆ క్రమంలోనే కథలు వింటోంది. వీలున్నప్పుడల్లా స్ట్రెస్ రిలీఫ్ కోసం రకుల్ ఎంచుకుంటున్న పద్ధతి ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తోంది. రకుల్ ఇటీవల కూల్‌గా సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ అయ్యి వరుస ఫోటో షూట్లతో వేడి పెంచేసింది. లేటెస్ట్‌గా ఆ చైర్‌లో అలా రిలాక్స వుతూ ఉన్న ఈ భామ ఫోటో రిలీజైంది. రకుల్ కిల్లింగ్ లుక్‌తో కట్టి పడేస్తోంది. ఏదో ఆలోచిస్తున్నట్టుగా కనిపిస్తున్నా.. ఆ ఫ్రీ హెయిర్ స్టైల్ అదనపు ఆకర్షణగా మారింది. ఇంతకీ ఇది సెట్స్ లోనా.. లేక డిజైనర్ ఫక్షటోషూట్ నా ?అన్నదానికి రకుల్ సమాధానం ఇవ్వాల్సి ఉంటుంది.

సమంత కష్టంకు ఫిదా అవ్వాల్సిందే

టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ సమంత రెగ్యులర్ గా తన వర్కౌట్ వీడియో లను షేర్ చేస్తూ వస్తుంది. ఆమె కష్టంకు అంతా కూడా అవాక్కవ్వాల్సిందే. అంతగా కష్టపడుతూ బరువులు ఎత్తుతున్న ఈమె మరో వీడియోను షేర్ చేసింది. ఈ వీడియోలో ఆమె గ్రాస్ లో చేస్తున్న వర్కౌట్ లను చూడవచ్చు. వీడియో లో ఆమె పెట్ డాగ్ కూడా ఉంది. చాలా క్యూట్గా ఉన్న ఈ వీడియో అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తోంది. సమంత ఫిజికల్ ఫిట్ నెస్ కోసం పడుతున్న కష్టంకు అందరు అబ్బుర పడుతున్నారు. అందంతో పాటు ఫిజిక్ మరియు స్ట్రెంత్ అనేది చాలా ముఖ్యం. అందుకే సమంత రెగ్యులర్ గా వర్కౌట్ లు చేస్తుంది. మొన్నటి వరకు మాల్దీవులకు వెళ్లి వచ్చిన సమంత కాస్త గ్యాప్ రావడంతో కాస్త ఎక్కువగా కష్టపడుతున్నట్లుగా ఈ వీడియోను చూస్తుంటే అనిపిస్తుంది. సమంత వర్కౌట్ వీడియో మరోసారి సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఈ ఏడాది జాను తో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చిన సమంత వచ్చే ఏడాది ఆరంభంలో 'ది ఫ్యామిలీ మాన్ 2' సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. మరో వైపు ఈమె సామ్ జామ్ టాక్ షో ను కూడా చేస్తోంది. ఆహాలో అది స్ట్రీమింగ్ అవుతుంది.

పెళ్లికూతురు నిహారికకు అలా సర్ ప్రైజ్ ఇచ్చారు

మెగాడాటర్ నిహారిక పెళ్లి సంబరాలు ప్రస్తుతం అభిమానుల్లో హాట్ టాపిక్‌గా మారాయి. ఐజీ కుమారుడు చైతన్య జొన్నలగడ్డతో నిహారిక వివాహం జరగనుంది. ఇంకో ఐదు రోజులే సమయం మిగిలి ఉంది. ఆసియాలోనే రెండో పెద్ద ప్యాలెస్ అయిన ఉదయ్ పూర్ (రాజస్థాన్) ప్యాలెస్ లో నిహారిక - చైతన్యకు డెస్టినేషన్ వెడ్డింగ్ ఏర్పాట్లు చేశారు. ఇప్పటికే ఈ జంటకు సంబంధించిన వెడ్డింగ్ ఆహ్వానాలు అందాయి. అందమైన డిజైనర్ శుభలేఖ ఇప్పటికే అంతర్జాలంలో వైరల్ అయ్యింది. ఉదయ్ పూర్- ఉదయ్ విలాస్ లో డిసెంబర్ 9న రాత్రి 7 గంటల 15 నిమిషాలకు మిథున లగ్నంలో ఈ జంట వివాహం హిందూ సాంప్రదాయంలో జరగనుంది. ఓ వైపు ప్రీవెడ్డింగ్ సెలబ్రేషన్స్ .. మరోవైపు పెళ్లి ఏర్పాట్లతో బోలెడంత హంగామా నెలకొంది. వీటన్నిటినీ నిహారిక అన్నగారైన వరుణ్ తేజ్ అన్నీ తానే అయ్యి నడిపిస్తున్నారట. తనకు సాయంగా మెగాస్టార్ చిరంజీవి- నాగబాబు వివాహ ఏర్పాట్లను స్వయంగా పరిశీలిస్తున్నారు. ఈ పెళ్లికి ఇరు కుటుంబాల సభ్యులతో పాటు పరిమితంగా సినీ ప్రముఖులు హాజరు కానున్నారు. ఈ వేడుకలో పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలువనున్నారు. మెగా ఫ్యామిలీ హీరోలంతా ఒకే వేదిక పై సందడి చేయనున్నారట. అంతేకాదు.. ఇప్పటికే నిహారిక .. చైతన్య ఇరువురు ప్రీవెడ్డింగ్ పార్టీలతో సందడి చేస్తున్నారు. స్నేహితులు సన్నిహితులకు స్పెషల్ విందు కార్యక్రమాలు అదరహో అనే రేంజులో ప్లాన్ చేశారట. ఇక నిహారిక అక్కజెల్లెళ్లు తనని పెళ్లి కూతురిని చేశారు. బ్యాచ్లర్ పార్టీల్లోనూ కజిన్స్ అంతా సెలబ్రేట్ చేసుకున్నారట. చిరంజీవి కుమార్తెలు సుస్మిత- శ్రీజ.. భర్తలు సహా ఈ పెళ్లిని సెలబ్రేట్ చేసుకుంటున్నారు. వేడుక నుంచి ఫోటోల్ని కూడా షేర్ చేస్తున్నారు. ఇక చెల్లి పెళ్లికి ప్రతిదీ పర్ఫెక్ట్ గా ప్లాన్ చేస్తూ వరుణ్ తేజ్ బిజీగా ఉన్నాడు. అలాగే తన గారాల చెల్లికి బోలెడన్ని సర్ ప్రైజ్ లు ఇస్తున్నాడట. ఈ వేడుక ఎప్పటికి పది కాలాల పాటు మర్చిపో లేని విధంగా ఉండాలని ప్లాన్ చేస్తు న్నాడు వరుణ్. తన చెల్లెలిని ఖుషీగా ఉంచేందుకు వరుణ్ తేజ్ ప్రత్యేక ప్లాన్లు వేశాడట. ఇక ఉన్నట్టుండి ప్రీవెడ్డింగ్ సెలబ్రేషన్స్‌లో మెగా డాటర్స్ అంతా నిహారిక చెంతకే విచ్చేయడం అంతా సర్ ప్రైజింగ్ గా ఫీలవుతోందట. ప్రీవెడ్డింగ్ సెల బ్రేషన్స్‌లో భాగంగా కజిన్స్ సందడి హైలైట్‌గా మారిందట. అందుకు సంబంధించిన ఫోటోలు అంతర్జాలాన్ని షేక్ చేస్తున్నాయి.

'రెడ్' ని లైట్ తీసుకోవడం లేదు కదా..!

ఎనర్జిటిక్ హీరో రామ్ పోతినేని నటించిన తాజా చిత్రం "రెడ్". 'నేను శైలజ' ఫేమ్ కిశోర్ తిరుమల దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రాన్ని శ్రీ స్రవంతి మూవీస్ బ్యానర్ పై 'స్రవంతి' రవికిషోర్ నిర్మించారు. ఇందులో రామ్ సరసన మాళవిక శర్మ - నివేథ పేతురాజ్ హీరోయిన్స్ గా నటించారు. మణిశర్మ సంగీతం అందించారు. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార చిత్రాలు విశేష స్పందన తెచ్చుకున్నాయి. లాక్ డౌన్ కు ముందే చిత్రీకరణ పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రాన్ని సమ్మర్ లో రిలీజ్ చేయాలని ప్లాన్ చేసుకున్నారు. అయితే కరోనా కారణంగా వాయిదా పడింది. ఈ నేపథ్యంలో రామ్ 'రెడ్' సినిమాని ఓటీటీ ప్లాట్ ఫార్మ్ లో రిలీజ్ చేస్తారని వార్తలు వచ్చాయి. అయితే రామ్ మాత్రం థియేటర్స్ లోనే సినిమాని విడుదల చేయాలని వెయిట్ చేసాడు. థియేటర్స్ రీ ఓపెన్ అవుతుండటంతో 'రెడ్' చిత్రాన్ని థియేట్రికల్ రిలీజ్ కి రెడీ చేసుకు న్నారు. 2021 సంక్రాంతి కానుకగా ఈ చిత్రాన్ని ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురాబోతున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. అయితే సంక్రాంతి రిలీజ్ అని అనౌన్స్ చేసినప్పటికీ ఇంతవరకు తేదీని ప్రకటించలేదు. దీంతో అసలు 'రెడ్' పండుగ సీజన్ లో వస్తుందా రాదా అని డౌట్ పడుతున్నారు. ఇదిలా ఉంటే 'రెడ్' విషయంలో ఆశించిన స్థాయిలో బిజినెస్ జరగలేదని.. అందుకే మేకర్స్ సైలెంటుగా ఉంటున్నారని ఇండస్ట్రీ వర్గాల్లో టాక్ నడుస్తోంది. ఫెస్టివల్ సీజన్ లో రిలీజ్ ఉంటే మాత్రం ఇప్పటి నుంచే ఏదొక అప్డేట్ తో ప్రమోషన్స్ చేయకపోతే 'రెడ్' మీద జనాలకి ఆసక్తి తగ్గిపోయే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు అంటున్నారు. వైఏదేమైనా గతేడాది 'ఇస్మార్ట్ శంకర్'తో బ్లాక్ బస్టర్ హిట్ అందు కున్న రామ్.. ఈసారి 'రెడ్' సినిమాతో మరోసారి బాక్సాఫీస్‌ని కొల్లగొ డతాడని ఫ్యాన్స్ గట్టిగా నమ్ముతు న్నారు.

సమంత కష్టంకు ఫిదా అవ్వాల్సిందే

టాలీవుడ్ స్టార్ హీరోయిన్ సమంత రెగ్యులర్ గా తన వర్కౌట్ వీడియో లను షేర్ చేస్తూ వస్తుంది. ఆమె కష్టంకు అంతా కూడా అవాక్క వ్వా ల్సిందే. అంతగా కష్టపడుతూ బరు వులు ఎత్తుతున్న ఈమె మరో వీడియోను షేర్ చేసింది. ఈ వీడియోలో ఆమె గ్రాస్ లో చేస్తున్న వర్కౌట్ లను చూడవచ్చు. వీడియోలో ఆమె పెట్ డాగ్ కూడా ఉంది. చాలా క్యూట్గా ఉన్న ఈ వీడియో అందరి దృష్టిని ఆకర్షి స్తోంది. సమంత ఫిజి కల్ ఫిట్ నెస్ కోసం పడుతున్న కష్టంకు అందరు అబ్బుర పడుతు న్నారు. అందంతో పాటు ఫిజిక్ మరి యు స్ట్రెంత్ అనేది చాలా ముఖ్యం. అందుకే సమంత రెగ్యులర్ గా వర్కౌట్ లు చేస్తుంది. మొన్నటి వరకు మాల్దీవులకు వెళ్లి వచ్చిన సమంత కాస్త గ్యాప్ రావడంతో కాస్త ఎక్కువగా కష్టపడుతున్నట్లుగా ఈ వీడియోను చూస్తుంటే అనిపి స్తుంది. సమంత వర్కౌట్ వీడియో మరోసారి సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతోంది. ఈ ఏడాది జాను తో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చిన సమం త వచ్చే ఏడాది ఆరంభంలో 'ది ఫ్యామిలీ మాన్ 2' సినిమాతో ప్రేక్ష కుల ముందుకు రాబోతుంది. మరో వైపు ఈమె సామ్ జామ్ టాక్ షో ను కూడా చేస్తోంది. ఆహాలో అది స్ట్రీమింగ్ అవుతుంది.

ఆచార్యలో రష్మిక ఫిక్సయిందా?

మెగాస్టార్ చిరంజీవి, స్టార్ డైరెక్టర్ కొరటాల శివ కాంబినేషన్‌లో తెరకెక్కుతున్న చిత్రం ఆచార్య. ఈ సినిమాలో మెగాపవర్‌స్టార్ రామ్ చరణ్ స్టూడెంట్ లీడర్‌గా కనిపించబోతున్నాడట. మెగాస్టార్ సరసన కాజల్ అగర్వాల్ హీరోయిన్‌గా నటిస్తోంది. అయితే చెర్రీ సరసన నటించే హీరోయిన్‌ను ఇంకా ఫిక్స్ చేయలేదు. సినిమాలో కనిపించేది కొద్దిసేపే అయినప్పటికీ ఆ పాత్రకు చాలా ప్రాధాన్యం ఉంటుందని తెలుస్తోంది. మొదట బాలీవుడ్ హీరోయిన్ కియారా అడ్వాణీని తీసుకోవాలనుకున్నారు. అయితే ఆమె డేట్లు క్లాష్ కావొచ్చనే ఉద్దేశంతో రష్మికను సంప్రదించినట్టు సమాచారం. ఆమె అంగీకరించినట్టు తెలుస్తోంది. వచ్చే ఏడాది మార్చి నెలలో రష్మిక షూటింగ్‌లో పాల్గొంటుందట.

పూరీ 'రొమాంటిక్' పరిస్థితి ఏంటి..?

పూరీ జగన్నాథ్ తనయుడు పూరీ ఆకాష్ హీరోగా ఎంట్రీ ఇచ్చిన సంగతి తెలిసిందే. 'చిరుత' 'బుజ్జిగాడు' చిత్రాలలో చైల్డ్ ఆర్టిస్ట్ గా నటించిన ఆకాష్.. 'ఆంధ్రాపోరి' 'మెహబూబా' సినిమాలలో పూర్తి స్థాయి హీరోగా నటించాడు. అయితే ఈ సినిమాలు ఆశించిన స్థాయిలో ఆకట్టుకోలేకపోయాయి. దీంతో కొడుకుకి హిట్ ఇవ్వాలని డిసైడైన పూరీ 'రొమాంటిక్' సినిమాని లైన్ లో పెట్టాడు. దీనికి పూరీ జగన్నాథ్ కథ - స్క్రీన్ ప్లే - మాటలు అందించి అనిల్ పాడూరికి దర్శకత్వ భాధ్యతలు అప్పగించాడు. పూరీ కనెక్ట్స్ బ్యానర్ పై పూరీ జగన్నాథ్ - చార్మీ కలిసి నిర్మాణ బాధ్యతలు తీసుకున్నారు. ఇప్పటికే షూటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న 'రొమాంటిక్' సినిమా రిలీజ్ పై ఇంతవరకు క్లారిటీ లేదు. పూరీ - ఛార్మీ థియేటర్స్ పరిస్థితి చూసి ఈ సినిమా పై ఓ నిర్ణయం తీసుకో వడానికి ప్లాన్ చేసుకుంటున్నారని సమాచారం. కాగా 'రొమాంటిక్' లో పూరీ ఆకాశ్ కు జోడీగా ముంబై ముద్దుగుమ్మ కేతికా శర్మ నటి స్తోంది. ఇప్పటికే విడుదలైన సాంగ్స్ మంచి ఆదరణ తెచ్చుకున్నాయి. ఈ సినిమాతో పూరీ తనయుడు నూవర్ హిట్ అందుకుంటాడేమో చూడాలి.

Printed, Published & Owned by : Sajja Dhananjaya Sarath, Printed at : Apsara Printing Works, 3-2-814, Near Manjeera Lodge, Chappal Bazar, Hyderabad - 27, Published at : 6-2-29/3/13, 3rd Floor (Part 'A'), Doulat Plaza, Lakdikapul, Khairatabad Main Road, Hyderabad - 4. Editor : Sajja Dhananjaya Sarath, RNI: TELTEL / 2017 / 73383, email:editor.prajapalana@gmail.com,prajapalana2017@gmail.com Phone:040-23233989