

తెలంగాణ సేన

TELANGANA SENA TELUGU DAILY

తెలుగు దినపత్రిక

PUBLISHED FROM: HYDERABAD

సంపుటి: 10

సంచిక: 139

శనివారం, 07 డిసెంబర్, 2024

ఎడిటర్ : బొమ్మరాయన వెంకన్న

అసాసియేట్ ఎడిటర్: కే రాజేంద్ర ప్రసాద్

పేజీలు: 08 వెల: 2 రూ/-

అంబేద్కర్ అన్ని వర్గాల అభ్యున్నతికి కృషి చేశారు

దేశంలోని సమస్యల పరిష్కారానికి భారత రాజ్యాంగం ఒక్కటే దిక్కు : ఉప ముఖ్యమంత్రి



హైదరాబాద్
డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ కేవలం అనగారిన వర్గాల కోసమే మాత్రం కాదు.. సకల వర్గాల అభ్యున్నతికి ఆయన శ్రమించారని డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క మల్లు అన్నారు. శుక్రవారం ఆయన జెఎన్టీయూ లో ఏర్పాటు చేసిన అంబేద్కర్ వర్తతి సభలో ప్రసంగించారు. ఆయన కేవలం దళితులు, గిరిజనలు, అణగారిన వర్గాల కోసమే పని చేశారని చిత్రించడానికి చాలామంది ప్రయత్నం చేస్తున్నారు అది సరైనది కాదు అన్నారు. ఆయన కృషి ద్వారానే అందరికీ సమానంగా ఓటు హక్కు లభించింది అన్నారు. ఓటు హక్కు లేకపోతే ఏ .



సివిల్ సర్వీస్ అభ్యర్థుల నిరసన.. పోలీసులు లాఠీచార్జ్

- ఈ పరీక్షలో మార్పులు చేయవద్దు
- పాతపద్ధతిలోనే నిర్వహించాలని డిమాండ్
- 70వ కంబైన్డ్ ప్రిలిమినరీ పరీక్షను నార్మలైజ్ చేస్తున్నట్లుగా పస్తున్న వార్తలపై ఆందోళన
- గతంలో మాదిరిగానే పరీక్షా విధానాన్ని కొనసాగించాలని డిమాండ్

సర్కార్ కు ఊరట

- గ్రూప్-1 పరీక్షల రద్దు కుదరదన్న సుప్రీంకోర్టు
- గ్రూప్-1 రద్దు, మెయిన్స్ ను వాయిదా వేయాలని సుప్రీంకోర్టులో పిటిషన్
- పిటిషన్ రద్దు క్యాబినెట్ కానందున మెయిన్స్ వాయిదా అవసరం లేదన్న కోర్టు
- పరీక్షల నిర్వహణలో కోర్టుల జోక్యం అవసరమన్న ధర్మాసనం



ఢిల్లీ
తెలంగాణ ప్రభుత్వానికి సుప్రీంకోర్టులో ఊరట లభించింది. తెలంగాణ గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్ రద్దు చేయడం కుదరదని సుప్రీంకోర్టు తేల్చి చెప్పింది. గ్రూప్-1 నోటిఫికేషన్ రద్దు, మెయిన్స్ వాయిదా కోరుతూ దాఖలైన పిటిషన్ ను సుప్రీంకోర్టు కొట్టివేసింది. 2022లో ఇచ్చిన గ్రూప్-1

నోటిఫికేషన్ ను పక్కన పెట్టి 2024లో కొత్త నోటిఫికేషన్ విడుదల చేయడం చట్ట విరుద్ధమంటూ గతంలో తెలంగాణ హైకోర్టులో కొంతమంది అభ్యర్థులు పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. 2024 గ్రూప్ -1 ప్రిలిమ్స్ పరీక్షల్లో కూడా 14 తప్పులున్నాయని, మెయిన్స్ ను వాయిదా వేయాలని కూడా అభ్యర్థులు కోరారు. హైకోర్టులో ప్రిలిమ్స్ రాసిన



భారత సరిహద్దుల్లో బంగ్లాదేశ్ డ్రోన్స్.. దాడి కోసమేనా..

- బంగ్లాదేశ్ లో అశాంతి నేపథ్యంలో భారత సాయుధ దళాలు ఇప్పటికే అప్రమత్తం
- బంగ్లాదేశ్ అరబ్ మోహరింపుతో ఆ ప్రాంతంలో ఉద్రిక్తత
- బంగ్లాదేశ్ అరబ్ సభ్యులు బెంగాల్ సరిహద్దుల్లో బైరక్టార్ -2 కిల్లర్ డ్రోన్స్ ను మోహరించడమే

విగ్రహంపై వివాదం

- అప్పుడు.. ఇప్పుడు అసలు తేడాలివే..
- ప్రస్తుతం ఉన్న విగ్రహం రూపాన్ని మారుస్తూ.. కొత్త విగ్రహాన్ని ఈనెల 9వ తేదీన ఆవిష్కరించేందుకు సిద్ధమైన సర్కార్
- తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని దొరసానిలా రూపొందించారని కాంగ్రెస్ విమర్శ
- కేసీఆర్ అనవాళ్లు చెరిపేసేందుకు కాంగ్రెస్ కుట్ర చేస్తోంది
- దీనిలో భాగంగా తెలంగాణ తల్లి రూపాన్ని మార్చాలనే ప్రయత్నం చేస్తోందని బీఆర్ఎస్ ఆరోపణ



హైదరాబాద్
తెలంగాణ తల్లి విగ్రహంపై రాజకీయ వివాదం నడుస్తోంది. ప్రస్తుతం ఉన్న విగ్రహం రూపాన్ని మారుస్తూ.. కొత్త విగ్రహాన్ని ఈనెల 9వ తేదీన ఆవిష్కరించేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం సిద్ధమైంది. దీంతో బీఆర్ఎస్, కాంగ్రెస్ మధ్య కొద్దిరోజులుగా మాటల యుద్ధం నడుస్తోంది. తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని

దొరసానిలా రూపొందించారని కాంగ్రెస్ విమర్శిస్తుంటే.. కేసీఆర్ అనవాళ్లు చెరిపేసేందుకు కాంగ్రెస్ కుట్ర చేస్తోందని, దీనిలో భాగంగా తెలంగాణ తల్లి రూపాన్ని మార్చాలనే ప్రయత్నం చేస్తోందని బీఆర్ఎస్ ఆరోపిస్తోంది. ఓ సాధారణ మహిళలా తెలంగాణ తల్లిని రూపొందిస్తున్నామని కాంగ్రెస్ చెబుతుండగా.. తెలంగాణ తల్లి రూపం ధనిక మహిళగా



రేపు పార్టీ ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యేలతో కేసీఆర్ సమావేశం

ఈ నెల 8వ మధ్యాహ్నం 1 గంటలకు సమావేశం ఎర్రవెల్లి వ్యవసాయ క్షేత్రంలో ఖేటీ కాసున్న కేసీఆర్ సమావేశం ఉంటుందని వెల్లడించిన కేసీఆర్

హైదరాబాద్
బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ ఎల్లండి పార్టీ ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్యేలతో సమావేశం కానున్నారు. ఈ నెల 8వ తేదీన మధ్యాహ్నం 1 గంటలకు బీఆర్ఎస్ ప్రజాప్రతినిధులతో ఆయన సమావేశమవుతారు. ఎర్రవెల్లిలోని వ్యవసాయ క్షేత్రంలో ఈ సమావేశం జరగనుంది.

స్వగ్రామం చేరుకున్న మావోయిస్టు ఏగొలపు మల్లయ్య మృతదేహం

నేడు అంత్యక్రియలు
పెద్దపల్లి, తెలంగాణ సిన న్యూస్ : ములుగు జిల్లా విటూరునాగారం చెల్లక కొలకమ్మ వాగు వద్ద ఆపరేషన్ కగార్ లో భాగంగా జరిగిన ఎన్ కౌంటర్ లో అమరుడైన ఏగొలపు మల్లయ్య ఏ మధు, కమలాకర్ మృత దేహం స్వగ్రామం రాణాపూర్ కు శుక్రవారం సాయంత్రం చేరుకుంది. ఈ సందర్భంగా అమరుడు మల్లయ్య సహచరి మీనా కుటుంబ సభ్యులు అన్నలు రాజయ్య, లక్ష్మయ్య, శ్రీనివాస్ చెల్లెలు ఇతర బంధు మిత్రులు పెద్ద సంఖ్యలో రాణాపూర్ కు ప్రజలు అమరుల బంధు మిత్రుల సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి పద్మ కుమారి శాంతక్క శోభ, భారతకృష్ణ పౌరహక్కుల సంఘం రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి - మాధన కుమారస్వామి డాక్టర్ కోటి, విరసం ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా కన్వీనర్ బాలసాని రాజన్న సామాజిక ఉద్యమ కారుడు ఎరుకల రాజన్న తెలంగాణ ప్రజా ఫ్రంట్ పెద్దపల్లి జిల్లా కన్వీనర్ గుమ్మడి కొమురయ్య తెలంగాణ ప్రజా ఫ్రంట్ పెద్దపల్లి జిల్లా కో కన్వీనర్, గాంధీ మల్లేశం దళిత లిబరేషన్ ఫ్రంట్ పెద్దపల్లి జిల్లా కన్వీనర్ రామిల్ల బాపు పెండ్లి మల్లన్న దుర్గెటి సాయిలు పాల్గొని మల్లయ్య కు జోహార్లు, నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా అమరుల బంధుమిత్రుల సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి పద్మ కుమారి, పౌర హక్కుల సంఘం రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శి మాధన కుమారస్వామి లు మాట్లాడుతూ శనివారం ఉదయం 10 గంటలకు ప్రారంభమయ్యే కామ్రేడ్ మల్లయ్య అంతిమ యాత్రలో అన్ని వర్గాల ప్రజలు, ప్రజాస్వామిక వాదులు, మేధావులు, విద్యార్థి, మహిళా, యువజన శ్రామిక వర్గాల ప్రజలు పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని కోరారు.



కేసీఆర్ హయాంలో విద్యా వ్యవస్థ సర్వనాశనం

- మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి ధ్వజం
- కాంగ్రెస్ హయాంలోనే విద్యావ్యవస్థ పటిష్టమైంది
- తమ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన ఏడాదిలోనే ఉపాధ్యాయ ఉద్యోగులను భర్తీ చేశాం
- ఇంటిగ్రేటెడ్ పాఠశాలలతో అన్నికూలల అభివృద్ధికి పునాదులు పడుతున్నాయి

సర్కాపేట
కాంగ్రెస్ హయాంలోనే విద్యావ్యవస్థ పటిష్టమైందని మంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి తెలిపారు. ఇవాళ (శుక్రవారం) చిలుకూరు మండలం సీతారామపురంలో రూ.300 కోట్లతో నిర్మించే యంగ్ ఇండియా రెసిడెన్షియల్ స్కూలుకు మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, పొన్నం ప్రభాకర్, ఎమ్మెల్యే పద్మావతిరెడ్డి, కలెక్టర్ తేజస్ సందలాల పవర్ శంకుస్థాపన చేశారు. అలాగే దామరచర్ల మండలం ఏర్పాటై యాదాద్రి ధర్మల్ పవర్ షాట్ ను మంత్రులు ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, పొన్నం ప్రభాకర్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా .

నేడు ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా డిజిటల్ మీడియా జర్నలిస్టుల ఆత్మీయ సమావేశం



కరీంనగర్, తెలంగాణ సేన న్యూస్ : డిజిటల్ మీడియా జర్నలిస్ట్ యూనియన్ కరీంనగర్ ఉమ్మడి జిల్లా సమావేశం శనివారం న కరీంనగర్ సివిల్ హాస్పిటల్ చౌరస్తా సమీపంలోని ఆర్ ఎం పి సమావేశ భవనంలో ఉదయం 10 గంటలకు సమావేశం నిర్వహించడం జరుగుతుందని యూనియన్ ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా అధ్యక్షులు కొమ్ము గణేష్ తెలిపారు. డిజిటల్ మీడియా జర్నలిస్ట్ యూనియన్ రాష్ట్ర ముఖ్య నాయకులు పాల్గొంటున్నారని, జిల్లాకు సంబంధించిన డిజిటల్ మీడియా ఎడిటర్స్ మరియు రిపోర్టర్స్ ఈ సమావేశం లో పాల్గొని చర్చించాలని ఆయన కోరారు.. వివరాలకు సెల్ : 9948590162 ను సంప్రదించాలని తెలిపారు

రాజ్యాంగ రూపకర్త శ్రీ డాక్టర్ బి.ఆర్.అంబేద్కర్ గారికి ఘన నివాళి

సికింద్రాబాద్, తెలంగాణ సేన న్యూస్ : దేశానికి వెన్నెముకగా నిలచి భారత రాజ్యాంగానికి రూపకల్పన చేసి, సమూల మార్పులు తీసుకొచ్చి ప్రజలందరికీ సమాన హక్కులు కలిపించిన డాక్టర్ భీంరావు రాంజీ అంబేద్కర్ జ్యోతికంగా లేకపోయినా చెప్పిన మాటలు, చేసిన బాటలు, చేసిన ఘనమైన మార్పులు, చట్టాలలో సజీవంగానే ఉన్నారు. ప్రతిఒక్కరు రాజ్యాంగాన్ని గౌరవించాలి, చట్టాలను ఖచ్చితంగా అమలు పరచినప్పుడే దేశంలో ఆకలి చావులు, అనాధలు, అభాగ్యులు, నిరాశ్రయులు అంటూ ఎవ్వరూ ఉండరు, ప్రతిఒక్కరికి నాణ్యమైన ఆహారం, వైద్యం, విద్య, ఆశ్రయం అందుతాయి. చట్టాలు కఠినంగా ఖచ్చితంగా అమలు పరచి పెనుమార్పులు జరిగి ప్రపంచంలో శక్తివంతమైన దేశంగా భారతదేశం మొదటిస్థానంలో ఉంటుంది. అంబేద్కర్ కి పై ఫౌండేషన్ తరపున ఘనమైన నివాళిని అర్పించి జి.ఎమ్.ఎం.సి కార్మికులకు బిస్కెట్స్, నీళ్ల ప్యాకెట్స్ అందించాము. ఈ కార్యక్రమంలో డైరెండోట్ డాక్టర్. వై. సంజీవ్ కుమార్, వైస్ డైరెండోట్ ఓ.పాపని, సభ్యులు జి.రణధీర్ గౌడ్ మొదలగు వాళ్ళు పాల్గొన్నారు.



మన ఊరిలో ఇందిరమ్మ ఇళ్లు

- పుంజుల చిత్రపటాలకు పాలాభిషేకం
కాత్తగూడ తెలంగాణ సేన కొత్తగూడ %౫౫ గంగాం ఉమ్మడి మండలాలకు భారీ ఎత్తున ఇందిరమ్మ ఇళ్లు ప్రకటించినందుకు తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రివర్గం శ్రీ పినమూల రేవంత్ రెడ్డి గారు, తెలంగాణ రాష్ట్ర పంచాయతీరాజ్ శాఖ, గ్రామీణ అభివృద్ధి శాఖ స్త్రీ శిశు సంక్షేమ శాఖ మంత్రి వర్కులు డాక్టర్ అనసూయ సీతక్క గారు , రాష్ట్ర సమాచార, రెవెన్యూ, గృహ నిర్మాణ శాఖ మంత్రివర్కులు పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి గారు పేదవారి సొంతింటి కల సహకారం చేస్తామని హామీ ఇచ్చి భారీగా నూతన ఇందిరమ్మ ఇళ్లు ప్రకటించినందుకు కొత్తగూడ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు వజ్ర సారయ్య %౫౫ సుంకరబోయిన మొగిలి కాంగ్రెస్ పార్టీ కొత్తగూడ ఖాక్ అధ్యక్షులు వారి నేతృత్వంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర మంత్రులకు వారి చిత్రపటానికి పాలాభిషేకం చేశారు ఈ కార్యక్రమంలో వజ్ర సారయ్య మాట్లాడుతూ.. ఆనాడు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ప్రతి గ్రామం గ్రామం ఇందిరమ్మ ఇళ్లు మంజూరైనవి ఇందిరమ్మ ఇళ్లు లేని గ్రామం లేదు గత గడిచిన 10 ఏళ్లలో డిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం పేరుతో డబ్బెడ్ రూమ్ తప్ప ఏ గ్రామానికి

ఇచ్చిన డాఖలు లేవు ప్రతి అర్జునైన నిరుపేదలందరికీ తెలంగాణ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇందిరమ్మ ఇళ్లు అందిస్తుంది దీనిని ప్రజలు అందరూ సద్వినియోగం చేసుకోగలరని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు చల్లా నారాయణరెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బానోత్ రూఫ్ సింగ్, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ జిల్లా నాయకులు లావణ్య వెంకన్న, కారోజ రమేష్ మాజీ జెడ్పీసీ, బిట్ల శ్రీనివాస్ కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల ప్రధాన కార్యదర్శి, కాడబోయిన జంపయ్య మాజీ వైస్ ఎంపీ, ముసుకు వెంకన్న కిసాన్ సెల్ మండల అధ్యక్షులు, బొల్లు రమేష్ మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్, బుర్రా పుష్పలత నరేందర్ మాజీ ఎంపీసీ, ఇర్ల రాజేశ్వర్ మాజీ సర్పంచ్, వెలుదండి వేణు కొత్తగూడ టౌన్ ఉపాధ్యక్షులు, అజ్ఞాత్ పాపా మైన్సాద్ సెల్, ఉపేందర్ చారి, వల్లభ రంజిత్ ఓపీసీ జిల్లా కార్యదర్శి, సింగిరి సురేష్, అనిల్, కత్రోజ బిక్రపతి బిసి సెల్ మండల నాయకులు, శిరబోయిన కళ్యాణ్, వెంకటేష్, కృష్ణ మహిళా తదితరులు పాల్గొన్నారు



అంబేద్కర్ గారి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన కాంగ్రెస్ డాక్టర్ సామల హేమ

సికింద్రాబాద్, తెలంగాణ సేన న్యూస్ : అంబేద్కర్ వర్ధంతి సందర్భంగా కాంగ్రెస్ డాక్టర్ సామల హేమ సీతఫలమండీలోని అంబేద్కర్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ ఆర్థిక, సామాజిక, రాజకీయ, సాంస్కృతిక తదితర రంగాల్లో అణగారిన వర్గాలకు సమాన వాటా సమన్వయం దక్కాలా రాజ్యాంగాన్ని ఘోరంపరచడంలో బాబాసాహెబ్ కనబరిచిన దార్శనికత మహానుభవమైనదని కొనియాడారు. దేశంలో రాష్ట్రాల ఏర్పాటులో భాగంగా డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ పొందుపరిచిన ఆర్టికల్ 3, ఈ దిశగా వారి దార్శనికత తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటుకు మార్గం చూపిందని గుర్తు చేశారు. అంబేద్కర్ విశేష కృషిని, ఆయన అందించిన స్ఫూర్తిని చాటిచూపుతూ కేసీఆర్ గారి హయాంలో ట్యాంక్ బండ్ దగ్గర ప్రపంచంలోనే అత్యంత మహానుభవమైన రీతిలో అంబేద్కర్ గారి విగ్రహాన్ని తెలంగాణలో అత్యంత ఎత్తయిన విగ్రహంగా నిలుపుకున్నామన్నారు. దేశ పాలనకు తన రాజ్యాంగం ద్వారా బాటలు వేసిన అంబేద్కర్ ఘనమైన కీర్తిని చాటిచూపుతూ దేశ చరిత్రలోనే మునుపెన్నడూ లేనివిధంగా తెలంగాణ పాలనా భవనానికి "డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ తెలంగాణ స్టేట్ స్మారకం" అని కేసీఆర్ గారు నామకరణం చేశారు అని ఆమె గుర్తు చేశారు ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్సీ ఎస్సీ నాయకులు సీతారాం, బి ఆర్ ఎస్ నాయకులు లలిత, లక్ష్మి, నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు



అంబేద్కర్ ప్రసాదించిన రిజర్వేషన్ల తో ఎంతోమంది ఉన్నత స్థానానికి చేరుకున్నారు గుర్తు చేసిన మర్రి పురురవ రెడ్డి

సికింద్రాబాద్, తెలంగాణ సేన న్యూస్ : భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత భారతరత్న డాక్టర్ బి ఆర్ అంబేద్కర్ 68 వ వర్ధంతిని పురస్కరించుకొని, ఉదయము బిజెపి యువ నాయకులు మర్రి పురురవ రెడ్డి స్థానిక బిజెపి క్రేలులో కలసి బస్టిలాల్ పేట్ డివిజన్ న్యూ బోయగూడ బడిపావ్ కాలనీలో , కీన్ బ్లాక్ కమ్యూనిటీ హాల్ వద్ద మరియు పద్మారావు నగర్ హమాలి బస్టి ప్రారంభంపాతంలో ఉన్న ఆయన విగ్రహాలకు పూలమాలలను వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా మర్రి పురురవ రెడ్డి మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ అంటరానితనంపై అలుపెరుగని సమరాన్ని చేశారని , రాజ్యాంగ నిర్మాణంలో అట్టడుగు వర్గాల శ్రేయస్సు కొరకు రిజర్వేషన్లు విధించాన్ని ప్రవేశపెట్టారని గుర్తు చేశారు. వారి కృషి వలన ఈ రోజు అమలు అవుతున్న రిజర్వేషన్లతో ఎంతో మంది ఉన్నత స్థానానికి చేరుకున్నారు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక బిజెపి నాయకులు అంగముత్త శ్రీనివాస్ , కె. కృష్ణ , అంబాలా ఈశ్వర్ బాబు , శ్రీకాంత్ , గుంటి సత్యనారాయణ , కుమార్ , యం. రఘునాథ్ గౌడ్ , యం. విజయ్ కుమార్, మాంచాల గోపి , ఎ. స్వామి , గోపి శ్రీనివాస్ , దొండే సురేష్ , బి. వికాస్ , కె. సరేష్ , బొజ్జ సర్పింగ్ రావు , పార్తి పరమేశ్ , యస్. వెంకటేశ్వర రావు , మెయిన్ బాయ్ , సుంకట్ వాళ్ళ వంశీ , శ్రవణ్, అనిత మాధవి, మరియు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



అంబేద్కర్ వర్ధంతి సందర్భంగా నివాళులు అర్పించిన బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు
కొత్తగూడ తెలంగాణ సేన ములుగు నియోజకవర్గం కొత్తగూడ మండలంలో అంబేద్కర్ గారి వర్ధంతి సందర్భంగా అంబేద్కర్ గారి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన లిములుగు జిల్లా నియోజకవర్గ నాయకులు భూకృ జంపన్న ఈ కార్యక్రమంలో కొత్తగూడ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కొమ్మనబోయిన వేణు యాదవ్ గారు, ప్రజా ప్రతినిధి నెహ్రూ నాయక్ గారు కొత్తగూడ ఎక్స్ సర్పంచ్ బంబతి తిరుపతి, ఎక్స్ ఎంపీటీసీ నానుబోతుల స్వస్థ లింగన్న యాదవ్, బానోత్ సుగుణ కిషన్ నాయక్, అజ్ఞారా రజిత రమేష్ నాయక్, జిమ్మిడి వెంకటేశ్వర్లు, శ్రీని, వెంకన్న, పశుల గట్టయ్య, బొల్లు రవి, వాసం వెంకన్న, ఉల్లెంగురి బలకోమురు, అప్పల రమేష్, బొద్ బిక్రపతి, పత్తి పకా వెంకన్నవారి, బండి శివయాదవ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



అంబేద్కర్ వర్ధంతి సందర్భంగా నివాళులు అర్పించిన బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు

కొత్తగూడ తెలంగాణ సేన ములుగు నియోజకవర్గం కొత్తగూడ మండలంలో అంబేద్కర్ గారి వర్ధంతి సందర్భంగా అంబేద్కర్ గారి విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన లిములుగు జిల్లా నియోజకవర్గ నాయకులు భూకృ జంపన్న ఈ కార్యక్రమంలో కొత్తగూడ మండల బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కొమ్మనబోయిన వేణు యాదవ్ గారు, ప్రజా ప్రతినిధి నెహ్రూ నాయక్ గారు కొత్తగూడ ఎక్స్ సర్పంచ్ బంబతి తిరుపతి, ఎక్స్ ఎంపీటీసీ నానుబోతుల స్వస్థ లింగన్న యాదవ్, బానోత్ సుగుణ కిషన్ నాయక్, అజ్ఞారా రజిత రమేష్ నాయక్, జిమ్మిడి వెంకటేశ్వర్లు, శ్రీని, వెంకన్న, పశుల గట్టయ్య, బొల్లు రవి, వాసం వెంకన్న, ఉల్లెంగురి బలకోమురు, అప్పల రమేష్, బొద్ బిక్రపతి, పత్తి పకా వెంకన్నవారి, బండి శివయాదవ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత మహానేతకు ఘన నివాళులు అర్పించిన కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల నాయకులు

కొత్తగూడ తెలంగాణ సేన స్వతంత్ర సమరయోధుడు, భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత, భారతరత్న డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ గారి వర్ధంతి సందర్భంగా ఆ మహానేతకు పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులు అర్పించారు ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు వజ్ర సారయ్య, కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు చల్లా నారాయణరెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ కొత్తగూడ ఖాక్ అధ్యక్షులు సుంకరబోయిన మొగిలి, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు లావణ్య వెంకన్న, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బానోత్ రూఫ్ సింగ్, ఇర్ల రాజేశ్వర్ మాజీ సర్పంచ్, బొల్లు రమేష్ మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ ముసుకు వెంకన్న కిసాన్ సెల్ మండల అధ్యక్షులు, వెలుదండి వేణు కొత్తగూడ టౌన్ ఉపాధ్యక్షులు, బుర్రా సరేందర్, వల్లభ రంజిత్ ఓపీసీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి, కత్రోజ బిక్రపతి బిసి సెల్ మండల నాయకులు, వెంకటేష్ వెంకన్న, అనిల్ సోలేం వెంకన్న, వీరన్న కళ్యాణ్ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు



టెన్ విద్యార్థి ఆత్మహత్య..

ఉమ్మడి శ్రీకాకుళం జిల్లాలోని ఎచ్చెర్ల మండలం ఎస్.ఎం.పురం ఏపీ గురుకుల పాఠశాలలో టెన్ విద్యార్థి ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. పదో తరగతి చదువుతున్న ముద్దాడ దిలీప్ కుమార్ పాఠశాల ఆవరణలో నిర్మాణంలో వున్న భవనంపైన పిల్లరు భీమ్ కు స్పిటింగ్ తాడుతో ఉరి వేసుకుని పాఠశాలలో ఆత్మహత్యకు పాల్పడ్డాడు. దిలీప్ కుమార్ జలుమూరు మండలం వర్గాం మాకివలన గ్రామానికి చెందినవాడు. ఈ విద్యార్థి ఆరో తరగతి నుంచి ఈ పాఠశాలలో చదువుతున్నట్లు విద్యార్థులు తెలియజేస్తున్నారు.

ఆదాయానికి మించిన ఆస్తులు

శ్రీకాకుళం %-% మాజీ డిప్యూటీ సీఎం ధర్మాన కృష్ణదాస్ పీఏ గోండు మురళిని ఎసిబీ అధికారులు గత అర్ధరాత్రి అరెస్ట్ చేశారు. అంతకు ముందు ఆయన నివాసంలోనూ, బంధువుల ఇళ్లలోనూ గురువారం ఉదయం నుంచి సోదాలు నిర్వహించారు.. ఈ సోదాలు అర్ధరాత్రి వరకూ కొనసాగాయి. సుమారు రూ. 60 కోట్ల వేర అక్రమ ఆస్తులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. దీంతో అధికారులు మురళిని అరెస్ట్ చేసి అర్ధరాత్రి విశాఖపట్నం తరలింపి ఏసీబీ న్యాయస్థానంలో హాజరుపరిచారు. దీంతో న్యాయమూర్తి మురళికి జ్యుడిషియల్ రిమాండ్ విధించారు. ఇది ఇలా ఉంటే వైసీపీ నేత . ధర్మాన కృష్ణదాస్ మాజీ పీఏ గోండు మురళి ఆదాయానికి మించి ఆస్తులు కూడబెట్టారనే అభియోగాలపై ఇటీవల ఏసీబీ అధికారులకు ఫిర్యాదు అందింది. ఏసీబీ డైరెక్టర్ ఆఫ్ జనరల్ అటోరీసింగ్ అధికారి మేరకు ఏసీబీ అధికారులు అక్రమ కేసులు చేశారు. ఆయన ఉంటున్న శ్రీకాకుళం జిల్లాలోపాటు విశాఖలోనూ ఏకకాలంలో అరు చోట్ల తనిఖీలు నిర్వహించారు. శ్రీకాకుళంలో ఏసీబీ డీఎస్పీ రమణమూర్తి తన బృందంతో మురళి నివాసంతోపాటు విధులు నిర్వహించిన చోట, బంధువుల ఇళ్లలో సోదాలు చేపట్టారు. అక్కడ లెక్కకు మించిన ఆస్తుల గుర్తించారు.. దీంతో అతడిపై కేసు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేశారు.

అంబేద్కర్ అందరివారూడు.

- అంబేద్కర్ ను ప్రతి ఒక్కరు ఆదర్శంగా తీసుకోవాలి
- ఘనంగా 68వ వర్ధంతి వేడుకలు
ములుగు జిల్లా ప్రతినిధి : తెలంగాణ సేన న్యూస్ ఏటారునాగార్ : డిసెంబర్ 6 ములుగు జిల్లా ఏటారు నాగార్ మండల కేంద్రంలో బిస్కెట్స్ ఆవరణలోని గ్రామపంచాయతీ కార్యాలయం ముందు అంబేద్కర్ 68 వ వర్ధంతి వేడుకలను శుక్రవారం జాతీయ తెలంగాణ మాల మహానాడు అధ్యక్షులతో దళిత ప్రజా సంఘాలు ఘనంగా నిర్వహించారు జాతీయ తెలంగాణ మాల మహానాడు దళిత సంఘాల అధ్యక్షులతో ఏటారు నాగార్ లో నిర్వహించిన డాక్టర్ బాబాసాహెబ్ అంబేద్కర్ గారి 68 వర్ధంతి కార్యక్రమంలో జాతీయ తెలంగాణ మాల మహానాడు నాయకులు, దళిత సంఘాల నాయకులు, అంబేద్కర్ వారు, పాల్గొని అంబేద్కర్ గారికి నివాళులు అర్పించిన జాతీయ మాల మహానాడు రాష్ట్ర నాయకులు, గంపల శివకుమార్ దళిత సంఘాల నాయకులు నామ కరం చ%శీ%దు గాంధీ, చెన్నూరి బాలరాజు, వేల్పుల నమ్మక్క, మాజీ ఎంపీటీసీలు బెడిక రమేష్, వావిలాల నరసింహారావు, తదితరులు పాల్గొని. అంబేద్కర్ స్ఫూర్తితో రాజ్యాధికార పోరాటం చేయాలి అన్నారు %ణజీ% బిఆర్ అంబేద్కర్ గారి 68వ వర్ధంతి. వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు ఆ మహానీయునికి ఘననివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ. కుల వ్యవస్థ, అంటరానితనం, అస్పృశ్యత కోట్లాది ప్రజల జీవితాలకు మానవీయ హుందాను నిరాకరించాయి. ఇలాంటి వివక్షపూరిత సమాజంలో పుట్టిన ద్రువతార



ప్రసాదిస్తుంది. ఆయన సామాజిక, ఆర్థిక, రాజకీయ అంతరాలపై లక్ష పేజీల సాహిత్యాన్ని మనకు అందించిన బహుముఖ ప్రజ్ఞాశాలి.

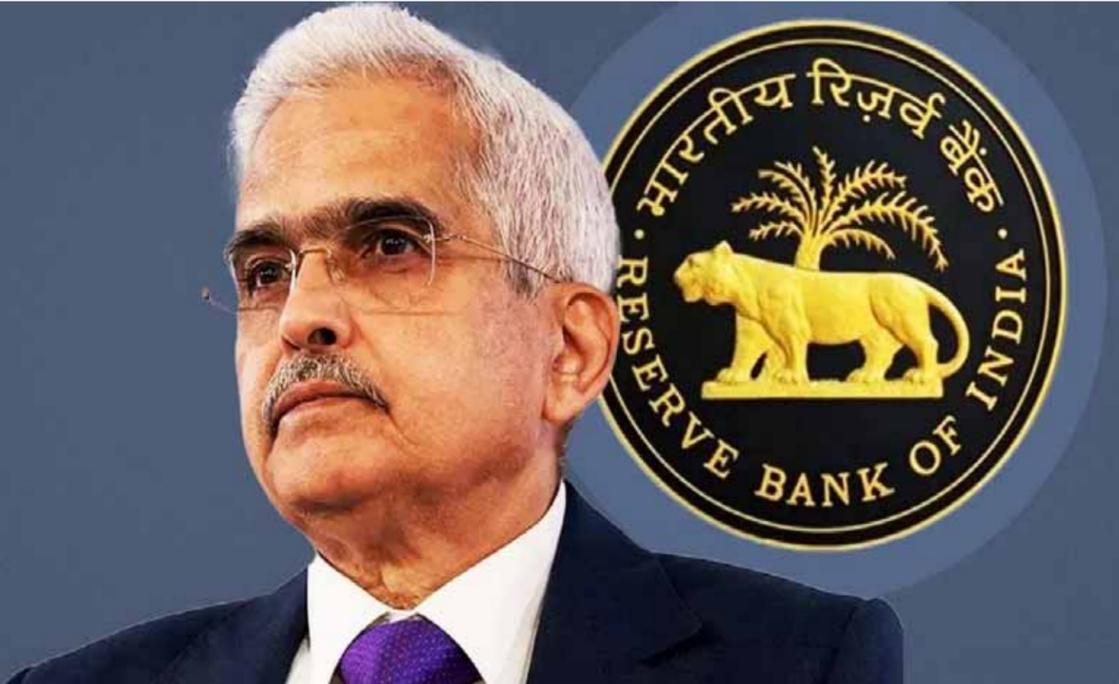
నిచ్చినమెట్ల కుల వ్యవస్థలో సామాజిక అసమానతలపై అలుపెరుగని పోరాటం చేసిన గొప్ప నాయకులు అందుకే బక్సరాజ్య సమితి అంబేద్కర్ ప్రపంచ మేధావిగా గుర్తించింది. ఆయన జయంతిని 'ప్రపంచ చివ్వాక విజ్ఞాన దినోత్సవం'గా ప్రకటించడం మనందరికీ గర్వించదగ్గ విషయం కానీ, ఇప్పటికీ ఆయనను దళిత నాయకుడుగా మాత్రమే సమాజం కీర్తించడం భాద్యకరం. అన్ని వర్గాలకు హక్కులు కల్పించిన విశ్వమానవుడు. నేడు మనమంతా రాజ్యాంగం - వ్యవస్థ కల్పించిన హక్కులతో విలస జీవితాలు అనుభవిస్తున్నాము తప్ప, ఆయన ఉద్యమ రథాన్ని ముందుకు తీసుకెళ్లడంలో విఫలమవుతున్నాము, అయినప్పటికీ అగ్రకుల పార్టీలు ఆర్థికంగా బలహీన వర్గాలకు 10శాతం %బాజో% రిజర్వేషన్లు కల్పించుకొన్నాయి. ఇది వారి జనాభా కొద్దికాదు. అయినప్పటికీ వెనకబడిన వర్గాలు ఈ విషయాన్ని ప్రశ్నించకపోవడం గమనార్హం. ఈ నేపథ్యంలో దేశంలో మెజిటీ జనాభా గల బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీలు చేయాలింది రాజ్యాధికార యుద్ధం తప్ప మరొకటి కాదు. నేడు అన్నివర్గాల ఆత్మహోషున వినిపించే భారత రాజ్యాంగం ఉనికికి ప్రమాదం పొంది ఉంది. అగ్రకుల పార్టీలు ఒకటై రాజ్యాంగాన్ని హద్దీ ప్రయత్నంలో ఉన్నాయి. రాజ్యాంగ రక్షకులు ఒకవైపు రాజ్యాంగాన్ని మార్చేందుకు నంకల్పించిన శక్తులు మరొకవైపుగా దేశ రాజకీయ యుద్ధం జరుగుతుంది. కావున ఎన్నికల్లో అగ్రకుల ఆధిపత్య పార్టీలకు వ్యతిరేకంగా ఓటు అనే అంశంపై బదుగు, బలహీన వర్గాల రాజ్యాధికార యుద్ధం చేయాలి. అప్పుడే సామాజిక, ఆర్థిక సమానత్వం సాధించబడుతుంది. స్వేచ్ఛ, పన్న సమానత్వం, సాధర భావం అనే రాజ్యాంగ స్ఫూర్తి కొనసాగుతుంది. అంబేద్కర్ కోరుకున్నది కూడా అదే. అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో జాతీయ తెలంగాణ మాల మహానాడు నాయకులు దళిత ప్రజాసంఘాల నాయకులు, గంపల శివకుమార్. నమ కరం చండు గాంధీ, చెన్నూరి బాలరాజు. వేల్పుల నమ్మక్క, మాజీ ఎంపీటీసీలు. బెడిక రమేష్, వావిలాల నరసింహారావు, గద్దల నవీన్, కర్ల రవికుమార్, సునారాని శ్యామ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సర్పంచేలు, వరంగల్, తెలంగాణ సేన న్యూస్ : భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత, దళిత బహుజన వర్గాల ఆశాజ్యోతి, భారతరత్న అవార్డు గ్రహీత శ్రీ. డా.???. బి.ఆర్.అంబేద్కర్ గారి వర్ధంతి పురస్కరించుకుని సర్పంచేలు పట్టణం అంబేద్కర్ సెంటర్ లోని ఆయన విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులు అర్పించిన సర్పంచేలు మాజీ శాసనసభ్యులు శ్రీ. పెద్ది సుధర్షన్ రెడ్డి గారు ఆర్థికవేత్త, న్యాయ కోవిదుడు, రాజ సీటిజన్లు, భారత రాజ్యాంగ నిర్మాణంలో కీలక పాత్రధారి, అంటరానితనంపై అలుపెరుగని పోరు చేసిన భారతరత్న డా. బి. ఆర్ అంబేద్కర్ గారి స్ఫూర్తి మరువలేనిది వారు వేసిన అడుగుల్లో వారు ఇచ్చిన రాజ్యాంగ పరిధిలో మానవాళి నడుస్తుంది. వారి ద్వారా ప్రపంచంలోని దేశాలలో భారతదేశం అభివృద్ధి పథంలో పరిగెడుతుంది. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర నాయకులు, పట్టణ అధ్యక్షులు, జిల్లా నాయకులు, క్షత్తర్ బాధ్యులు మాజీ ఎంపీటీసీ లు పట్టణ మండల పార్టీ ముఖ్య నాయకులు పాల్గొన్నారు



వడ్డీ రేట్లు యధాతథం.. రెపోరేటు 6.50 శాతం

ఆర్బీఐ ప్రవృత్తి పరమ విధాన కమిటీ సమీక్ష నిర్వహించింది. కీలక వడ్డీ రేట్లలో ఎలాంటి మార్పు చేయని ఆర్బీఐ, రెపోరేటు 6.50 శాతంగా కొనసాగిస్తున్నట్లు గవర్నర్ శక్తికాంత దాస్ ప్రకటించారు. ఎలాంటి మార్పు చేయకపోవడం పరుసగా ఇది 11వసారి. దేశ ఆర్థిక వృద్ధి రేటు మందగించిన నేపథ్యంలో ప్రవృత్తి విధాన కమిటీ సమావేశంలో ఆర్బీఐ కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఆర్బీఐ నగదు నిల్వల నిష్పత్తిని 4.50 శాతం నుంచి 4 శాతానికి తగ్గించింది. ఈ నిర్ణయం బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలో లిక్విడిటీని పెంచడంలో సహాయపడుతుంది. తద్వారా బ్యాంకులు వృద్ధిని వేగవంతం చేయడానికి మరింత ఎక్కువ రుణాలను పంపిణీ చేయగలవని భావిస్తున్నారు. ఆర్బీఐ తీసుకున్న ఈ నిర్ణయం రూ. 1.16 లక్షల కోట్ల నగదును పెంచడంలో దోహదపడుతుంది. సెంట్రల్ బ్యాంక్ తన పాలసీ రేటులో అంటే రెపో రేటులో ఎలాంటి మార్పు చేయలేదు. రెపో రేటు 6.50 శాతం వద్ద కొనసాగుతోందని, ఫిబ్రవరి 2023 నుండి రెపో రేటులో ఎటువంటి మార్పు లేదని ఆర్బీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత దాస్ ప్రకటించారు. వడ్డీ రేట్లలో ఎలాంటి మార్పు చేయకపోవడం పరుసగా ఇది 11వసారి. 2023 ఫిబ్రవరి నుంచి కేంద్ర బ్యాంకు ఈ రేటును ఇలాగే కొనసాగిస్తూ వస్తోంది. క్యాష్ రిజర్వ్ రేషియోలో 50 జేసీసీ పాయింట్లు తగ్గిస్తున్నట్లు ఆర్బీఐ గవర్నర్ శక్తికాంత దాస్ ప్రకటించారు. జిఎం - 4.50 శాతం నుండి 4 శాతానికి తగ్గించారు. నగదు నిల్వల నిష్పత్తి తగ్గింపును రెండు దశల్లో అమలు చేయనున్నారు. దీంతో బ్యాంకింగ్ వ్యవస్థలోకి రూ. 1.16 లక్షల కోట్ల అదనపు నగదు అందుబాటులోకి వస్తుంది. ఆర్బీఐ మానిటర్ పాలసీ కమిటీ మూడు రోజుల సమావేశం డిసెంబర్ 4న ప్రారంభం కాగా, ఈ సమావేశంలో తీసుకున్న నిర్ణయాలను శుక్రవారం(డిసెంబర్ 6) ప్రకటించారు. ద్రవ్యోల్బణాన్ని నియంత్రించడం, వృద్ధిని కొనసాగించడంతోపాటు ధరలను స్థిరంగా ఉంచడమే మూ లక్ష్యం అని ఆర్బీఐ గవర్నర్ అన్నారు. అదే సమయంలో వృద్ధిని కొనసాగించడం ముఖ్యమని, ఇది ఆర్బీఐ చట్టంలో కూడా ఉండవచ్చు. జిడిపి వృద్ధి రేటు క్షీణతపై ఆర్బీఐ గవర్నర్ మాట్లాడుతూ, ఆర్థిక వృద్ధి రేటు క్షీణతకు కారణం పారిశ్రామిక ఉత్పత్తి క్షీణత. ప్రస్తుత ఆర్థిక సంవత్సరం తొలి త్రైమాసికంలో పారిశ్రామిక వృద్ధిరేటు 7.2 శాతం కాగా, రెండో త్రైమాసికంలో 2.1 శాతానికి తగ్గింది. తయారీ రంగం వృద్ధి రేటు తగ్గిందని ఆయన అన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో డిమాండ్ పెరిగిందని, అయితే పట్టణ ప్రాంతాల్లో డిమాండ్ తగ్గిందని ఆర్బీఐ గవర్నర్ తెలిపారు. ఆర్బీఐ వృద్ధి రేటు అంచనాను తగ్గించింది.



ట్రూజన్ సోలార్ ప్రచారకర్తగా మహిష్బాబు

పునరూధాన ఇంధన రంగంలో 10 ఏళ్లుగా వ్యాపారాలు కలిగిన సన్వేక్ ఎనర్జీ సిస్టమ్స్ ప్రయివేటు లిమిటెడ్ కొత్తగా ట్రూజన్ సోలార్ బ్రాండ్ను ఆవిష్కరించింది. దీనికి హీరో మహిష్బాబును బ్రాండ్ అంబాసిడర్ గా నియమించుకున్నట్లు సన్వేక్ ఎనర్జీ సిస్టమ్స్ వ్యవస్థాపకులు, మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ భూవి సురేష్ తెలిపారు. గురువారం ఈ కొత్త బ్రాండ్ను హైదరాబాద్లో బిఆర్ఎస్ తెలంగాణ వైర్లెస్ అజయ్ మిశ్రాతో కలిసి ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా భూవి సురేష్ మాట్లాడుతూ.. ట్రూజన్ సోలార్ బ్రాండ్తో సోలార్ రంగంలో భారీ విస్తరించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామన్నారు. ప్రస్తుత ఏడు రాష్ట్రాల్లో కార్యకలాపాలు కలిగి ఉన్నామన్నారు. మరిన్ని రాష్ట్రాలకు విస్తరించనున్నామని చెప్పారు. ప్రస్తుతం తెలుగు రాష్ట్రాల్లో 36 డీలర్షిప్లను కలిగి ఉన్నామన్నారు. మూడు నెలల్లో తెలంగాణలో 60కి, ఆంధ్రప్రదేశ్లో 100 డీలర్షిప్లకు విస్తరించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామన్నారు. ఈ రంగంలోని విస్తృత అవకాశాలను అందిస్తున్నారని లక్ష్యంగా చేసుకున్నామన్నారు. 2025 నాటికి దేశంలో అగ్రశ్రేణి సోలార్ కంపెనీల్లో ఒక్కటిగా నిలువాలని నిర్దేశించుకున్నామన్నారు.

వస్త్ర పరిశ్రమలకు గడ్డుకాలమే..!

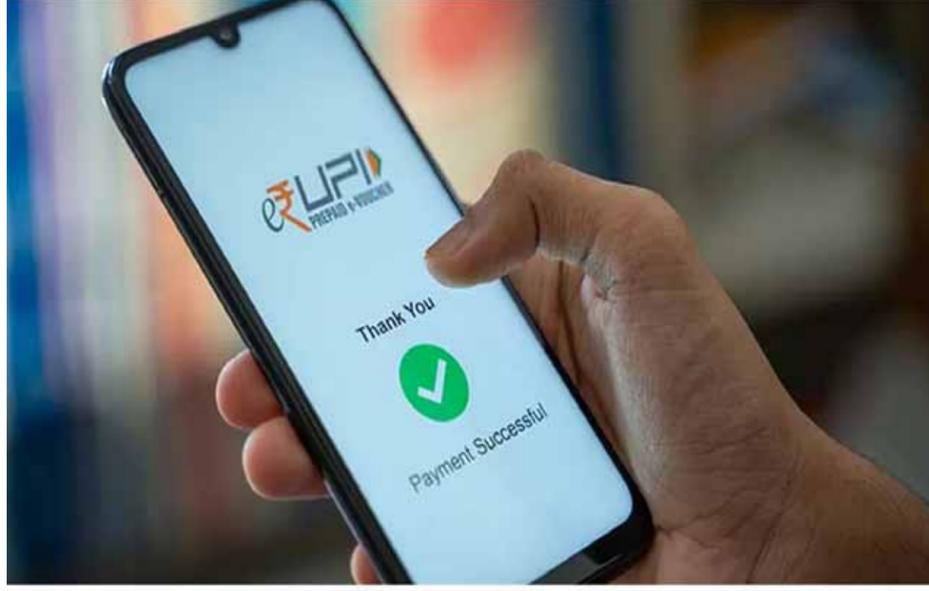
కేంద్ర ప్రభుత్వ చర్యలు వస్త్ర పరిశ్రమను తీవ్ర ఆందోళనకు గురి చేస్తోన్నాయి. రెడిమేట్ గార్మెంట్లపై పన్ను రేట్లను పెంచాలని ఇటీవల జిఎస్టీకి సంబంధించిన గ్రూప్ ఆఫ్ మినిస్టర్స్ (జిఎంఎం) కీలక ప్రతిపాదన చేశారు. అదే జరిగితే ముఖ్యంగా ఈ రంగంలోని సూక్ష్మ, చిన్న, మధ్య తరహా పరిశ్రమలు (ఎంఎస్ఎంఇ) గర్హకాలాన్ని ఎదుర్కోవాల్సి రావచ్చని డి క్లాతింగ్ మానుఫ్యాక్చరర్స్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా (సిఎంఐఐ) తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. జిఎంఎం సూతన ప్రతిపాదనల్లో రూ. 1500 లోపు వస్త్రాలపై 5 శాతం జిఎస్టీ అమల్లో ఉంటుంది. అయితే రూ. 1500 నుంచి రూ. 10000 వస్త్రాలపై 18 శాతం జిఎస్టీ, రూ. 10వేల పైబైన దుస్తులపై 28 శాతం పన్నులను వసూలు చేయాలని ప్రతిపాదించింది. ఈ అధిక పన్ను రేట్ల విధానం తమ పరిశ్రమను దెబ్బతీయనుందని సిఎంఐఐ ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. అధిక ధరలు తయారీ, డిమాండ్ను దెబ్బతీయనున్నాయని తెలిపింది. పన్ను రేట్ల పెంపుతో సంఘటిత రిటైల్ రంగానికి ప్రమాదమేనని పేర్కొంది. ఈ మార్పు అక్రమ వ్యాపారులకు ప్రయోజనం చేకూర్చునుందని హెచ్చరించింది. "ఇప్పటికే పెంపు అధిక ప్రవృత్తిని దారి తీయనుంది. హెచ్చు ధరలతో వినియోగం మందగించడం ద్వారా.. వచ్చే పండగ సీజన్లో అమ్మకాలు పడిపోనున్నాయి. ఇది ఆర్థిక వ్యవస్థకు మంచిది కాదు." అని సిఎంఐఐ పేర్కొంది. "జిఎంఎం ప్రతిపాదన జిఎస్టీ రేట్ల సవరణలు మొత్తం దుస్తుల పరిశ్రమకు భారీ ముప్పును కలిగించనున్నాయి. ఈ రంగం ఇప్పటికే వినియోగదారుల డిమాండ్ తగ్గుదలను, లాభాల క్షీణత, పర్సోన్ క్యాపిటల్ సమస్యల వంటి సవాళ్లను ఎదుర్కొంటోంది. రూ. 1000 నుంచి రూ. 1500 మధ్య కొనుగోళ్లు చేసే బలహీన వర్గాలు, మధ్యతరగతి ప్రజలకు 5 శాతం పన్ను రేటు మద్దతుగా ఉంది. ల హెచ్చు పన్ను రేట్లు మిగిలా వర్గాల వినిమయాన్ని దెబ్బతీయనుంది. ఇది తమ రంగంలోని ఎంఎస్ఎంఐ మూతకు దారి తీయనుంది. ఉపాధి, ఆర్థిక వృద్ధిలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్న పరిశ్రమను అస్థిరపర్చునుంది. వస్త్ర పరిశ్రమకు ప్రస్తుతం అమలు చేస్తున్న ఒకే పన్ను రేటు 5 శాతం ఆచరణాత్మక పరిష్కారం." అని సిఎంఐఐ ప్రెసిడెంట్ సంతోష్ కటారియా పేర్కొన్నారు.



ప్రస్తుతం 20 లక్షల మంది నేత కార్మికులకు ఉపాధిని కల్పిస్తుంది. భారత సాంస్కృతిక వారసత్వంలో చేనేత రంగం పాత్ర కీలకంగా ఉంది. సంఘటిత రంగంలో 12 లక్షల మంది, సంబంధిత రంగంలో 20 లక్షల మంది పని చేస్తున్నారు. ఈ వర్గాల ఉపాధిపై ప్రతికూల ప్రభావం పడనుంది. పన్ను రేట్ల

మళ్ళీ పెరిగిన పీసీడి, వెండి రేట్లు

ఏడాది చివరి నెలకు వచ్చేసాం.. చివరి త్రైమాసికంలో బంగారం, వెండి ధరల్లో హెచ్చుతగ్గులు చోటు చేసుకుంటూ అస్థిరంగా కొనసాగుతున్నాయి. ట్రాంప్ ఆమెరిక అధ్యక్షుడిగా ఎంపిక అయ్యాక దాలర్ బలపడుతోంది. దీంతో దేశీయంగా బంగారం, వెండి ధరలు కొంత మేర దిగి వచ్చాయి. అయితే పెళ్ళిళ్ళ సీజన్ మొదలు కావడంతో నగలకు డిమాండ్ నెలకొంది. దీంతో తగ్గినట్లే తగ్గిన బంగారం, వెండి ధరలు మళ్ళీ ఈ రోజు స్వల్పంగా పెరిగాయి. కొన్ని రోజులుగా బంగారం, వెండి ధరలు దిగి వచ్చాయి. దీంతో పీసీడి ప్రయులు నగల కొనుగోలుకి ఆసక్తిని చూపించారు. అయితే గత మూడు రోజులుగా దేశీయంగా తగ్గిన బంగారం, వెండి ధరలకు కళ్ళెం పడింది. ఈ రోజు పీసీడి , వెండి ధరలు మళ్ళీ పెరిగాయి. పెట్టుబడుదరులంతో పాటు సామాన్యులు కూడా కొనుగోళ్ళపై ఆసక్తిని చూపిస్తుండడంతో మళ్ళీ పీసీడి ధరలకు రెక్కలు వచ్చాయి. అదే బాటలో వెండి కూడా పయనిస్తోంది. ఈ నేపథ్యంలో ఈరోజు(డిసెంబర్ 6 వ తేదీ శుక్రవారం) తెలుగురాష్ట్రాల్లోని ప్రధాన నగరాలతో పాటు దేశంలోని ప్రధాన నగరాల్లో బంగారం, వెండి ధరలు ఎలా ఉన్నాయో తెలుసుకుందాం.. గత కొన్ని రోజులు దేశీయంగా తగ్గిన గోల్డ్, సిల్వర్ ధరలకు ఈ రోజు ట్రేడ్ పడింది. ఈ రోజు ఉదయం బులియన్ మార్కెట్లో బంగారం ధర మళ్ళీ పెరిగింది. శుక్రవారం ఉదయం నాటికి 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర రూ. 130 పెరిగింది. దీంతో ఈ రోజు రూ. 77,900లకు చేరుకుంది. హైదరాబాద్ లో 10 గ్రాముల 24 క్యారెట్ల బంగారం రూ. 77,900లుగా ఉంది. 22 క్యారెట్ల 10 గ్రాముల బంగారం ధర రూ. 71,410లకు చేరుకుంది. ఇవే ధరలు తెలుగురాష్ట్రాల్లో ప్రధాన నగరాల్లోని విజయవాడ, విశాఖ పట్నం, వరంగల్, పొద్దుటూరు వంటి ప్రాంతాల్లో కొనసాగుతున్నాయి. దేశ రాజధాని హస్తినలో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 71,560లుగా కొనసాగుతోంది. 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 78, 050లకు చేరుకుంది. ముంబయిలో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,1410లుగా ఉంది. 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,7900లకు చేరుకుంది. చెన్నై లో 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,1410 ఉంది. 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,790లకు చేరుకుంది. బెంగళూరు 22 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,1410 ఉంది. 24 క్యారెట్ల బంగారం ధర 10 గ్రాములకు రూ. 7,790 0 లుగా కొనసాగుతోంది. ఈ క్రమంలో దేశంలోని ప్రధాన నగరాల్లో వెండి ధర కూడా స్వల్పంగా నమోదు అయింది. వెండి ధర కిలోకు ఏకంగా రూ. 1200 పెరిగింది. దీంతో హైదరాబాద్లో ఈ రోజు కిలో వెండి ధర మళ్ళీ రూ. 101,100 లకు చేరుకుంది. అయితే దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో కిలో వెండి ధర రూ. 92,100లుగా కొనసాగుతోంది. అయితే బంగారం, వెండి ధరలు ఈ రోజు మళ్ళీ పుంజుకోవడానికి కారణం పెళ్ళిళ్ళ సీజన్.. స్థానిక నగల దుకాణంలో ఉన్న డిమాండ్ అని తెలుస్తోంది.



యూపీఐ పేమెంట్లు చేస్తున్నారా..?

దేశంలో డిజిటల్ లావాదేవీలు విపరీతంగా పెరిగాయి. ప్రతి ఒక్కరూ ఈ నగదు రహిత విధానానికి అలవాటు పడ్డారు. యూనిఫైడ్ పేమెంట్స్ ఇంటర్ఫేస్ (యూపీఐ)ను ఉపయోగించి స్ట్రాక్ ఛోస్ ద్వారా డబ్బులను చాలా సులభంగా చెల్లించవచ్చు. రోడ్డు పక్కనే ఉండే చిన్న దుకాణాల నుంచి ఫైవ్ స్టార్ హోటళ్ల వరకూ యూపీఐ చెల్లింపులను అనుమతి ఉంది. యూపీఐ ద్వారా చిల్లర ఇబ్బందులు లేకుండా సురక్షితంగా డబ్బులను పంపుకోవచ్చు. అయితే ఇదే సమయంలో యూపీఐ లావాదేవీలలో మోసాలు కూడా పెరిగిపోయాయి. వాటి నుంచి ప్రతి ఒక్కరూ అప్రమత్తంగా ఉండాలి. దేశంలో 2016లో యూపీఐ లావాదేవీలు మొదలయ్యాయి. ప్రారంభంలో నామమాత్రంగానే ఉన్నా, ఆ తర్వాత కాలంలో విపరీతంగా పెరిగాయి. కాల క్రమేణా పెరుగుతూ 2024-25 నాటికి 34.5 శాతానికి పెరిగి, 90.7 లక్షల నుంచి 1.22 లక్షల కోట్లకు చేరుకున్నాయి. యూపీఐ ద్వారా లావాదేవీలు చాలా సులభంగా చేసే వీలు ఉండడంతో ఎక్కువ మంది వినియోగిస్తున్నారు. ఇదే సమయంలో 2024 మొదటి అర్థభాగంలో రూ. 485 కోట్ల విలువైన 6.32 లక్షల యూపీఐ చెల్లింపు మోసాల కేసులు నమోదయ్యాయి. దాని ముందు ఏడాది 13.42 లక్షల కేసులు వెలుగులోకి వచ్చాయి. పెరుగుతున్న మోసాలను అదుపు చేయడానికి ప్రభుత్వం అనేక చర్యలు తీసుకుంటోంది. పలు రకాల భద్రతా చర్యలు చేపడుతోంది. అయినా వీటిని పూర్తిస్థాయిలో నియంత్రించాలంటే ప్రజలకు అవగాహన పెంచుకోవాలి. డిజిటల్ చెల్లింపుల విధానాన్ని పూర్తిస్థాయిలో తెలుసుకోవాలి. ముఖ్యంగా యూపీఐ విధానంలో డబ్బులను స్వీకరించడానికి మీరు ఎలాంటి కూఆర్ కోడ్ ను స్కాన్ చేయవలసరం లేదు. యూపీఐ పిన్ కూడా నమోదు చేయకూడదు. డబ్బులు పంపించే వ్యక్తి మీ ఫోన్ నంబర్ పంపిస్తే సరిపోతుంది.

అంతా హిందీమయం చేయొద్దు!
ప్రజలపై బలవంతంగా రుద్దొద్దు
 న్యూఢిల్లీ: కేవలం హిందీ పదాలతోనే కొత్త బిల్లులు తీసుకురావడం ద్వారా కేంద్ర ప్రభుత్వం, హిందీని బలవంతంగా ప్రజలపై రుద్దడంతోనే రాజ్యాంగభంగం ప్రతిపక్షాలు గురువారం ఆందోళన వ్యక్తం చేశాయి. భారతీయ వాయుయన్ విధేయక్, 2024 బిల్లును కేంద్ర పౌర విమానయాన శాఖ మంత్రి కె.రామోహన్ నాయుడు ప్రవేశపెట్టారు. 90 ఏళ్ల నాటి విమానాల చట్టాన్ని రద్దు చేసి ఆ స్థానంలో ఈ బిల్లును తీసుకు వచ్చారు. వాణిజ్యం చేసుకోవడానికే మరలించడం చేయడం, పౌర విమానయాన రంగంలో పెట్టుబడులను ఆకర్షించేందుకు చర్యలు తీసుకోవడం ఈ బిల్లు ముఖ్యోద్దేశంగా వుంది. వెంటనే ఈ బిల్లు పేరును మార్చాలని డిమెండ్ ఎంపీ కనిమొలి కోరారు. హిందీ మాట్లాడని ప్రజలపై హిందీ బలవంతంగా రుద్దాలని చూడవద్దని అన్నారు. హిందీ, సంస్కృతంలో బిల్లులకు పేర్లు పెట్టవద్దని కేంద్రానికి సూచించారు. టిఎంపి ఎంపీ సాగరిక ఘోష్ మాట్లాడుతూ ఇన్ని చట్టాలకు హిందీ పేర్లు ఎందుకు పెడుతున్నారు? ఇది హిందీని బలవంతంగా రుద్దడమే. వైవిధ్యత, సమాఖ్య సూత్రాలను గౌరవించడం కోసం ప్రజలు తీర్పు



నిచ్చారని, కానీ ప్రభుత్వం మాత్రం చట్టాలను హిందీమయం చేయడానికి పాల్పడుతోందని విమర్శించారు. బిల్లు పేరు విషయంలో పునరాలోచన చేయాలని వైఎస్ఆర్సీపీ సభ్యుడు ఎన్.నిరంజన్రెడ్డి సూచించారు. బిల్లును ఇంగ్లీషులో తీసుకువస్తూ, శీర్షిక హిందీలో వుండరాదన్నారు. ఇది ఆర్టికల్ 348(1బి) కింద రాజ్యాంగ విరుద్ధమని చెప్పారు. దేశంలో 56 శాతం జనాభాకు హిందీ మాతృభాష కాదని అన్నారు. వారి తరపున తాను మాట్లాడుతున్నానని చెప్పారు. సిపిఐ సభ్యులు పి.సంతోష్ కుమార్ కూడా బిల్లు టైటిల్ను మార్చాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇది రాజ్యాంగ విరుద్ధమైన చర్య అని విమర్శించారు. బిల్లు సమగ్రంగా లేదని, బిల్లు శీర్షికను సవరించాలని డిమాండ్ చేశారు. బిజెపి సభ్యుడు ఘనశ్యామ తివారీ మాట్లాడుతూ ఈ బిల్లును తెలుగు వారైన మంత్రి ప్రవేశపెట్టిన బిల్లేనని చెప్పింది. రాజ్యాంగ నిబంధన ప్రకారమే ఈ చర్య తీసుకున్నామన్నారు. ఏ భాషలోనైనా పేరు వచ్చిందంటే ఆ భాషను రుద్దే ప్రయత్నం కాదన్నారు.

కాలిఫోర్నియాలో భారీ భూకంపం
 కాలిఫోర్నియా : అమెరికాలోని కాలిఫోర్నియా తీర ప్రాంతంలో అమెరికా కాలమానం ప్రకారం.. గురువారం ఉదయం 10.44 గంటలకు భారీ భూకంపం వచ్చింది. భూకంప తీవ్రత రిక్టర్ స్కేల్ పై ఏడుగా నమోదైంది. ఫెర్నండో పట్టణంలో భూకంప కేంద్రం నమోదయినట్లు అమెరికా జియోగ్రఫికల్ సర్వే విభాగం వెల్లడించింది. భారీ భూకంపం రావడంతో అమెరికా సునామీ కేంద్రం ముందస్తు చర్యగా సునామీ హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. భూకంప ప్రభావంతో పెట్రోలియా, స్టాబియా, కాబ్ తదితర ప్రాంతాల్లో శక్తిమంతమైన ప్రకంపనలు నమోదయ్యాయి. అయితే దీని ప్రభావంతో ఏర్పడిన ప్రాణ, ఆస్తి నష్టాలు సమాచారం తెలియల్సి ఉంది. ఉత్తర దిశలో వచ్చిన భూ ప్రకంపనలు డిక్షిటా ప్రాంతంలోని శాన్ఫ్రాన్సిస్కో వరకు వచ్చాయంటే తీవ్రత అర్థం చేసుకోవచ్చు. భూకంపం వల్ల భవనాల్లోని ప్రజలు అందోళనతో భయభ్రాంతులకు లోనయ్యారు. భూకంపం ఆగిన తర్వాత కూడా అనంతర ప్రకంపనలు వచ్చాయి.

బంగ్లాదేశ్లో త్వరగా ఎన్నికలు నిర్వహించాలి



బంగ్లాదేశ్లో త్వరగా ఎన్నికలు నిర్వహించాలిగా పలు రాజకీయ పార్టీలు ముఖ్య నలహాదారు మహ్మద్ యూనస్ను కోరాయి. ముఖ్య నలహాదారుతో ప్రధాన రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులు సమావేశమై తాజా పరిస్థితిపై చర్చించారు. దేశంపై జరుగుతున్న దురాక్రమణను ఏ రీతిన ఎదుర్కోవాలనే అంశంపై యూనస్ రాజకీయ పార్టీల నుండి సలహాలు, సూచనలు కోరారు. అగ్రర్రలాలో బంగ్లాదేశ్ అసిస్టెంట్ హై కమిషన్ కార్యాలయాన్ని ద్వంసం చేసిన నేపథ్యంలో బంగ్లాదేశ్-భారత్ సంబంధాల తీరుతెన్నులను నిర్ణయించేందుకు అనుసరించే వ్యూహంపై రాజకీయ పార్టీల నుండి సూచనలు కోరేందుకు ఈ సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. అయితే ఈ సమావేశానికి అవామీ లీగ్, దాని మిత్రపక్షాలు హాజరు కాలేదు. ఎన్నికల తేదీని ప్రకటించే ప్రజల్లో ఒక రకమైన ఉత్సాహం తలెత్తుతుందని, ఆ ఉత్సాహం దేశానికి ఉ

పకరిస్తుందని అందుకే ఈ సమావేశం ప్రధాన ఎజెండా కానప్పటికీ దీనిపై చర్చించామని బంగ్లాదేశ్ నేషనల్స్ పార్టీ (బిఎన్పీ) స్థాయి సంఘం సభ్యుడు అమీర్ ఖుస్రా చౌదరి తెలిపారు. యూనస్ బాధ్యతలు చేపట్టిన తర్వాత ఇంత విస్తృత స్థాయిలో రాజకీయ సమావేశం జరగడం ఇదే ప్రథమం. ఎన్నికలకు ముందుగా పరిస్థితులు ఒక కొలిక్కి వచ్చేందుకు రాజకీయ పార్టీలతో చర్చలు జరుపుతానని యూనస్ హామీ ఇచ్చారు. అయితే భవిష్యత్ ఎన్నికల్లో అవామీ లీగ్, దాని మిత్రపక్షాలను చేర్చుకుంటారో లేదో స్పష్టత రాలేదు.

యూన్ పై అభిశంసన



అప్పుడు మళ్లీ తీర్మానం తేవాల్సి వుంటుంది. పాలక కన్వెన్షన్ల పీఠల్లో పవర్ పార్టీ (పిపిపి) నేత హన్ డాంగ్ హున్ మాత్రం ఈ అభిశంసన ప్రక్రియను తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తున్నారు. దీనివల్ల రాజకీయ అస్థిరత నెలకొంటుందని వాదిస్తున్నారు. దక్షిణ కొరియాలో ఎనిమిదేళ్ల తర్వాత మళ్లీ అధ్యక్షునిపై అభిశంసన తీర్మాన ప్రక్రియ చేపట్టారు. మరోవైపు అధ్యక్షుడు యూన్ సుక్ యేలేకు వ్యతిరేకంగా దేశవ్యాప్తంగా నిరసనలు కొనసాగుతున్నాయి. ఆయన రాజీనామా చేయాల్సిందేనని డిమాండ్లు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. అధ్యక్షుడు రాజీనామా చేయకుంటే దేశ వ్యాప్త సమ్మెకు వెళ్ళమని కొరియన్ కార్మిక సంఘాల సమాఖ్య (కెసిటియు) హెచ్చరించింది. రాజకీయ పార్టీలు, పౌర సమాజం వరుసగా రెండో రోజు కూడా నిరసనలతో హెచ్చరించాయి.

ఫ్రాన్స్ ప్రధానిపై నెగ్గిన అవిశ్వాస తీర్మానం



పారిస్ : ప్రతిపాదిత బడ్జెట్పై తలెత్తిన వివాదాల నేపథ్యంలో ప్రధాని మైఖేల్ బార్నియర్ను పదవీమ్యుతుడిని చేసేందుకు మితవాద, వామపక్ష పార్లమెంట్ సభ్యులు బుధవారం ప్రవేశపెట్టిన అవిశ్వాస తీర్మానం నెగ్గింది. తీర్మానం గెలుపొందడానికి 288 ఓట్లు అవసరం కాగా, 331 ఓట్లతో పార్లమెంట్ ఆ తీర్మానాన్ని ఆమోదించింది. 1962 తర్వాత ప్రధానిపై అవిశ్వాస తీర్మానం నెగ్గడం ఇదే మొదటిసారి.

ఫ్రాన్స్ పార్లమెంట్లోని దిగువ సభ అయిన నేషనల్ అసెంబ్లీలో ఏ పార్టీకీ స్పష్టమైన మెజారిటీ లేదు. ప్రధానంగా మొదటి మంత్రివర్గ పక్షాలు, వామపక్ష భావజాలంతో కూడిన న్యూ పాపులర్ ఫ్రంట్, మితవాద నేషనల్ ర్యాల్లీ. ప్రజల అసహనం తీర్చుకుండా పొందు చర్యల పేరుతో రుద్దుతున్నారని వారు విమర్శిస్తున్నారు. బార్నియర్ను సెన్టెంబరులోనే మాక్రొన్ ప్రధానిగా నియమించారు.

నమీబియా తాలి మహిళా అధ్యక్షురాలిగా నేతృత్వం



విండహోక్ : నమీబియాకు తొలిసారిగా ఒక మహిళా అధ్యక్షురాలిగా ఎన్నికయ్యారు. గత వారం జరిగిన అధ్యక్ష ఎన్నికల్లో ఉపాధ్యక్షురాలిగా వున్న నెతుంబో నంది నదైత్తా విజయం సాధించారని ఎన్నికల అధికారులు ప్రకటించారు. దీంతో ఆమె తొలిసారిగా అధ్యక్ష పీఠం అధిష్టించబోతున్న మహిళా కామన్నారు. సాంకేతిక లోపాలు, ఇతర ఇబ్బందుల వల్ల పోలింగ్ కు తీవ్ర అంతరాయమేర్పడింది. దీంతో పోలింగ్ వ్యవధిని మూడు రోజులకు పెంచారు. నంది నదైత్తాకు 57 శాతం ఓట్లు రాగా, ప్రధాన ప్రతిపక్ష

అభ్యర్థికి 25.5 శాతం ఓట్లు మాత్రమే వచ్చాయి. సౌత్ వెస్ట్ ఆఫ్రికన్ పీపుల్స్ ఆర్గనైజేషన్ పార్లమెంట్లో మెజారిటీని నిలబెట్టుకుంది. స్వల్ప మెజారిటీనే అయినా 34 మందికి కొనసాగిస్తున్న అధికారాన్ని పదిలపరుచుకుంది. 1990లో దక్షిణాఫ్రికా నుండి నమీబియా స్వాతంత్ర్యం పొందింది. ఎన్నికల ఫలితాలపై నంది నదైత్తా మాట్లాడుతూ, శాంతి, సుస్థిరతలు, యువత ఉపాధికోసం ప్రజలు ఈ ఓటు వేశారని పేర్కొన్నారు. ఎన్నికల ప్రచారంలో ఏం చెప్పామో అవి అమలు చేయడానికి చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు.

మైనారిటీల రక్షణలో విఫలమైన యూనస్ ప్రభుత్వం

హిందువులు సహా మైనారిటీల రక్షణలో యూనస్ ప్రభుత్వం విఫలమైందని బంగ్లాదేశ్ మాజీ ప్రధాని షేక్ హసీనా పేర్కొన్నారు. ఈ వివాది ఆగస్టులో ఆమె బంగ్లాదేశ్ నుండి పారిపోయి భారత్లో ఆశ్రయం పొందుతున్న సంగతి తెలిసింది. అమెరికాలోని న్యూయార్క్లో జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో మొదటిసారి వర్చువల్గా పాల్గొని ప్రసంగించారు. 1975లో తమ తండ్రి షేక్ మజిబుర్ రెహమాన్ను హత్య చేసినట్లే తనను మరీయు తన సోదరి షేక్ రెహమాను హత్య చేసేందుకు కుట్రలు జరుగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. యూనస్ది అధికార వ్యాపారం అని, బంగ్లాదేశ్లోని ప్రాధాన్యతలపై దాడి జరుగుతోందని, ప్రస్తుత పరిస్థితిని ఎదుర్కోవడంలో తాత్కాలిక ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని మండిపడ్డారు. తాను బంగ్లాదేశ్ ప్రధానిగా చివరి రోజు అధికారం నివాసంలో ఉండగా పెద్ద సంఖ్యలో నిరసనకారులు మట్టుమట్టారు.

ఖాళీలు భర్తీ చేయండి రెండు వారాల్లో నివేదికలివ్వండి



సమాచార కమిషన్, పలు రాష్ట్ర సమాచార కమిషన్లలో ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల భర్తీపై సమాచార హక్కు కార్యకర్త సహా పలువురు దాఖలు చేసిన ప్రజా ప్రయోజన వ్యాజ్యాలను పురస్కరించుకొని సుప్రీం బెంచ్ ఈ ఆదేశాలు జారీ చేసింది. మహారాష్ట్రలో ఏడు, కర్ణాటకలో ఎనిమిది, ఛత్తీస్ గఢ్లో రెండు, బీహార్లో ఒకటి, పశ్చిమ బెంగాల్లో నాలుగు, ఒడిషాలో ఐదు, తమిళనాడు సమాచార కమిషన్లో రెండు పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నాయని న్యాయస్థానం గుర్తించింది. జారండ్, తెలంగాణ, త్రిపుర రాష్ట్రాల సమాచార కమిషన్లు గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఉనికిలోనే లేవని, ఆయా రాష్ట్రాల్లో తాజా నియామకాలు జరగడం లేదని తెలిపింది. గత సంవత్సరం నవంబరులో జారీ చేసిన ఆదేశాల్లో కూడా ఇదే విషయాన్ని ప్రస్తావించానని గుర్తు చేసింది. రాష్ట్రాలు కూడా రెండు వారాల్లో నివేదికలు అందజేయాలని, ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల భర్తీ కాలపరిమితిని వివరించాలని ఆదేశించింది. ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల భర్తీ ప్రక్రియను ఎప్పుడు ప్రారంభిస్తారనే విషయాన్ని రాష్ట్రాలు కూడా తెలియజేయాల్సి ఉంటుంది. రెండు వారాల్లో దీనిపై నివేదికలు అందజేయాలి" అని న్యాయస్థానం పేర్కొంది. పిటిషన్ల కరతీ న్యాయవాది ప్రకాష్ భూషణ్ సమాచారం అందజేయడంతో న్యాయస్థానం ఈ ఆదేశాలను వెలువరించింది. తదుపరి విచారణను ఈ నెల 17వ తేదీకి వాయిదా వేసింది. సమాచార కమిషన్లలో ఖాళీలను భర్తీ చేయకపోవడమంటే సమాచార హక్కు చట్టం ఉద్దేశాన్ని నీరుకార్చడమేనని సుప్రీంకోర్టు గతంలో వ్యాఖ్యానించింది.

న్యూఢిల్లీ : కేంద్ర సమాచార కమిషన్, రాష్ట్రాల సమాచార కమిషన్లలో ఖాళీగా ఉన్న పోస్టులను భర్తీ చేయాలని సుప్రీంకోర్టు ఆదేశించింది. గత నెల 11వ అందజేసిన నివేదిక ప్రకారం కేంద్ర సమాచార కమిషన్లో ఎనిమిది పోస్టులు ఖాళీగా ఉన్నాయని, ప్రస్తుతం కేవలం ముగ్గురు సమాచార కమిషన్లు మాత్రమే విధులు నిర్వహిస్తున్నారని జస్టిస్ సూర్యకాంత్, జస్టిస్ ఉజ్జల్ భూయాన్తో కూడిన సుప్రీంకోర్టు బెంచ్ తెలిపింది. ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల భర్తీకి సంబంధించి తీసుకున్న చర్యలపై రెండు వారాల్లో నివేదిక అందజేయాలని అదనపు సౌలిసిటర్ జనరల్ బ్రిజేందర్ ఛహోర్ను న్యాయస్థానం ఆదేశించింది. కేంద్ర

వాయునాడ్ బాధితుల పట్ల కేంద్రం సవతి తల్లి ప్రేమ!

కేంద్రం సవతి తల్లి ప్రేమ!

తిరువనంతపురం: వాయునాడ్ బాధితుల పునరావాసానికి తగినంత కేంద్ర సాయాన్ని అందచేయాలని పదే పదే అభ్యర్థిస్తున్నా కేంద్ర ప్రభుత్వం సవతి తల్లి వైఖరి ప్రదర్శించడంపై కేరళ ప్రజలు తీవ్రంగా నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. తిరువనం తపురంలోని రాజభవన్ వద్ద, వివిధ జిల్లాల ప్రధాన కార్యాలయాల వద్ద వామపక్ష ప్రజాతంత్ర సంఘటన అధ్యక్షుల్లో నిరసనలు జరిగాయి. రాజభవన్ వద్ద జరిగిన ఆందోళనలో వివిధ వర్గాలకు చెందిన ప్రజలు, మహిళలతో సహా పెద్ద సంఖ్యలో ప్రజలు హాజరై తమ నిరసన తెలియచేశారు.



కేంద్ర ప్రభుత్వం లాక్కుంది. కేంద్ర ప్రభుత్వం వ్యవహరించిన ఈ తీరు పట్ల కూడా ప్రజలు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రాజభవన్ మార్చ్ను ప్రారంభిస్తూ సిపిఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శి ఎం.వి.గోవిందన్ ప్రసంగించారు. రాజ్యాం గపరమైన బాధ్యత లను నిర్వర్తించాల్సిందిగా పదే పదే కేంద్ర ప్రభుత్వాన్ని కోరుతున్నా పట్టుకు కోవడం లేదన్నారు. దేశంలోనే ఇటువంటి కొండచరియలు విరిగిపడిన విపత్తుల్లో ఇది చాలా పెద్దదని, ఇప్పటికే ఈ విషాదం చోటు చేసుకుని

నాలుగు నెలలు గడిచిపోయాయని, అయినా బాధితులకు ఆర్థిక సాయం అందించడానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం సంసిద్ధంగా లేకపోవడం విచారకరమని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇంత తీవ్ర స్థాయిలో విధ్వంసం చోటు చేసుకుంటే ఏవో కొన్ని వార్షులు కొట్టుకుపోయాయంటూ ఈ విపత్తునే అపహేళనం చేసేలా మాట్లాడుతున్నారని విమర్శించారు. ఈ విషాదం నుండి బతికి బయటపడిన 2వేల కుటుంబాలకు పునరావాసం కల్పించాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యోచిస్తోందన్నారు. వారికి మెరుగైన భవిష్యత్ కల్పించేలా సమర్థత పునరావాస ప్రణాళిక రూపొందుతోందన్నారు. ఇందుకోసం రూ. 2వేల కోట్లు సాయం అందించాలని రాష్ట్రం కోరుతోందని, ఇందుకు సంబంధించి సమీపంగా మెమోరాండం కూడా అందచేశామని చెప్పారు.

కలపట్టాలో కూడా బాధితులు తమ నిరసనను తెలియచేశారు. కొండచరియలు కూలి పెను విషాదం సంభవించిన నేపథ్యంలో కేంద్రం సాయం చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పదే పదే కోరుతున్న వుంది. పైగా, అనాటి సహాయక చర్యల్లో పాలు పంచుకున్న విమానాలకు అయిన బిల్లు రూ. 153,47కోట్లను ఎన్డిఆర్ఎఫ్ నుండి

ద్వైవార్షిక ప్రవేశాలకు స్పందన గామమూత్రమే

న్యూఢిల్లీ : ఉన్నత విద్యాసంస్థల్లో ద్వైవార్షిక ప్రవేశాలకు సంబంధించి యూజీసీ ప్రవేశపెట్టిన పథకానికి స్పందన గామమూత్రంగానే ఉండోంది. దేశంలో మొత్తం 48 సెంట్రల్ యూనివర్సిటీలు ఉండగా వాటిలో కేవలం ఆరు మాత్రమే ఈ పథకాన్ని అమలు చేస్తున్నాయి. సాంకేతిక-యేతర కోర్సులను అందిస్తున్న యూనివర్సిటీలు, కళాశాలలు ఏడాదికి రెండుసార్లు.. తొలుత జూలై-ఆగస్ట్, పిదప జనవరి-ఫిబ్రవరిలో విద్యార్థులను చేర్చుకునేందుకు అనుమతించే ప్రతిపాదనకు యూజీసీ మేలో ఆమోదం తెలిపింది. ఉన్నత విద్యలో గ్రాన్ ఎన్రోల్మెంట్ రేటును (జిఇఆర్) పెంచడానికి ఈ పథకాన్ని ఉద్దేశించారు. అమెరికా, బ్రిటన్ దేశాల్లోని అనేక విశ్వవిద్యాలయాల సంవత్సరానికి రెండుసార్లు విద్యార్థులను చేర్చుకుంటున్నాయి. ద్వైవార్షిక ప్రవేశాలు ప్రారంభించడానికి ముందు అందుబాటులో ఉన్న మౌలిక సదుపాయాలు, బోధనా సిబ్బందిని దృష్టిలో ఉంచుకొని సరైన ప్రణాళికలు రూపొందించుకోవాలని ఉన్నత విద్యాసంస్థలకు యూజీసీ సూచించింది. కాగా ద్వైవార్షిక ప్రవేశాల పథకాన్ని ఎన్ని కేంద్రీయ యూనివర్సిటీలు, విద్యా సంస్థలు అమలు చేస్తున్నాయని ఎండిఎంకే సభ్యుడు వైగ్ బుధవారం రాజ్యసభలో ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నించారు. దీనిపై విద్యా శాఖ సహాయ మంత్రి సుకాంత మజుందార్ స్పందిస్తూ సంవత్సరానికి రెండుసార్లు విద్యార్థులను చేర్చుకునే విషయంలో నిర్ణయం తీసుకోవాల్సింది ఉన్నత విద్యా సంస్థలేనని తెలిపారు.

న్యూఢిల్లీ: ఢిల్లీ హైకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా ఉన్న మన్మోహన్ గురువారం సుప్రీంకోర్టు న్యాయమూర్తిగా ప్రమాణ స్వీకారం చేశారు. సుప్రీంకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తి సంజీవ్ ఖన్నా ఆయనతో ప్రమాణం చేయించారు. సుప్రీంకోర్టు ఇతర సభ్యులు జడ్జిల సమక్షంలో సుప్రీంకోర్టులో ఈ వేడుక జరిగింది. జస్టిస్ మన్మోహన్ ప్రమాణస్వీకారంతో.. సుప్రీంకోర్టులో జడ్జిల సంఖ్య 33కి చేరింది. 1962 , డిసెంబర్ 17 జన్మించిన జస్టిస్ మన్మోహన్ 1987లో ఢిల్లీ క్యాంపస్ నుండి బి.ఎంబి.ఎల్.ఎల్.బి. పూర్తి చేశారు. అదే ఏడాది సుప్రీంకోర్టు, ఢిల్లీ హైకోర్టులో ప్రాక్టీస్ చేస్తూ న్యాయవాద వృత్తిని ప్రారంభించారు. 2003లో సీనియర్ న్యాయవాదిగా నియమితులైన ఆయన 2008లో ఢిల్లీ హైకోర్టు అదనపు న్యాయమూర్తిగా నియమితులయ్యారు. 2009లో శాశ్వత న్యాయమూర్తిగా పదోవృత్తి పొందారు. 2023లో తాత్కాలిక ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా, 2024లో ఢిల్లీ హైకోర్టు ప్రధాన న్యాయమూర్తిగా బాధ్యతలు చేపట్టారు. నవంబర్ 28న సుప్రీంకోర్టు కొలితయం జస్టిస్ మన్మోహన్ను అత్యున్నత న్యాయస్థానానికి సిఫారసు చేసిన సంగతి తెలిసింది. డిసెంబర్ 3న కేంద్రం ఆ సిఫారసును ఆమోదించింది.



ఇది పండుకాదు.. అమ్మతం..!

ఈ పండులో విటమిన్ సి, బయోటిన్, ఫోలేట్, విటమిన్ ఇ, మొక్కల ఆధారిత ఫైవనాయిడ్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలతో కూడిన ఆర్గానిక్ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పండ్లలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఇది ఫైటో న్యూట్రియెంట్ల స్టోర్ హౌస్ అని అంటున్నారు. నోని పండు.. దీని గురించి చాలా మందికి పెద్దగా తెలియదు. ఈ పండు చూడటానికి బంగాళాదుంప ఆకారంలో, పసుపు, లేత ఆకుపచ్చ రంగులో ఉంటుంది. దీనిని తొగించి పండు అని కూడా పిలుస్తారు. దీని లోపల చిన్నచిన్న గింజలు ఉంటాయి. దీని ఔషధ గుణాలు, పోషక విలువలు మాత్రం తెప్పలెన్నో ఉన్నాయంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఈ పండులో విటమిన్ సి, బయోటిన్, ఫోలేట్, విటమిన్ ఇ, మొక్కల ఆధారిత ఫైవనాయిడ్లు, యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలతో కూడిన ఆర్గానిక్ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. నోని పండ్లలో కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయి. ఇది ఫైటో న్యూట్రియెంట్ల స్టోర్ హౌస్ అని అంటున్నారు. ఇవి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లుగా పనిచేస్తాయి. ఇవి శరీరంలోని వివిధ జీవరసాయన ప్రతిచర్యలకు



ఆహారాన్ని శక్తిగా మార్చడం ద్వారా సరైన జీవక్రియను సంగ్రహించడంలో సహాయపడతాయి. నోని పండు ఎముకల ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. రుమటాయిడ్ ఆర్థరైటిస్, గౌట్, ఆస్టియోపోరోసిస్ వంటి సమస్యల్లో కీళ్ల నొప్పులను తగ్గించడానికి నోని ఫ్రూట్ జ్యూస్ అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. రోజూ ఒకటి నుంచి రెండు గ్లాసుల నోని జ్యూస్ తాగటం వల్ల మంచి బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు. దీనిలోని యాంటీఇన్ఫ్లేమేటరీ గుణాలు.. వాపును తగ్గించి నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.

అతిగా అరటిపండ్లు తింటున్నారా?

అరటిపండ్లు ఆరోగ్యకరమే అయినప్పటికీ అతిగా తినడం వల్ల అనేక సమస్యలు వస్తాయి. మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు, మలబద్ధకంతో బాధపడేవారు అరటిపండ్లను మితంగా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. మీరు ఏ ఆహారం తీసుకున్నా మితంగా తినడం మంచిది. అదే విధంగా శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు అరటిపండ్లను కొంత మొత్తంలో తీసుకోవడం బెటర్. అలా కాకుండా కొందరు అరటిపండ్లను అదే పనిగా తింటూ ఉంటారు. అలా తినడం వల్ల కలిగే సమస్యలు ఏంటో తెలుసుకుందాం పదండి. అరటిపండు ఆరోగ్యానికి చాలా ఉపయోగకరమైన పండు అయినప్పటికీ, రోజూ 2 నుండి 3 అరటిపండ్లకు మించి తినడం మంచిది కాదు. అరటిపండ్లలో విటమిన్ బి6, విటమిన్ సి, పొటాషియం, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇది శరీరానికి కావలసిన శక్తిని త్వరగా అందిస్తుంది.

అరటిపండులోని పీచు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. దీన్ని ఎక్కువగా తినడం వల్ల ఫైబర్ కంటెంట్ పెరుగుతుంది. దాంతో బరువు తగ్గడానికి బదులుగా పెరుగుతారు. అరటిపండులోని చక్కెర పొట్ట కొవ్వును కూడా పెంచుతుంది. అరటిపండ్లలో అవసరమైన మొత్తంలో స్టార్చ్ ఉంటుంది. దీన్ని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల మలబద్ధకం సమస్య పెరుగుతుంది. అలాగే, అరటిపండ్లలో అధికంగా ఉండే టానిక్ యాసిడ్ జీర్ణక్రియ సమస్యలను కలిగిస్తుంది. కాబట్టి, మలబద్ధకం సమస్య ఉన్నవారు రోజూకు 2 అరటిపండ్లకు మించి తినకూడదు. అరటిపండులో గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ప్రతిరోజూ ఎక్కువ అరటిపండ్లు తిన్నప్పటికీ ఈ చక్కెర కంటెంట్ రక్తంలో చక్కెరను పెంచుతుంది. కాబట్టి మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులు ప్రతిరోజూ అరటిపండు తినడం మంచిది కాదు.

బొప్పాయి మంచిదే.. కానీ ?

బొప్పాయిలో విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధిక స్థాయిలో ఉంటాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. యాంటీఆక్సిడెంట్లు కొలెస్ట్రాల్ ఆక్సీకరణను నిరోధిస్తాయి. బొప్పాయి జీర్ణ సంబంధిత



పండును తినకూడదు. ఈ రకమైన ఔషధం తీసుకునే వ్యక్తులు: మీరు ఐడె థిస్ ఔషధం తీసుకుంటుంటే, పులియబెట్టిన బొప్పాయి మీకు హానికరం అని నిరూపించవచ్చు. గుండె జబ్బులతో బాధపడేవారు తరచూ ఈ పండు తీసుకుంటే రక్తప్రసరణలో ఎలాంటి ఇబ్బంది ఉండదు. అటువంటి రోగులు బొప్పాయిని తింటే, గాయం కారణంగా రక్తస్రావం సులభంగా ప్రారంభమవుతుంది. ఆస్తమా రోగులు: మీరు స్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది ఉంటే పాపాయి నుంచి దూరంగా ఉండండి. ఈ పండులో ఉండే ఎంజైమ్ ఆస్తమా రోగులకు హానికరం. గర్భిణీ స్త్రీలు: చాలా మంది ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, గర్భిణీ స్త్రీలు బొప్పాయిని అప్పులు తినకూడదు, ఎందుకంటే ఇది వారికి హానికరం. అలెర్జిక్ బాధపడతూన్న వ్యక్తులు: మీరు అలర్జిక్ వంటి సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నట్లయితే, బొప్పాయిని అప్పులు తినకూడదు ఎందుకంటే అందులో ఉండే పాపైన్ మూలకం సమస్యను పెంచుతుంది. మీకు చర్మంలో దురద లేదా మంట రావొచ్చు.

మానసిక ఆరోగ్యం కోసం యోగా

శరీరం, మనస్సు ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. ప్రస్తుతం బిజీ లైఫ్ లో శరీరక ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలి, దీని కోసం రోజూ వారి దినచర్యలో సూర్య నమస్కారాన్ని చేర్చుకోవచ్చు. ఇలా చేయడం వల్ల శరీరంతో పాటు మనస్సుకు కూడా శాంతి లభిస్తుంది. రోజంతా శక్తితో పని చేయగలుగుతారు. శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. ఆరోగ్యకరమైన, ఫిట్ బాడీ కోసం ఎక్కువ మంది యోగా, వ్యాయామం చేయాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అయితే ప్రస్తుతం బిజీ లైఫ్ లో తమ కోసమే తమకు సమయాన్ని కేటాయించుకునే సమయం ఉండడం లేదు. అలాంటి పరిస్థితుల్లో గంటల కొద్దీ వర్కవుట్ చేయడానికి యోగా చేయడానికి సమయం ఉండడం



లేదు. మీకు కూడా సమయం తక్కువగా ఉంటే ప్రతిరోజూ ఒక్క సూర్య నమస్కారం చేయడం ద్వారా మిమ్మల్ని మీరు ఫిట్ గా ఉంచుకోవచ్చు. సూర్య నమస్కారం చేయడానికి కొంత సమయం పట్టినా .. సూర్య నమస్కారం చేయడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. సూర్య నమస్కారం చేయడం చాలా సులభం. సూర్య నమస్కారం చేయడం వల్ల శరీరంపై చాలా ప్రభావం చూపుతుంది. సూర్యుడు ప్రాణశక్తి, శక్తికి మూలం అని అందరికీ తెలుసు. అందువల్ల సూర్య నమస్కారం చేయడం వల్ల శరీరంతో పాటు మనస్సు కూడా చాలా ప్రయోజనాలను పొందుతుంది. ఇప్పుడు ఈ

అనసం చేయడం వల్ల కలిగే ఇతర ప్రయోజనాలు ఏమిటి? ఎలా చేస్తారు? ఈ రోజు తెలుసుకుందాం. 2022 సంవత్సరంలో నిర్వహించిన ఒక పరిశోధనలో ప్రతిరోజూ ఉదయం సూర్య నమస్కారం చేయడం వల్ల స్టామినా పెరుగుతుందని కనుగొనబడింది. అలాగే ఉదయం నూర్య నమస్కారం చేస్తున్నప్పుడు శ్వాస తీసుకునే సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. ఈ అనసం చేస్తున్నప్పుడు వెన్నెముకకు చాలా ప్రయోజనం కలిగించే భంగిమను ఎంచుకోవాలి. ఈ అనసం భుజాలు వంగి ఉన్నవారు చేయడం వలన వారు నితారుగా ఉండడంలో సహాయపడుతుంది.

వ్యాధులకు దివ్యాషధం అని చెబుతున్నప్పటికీ.. ఈ పండు అందరికీ మంచిది కాదంటున్నారే వైద్య నిపుణులు. బొప్పాయిలో ఎన్నో పోషకాలున్నాయి.. బొప్పాయిలో ఫైబర్, విటమిన్ ఎ, విటమిన్ సి, విటమిన్ ఇ వంటి యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధిక స్థాయిలో ఉంటాయి. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారం గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. యాంటీఆక్సిడెంట్లు కొలెస్ట్రాల్ ఆక్సీకరణను నిరోధిస్తాయి. అందుకే.. బొప్పాయి పండును ఇష్టపడని వారంటూ ఉండదు.. ఆరోగ్య నిపుణులు కూడా బొప్పాయిని రెగ్యులర్ గా తినాలని

గ్రీన్ టీ ఆరోగ్యానికే కాదు



గ్రీన్ టీ ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. గ్రీన్ టీ తీసుకోవడం వల్ల బరువు అడుపులో ఉండడంతో పాటు మరెన్నో లాభాలు ఉన్నాయి. అయితే ఆరోగ్యానికి కాదు, అందానికి కూడా గ్రీన్ టీ ఉపయోగపడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. ఇటీవల గ్రీన్ టీ తీసుకుంటున్న వారి సంఖ్య పెరుగుతోంది. ఆరోగ్యంపై పెరిగిన అవగాహన నేపథ్యంలో చాలా మంది రెగ్యులర్ టీకి బదులుగా గ్రీన్ టీని తీసుకుంటున్నారు. గ్రీన్ టీలోని యాంటీ యాక్సిడెంట్స్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు

చేస్తుంది. అయితే గ్రీన్ టీ తాగిన తర్వాత ఆ బ్యాక్ లను వడేస్తూంటాం. కానీ వాటిని సద్వినియోగం చేసుకుంటే ఎన్నో ప్రయోజనాలు ఉంటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. గ్రీన్ టీ బ్యాగులు అందానికి ఎలా ఉపయోగపడతాయో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. గ్రీన్ టీ ఫేస్ ప్యాక్ తో చర్మానికి సహజమైన కాంతిని అందిస్తాయి. ముల్లనీ మట్టి, పసుపు, బియ్యప్పిండి, అరటిపండుతో గ్రీన్ టీని ఉపయోగించడం వల్ల డెడ్ స్కిన్ తొలగిపోతుంది. మొటిమలను తగ్గించడంలో, చర్మాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉంచడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ముల్లనీ మట్టి, గ్రీన్ టీ కలిపి ముఖానికి అప్లై చేసుకోవడం వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. ముల్లనీ మట్టిలో హైడ్రేటింగ్ గుణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి.

ఇవి చర్మాన్ని హైడ్రేట్ గా ఉండేలా చేసుకోవాలి. అలాగే డెడ్ స్కిన్, ఎక్సెస్ ఆయిల్ ను తొలగిస్తాయి. బియ్యం పిండిలో గ్రీన్ టీ కలుపుకొని ఫేస్ కు అప్లై చేసుకుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఇందుకోసం 2 టీస్పూన్ల బియ్యం పిండిలో 1 టీస్పూన్ నిమ్మరసం, గ్రీన్ టీ కలపాలి. ఇప్పుడు ఈ ఫేస్ ప్యాక్ ని ముఖానికి అప్లై చేసి సున్నితంగా మసాజ్ చేసుకోండి. ఇలా చేయడం వల్ల డెడ్ స్కిన్ తొలగిపోయి ముఖం నిగారిస్తుంది. గ్రీన్ టీలో పసుపు కలుపుకుని తీసుకోవడం వల్ల ముఖంపై మురికి తొలగిపోతుంది. ఇలా తయారు చేసుకున్న ప్యాక్ తో ముఖానికి అప్లై చేసుకోవాలి. వారానికి రెండు సార్లు పసుపు, గ్రీన్ టీ ఫేస్ ప్యాక్ ముఖానికి అప్లై చేసుకుంటే చర్మాన్ని మెరిసేలా చేస్తుంది. అరటిపండులో గ్రీన్ టీ కలిపి తీసుకుంటే చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగువుతుంది. ముఖంగా చలికాలం చర్మం పొడిబారకుండా ఉండేందుకు అరటిపండులో గ్రీన్ టీ కలిపి ముఖానికి అప్లై చేసుకోవాలి. ఇది చర్మాన్ని తేమగా మారుస్తుంది. గ్రీన్ టీ లోని యాంటీఆక్సిడెంట్ లక్షణాలు శ్రీ రాడికల్స్ ను తొలగించడం ద్వారా చర్మాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.



వేప ఆకును చులకనగా చూడొద్దు..!

వేప చెట్టులోని ప్రతి భాగం మనకు ఎంతో ఉపయోగ పడుతుంది. వేపలో ఉండే ఔషధ గుణాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు. వేప ఆకుల్లో ఇమ్మ్యునిటీ పెంచే గుణాలు ఉంటాయని అయిర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. వేప చెట్టు ఉన్న పరిసరల్లోని గాలి ద్వారా మనకు స్వచ్ఛమైన ఆక్సిజన్ అందుతుంది. వేప కాయలు, ఆకులు, పువ్వు, బెరడుతో ఎన్నో దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల్ని నయం చేసుకోవచ్చునని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ప్రతిరోజూ ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో వేపాకులు నమిలి తినడం వల్ల శరీరంలో మెటబాలిజం రేటు వృద్ధి చెందుతుంది. దీంతో ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది. శరీరంలో క్యాలరీలు కూడా కరుగుతాయి. ఇలా బరువు తగ్గొచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. ఇలా వేపాకులను నమిలి తినడం వల్ల శరీరంలో ఇమ్మ్యూనిటీ వ్యవస్థ బల పడుతుంది. సీజనల్ వ్యాధులు ఎలాకీ రక్షిస్తుంది. వేప ఆకులతో తయారు చేసిన కషాయం దగ్గు, గొంతునొప్పి నివారణిగా పనిచేస్తుంది. జలుబు వలనే దగ్గు వస్తుంది. కప్పు వేపాకులను నీటిలో మరగించుకుని ఆ నీటిలో కొద్దిగా పసుపు, ఉప్పు, జీలకర్ర, ధనియాల పొడి, శొంఠి వేసి బాగా మరగించుకోవాలి. ఆ తరువాత ఆ నీటిని పడగట్టి అందులో కొద్దిగా తేనె లేదా చక్కెర కలిపి ప్రతిరోజూ మూడుపూలూ సేవిస్తే జలుబు వెంటనే

తగ్గుతుంది. ఇక తలనొప్పి వచ్చినట్లంటే చాలా.. తల భారంగా ఉంటుంది. ఏ పని చేయాలన్న విషయంగా ఉంటుంది. చాలామందికి కళ్లు తిరుగుతాయి. అలాంటప్పుడు కొన్ని వేపాకులను మెత్తగా నూరుకుని ఆ మిశ్రమాన్ని సుదిటిపై రాసుకోవాలి. గంట పాటు అలానే ఉంచుకుని ఆ తరువాత శుభ్రం చేసుకుంటే తలనొప్పి తగ్గుతుంది. అలాకాకుంటే వేపాకులతో కషాయం తయారుచేసి తీసుకోవచ్చు. ఇంట్లో దోమలు ఎక్కువగా ఉన్నప్పుడు వేప ఆకుతో వాటిని తరిమికొట్టొచ్చు. ఇందుకోసం కొన్ని వేపాకులను నీళ్లలో మరగించి ఆ నీటిని ఇంట్లో చల్లుకోవాలి. ఇలా చేస్తే దోమలు రావు. అలానే దోమలు కుట్టినప్పుడు చర్మం కందినట్లుగా మారుతుంది. అలాంటప్పుడు వేపాకులను నీటిలో మరగించి ఆ నీటిలో కొద్దిగా పసుపు కలిపి స్నానం చేస్తే మంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వేప ఆకుల్ని రాత్రి పూట నీళ్లలో వేసి, ఉదయం ఆ నీళ్లను తాగితే జీర్ణక్రియ సరిగ్గా జరుగుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే, వేప ఆకుల్ని ఎండలో ఆరబెట్టుకుని వాటి పొడిని, తేనెతో కలిపి ముఖానికి ఫేస్ ప్యాక్ లాగా అప్లై చేసుకుంటే ముఖచర్మం కాంతివంతంగా మారుతుంది. దీని వల్ల ముఖంమీద ఉన్న మొటిమలు, మచ్చలు మాయమౌతాయి.