

ಥಿಲ್ಲೆರಿ ಚೆರಿನ್ ತೆಲಂಗಾಣ ಕಾಂಗ್ರೆಸ್ ರಾಜಕೀಯಂ ಹೀಟೆಕ್ಕಿನ ಪಾಲಿಟಿಕ್ಸ್

సమస్తి హైదరాబాద్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి ఏడాది పూర్తయింది. ఇప్పటికీ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సహా మరో 11 మంది మంత్రిలుతోనే రేవంత్ సర్కార్ నడుస్తోంది. ఇంకా మరో ఆరుగురికి కేబినెట్ లో అవకాశం ఉంది. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీ పర్యటనకు వెళ్లిన ప్రతీ సారి క్యాబినెట్ విస్తరణ జరుగుతుందని బాగా ప్రచారం జరిగింది. కానీ ఇతర రాష్ట్రాల్లో అసెంబ్లీ ఎన్నికల దృష్ట్యా కాంగ్రెస్ హైకమాండ్ అధికంగా అడుగులు లేదులేదు. కొత్త యేడాదిలో సరికొత్త జోష్ తో తెలంగాణ ప్రభుత్వాన్ని నడిపిస్తానని ఇటీవల సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటించారు. సీఎం ప్రకటనకు తగినట్లుగానే సంక్రాంతిలోనే కేబినెట్ విస్తరణ కోసం తెలంగాణ ప్రభుత్వం సిరియస్ గా ఆలోచిస్తోంది. ఇప్పటికే ఇతర రాష్ట్రాల్లో ఎన్నికలు ముగిసిన నేపథ్యంలో కేబినెట్ విస్తరణపై కాంగ్రెస్ హైకమాండ్ కూడా ఖోకస్ పెట్టింది. దీంతో తెలంగాణ కాంగ్రెస్ రాజకీయం ఢిల్లీకి చేరింది. కేబినెట్ లో కొత్త ముఖాల జాబితా ఫార్మ్ లిస్ట్ చేసుకుని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఢిల్లీలో అధిష్టానం ముందు ఉంచారు. ఇప్పటికే రాహుల్ గాంధీని కలిసి కేబినెట్ విస్తరణపై చర్చించారు. తమ అనుచరులకు కేబినెట్ బెర్దులు ఇవ్వాలని అటు రేవంత్ రెడ్డి, ఇటు భట్టి విక్రమార్క పార్టీ హైకమాండ్ కి విజ్ఞప్తి చేసినట్లు తెలుస్తోంది.. అయితే.. దీనిపై మళ్లీ రాహుల్ గాంధీతో చర్చించి ఫైనల్ గా నిర్ణయం తీసుకోనున్నట్లు సమాచారం.. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆధిపత్యంలో 11 మంది మంత్రిలు ఉండగా ఉమ్మడి జిల్లాల వారిగా చూస్తే కొరిడాబాద్, నిజామాబాద్, రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్ జిల్లాలకు మాత్రం ప్రాతినిధ్యం దక్కలేదు. ఎమ్మెల్యేల సంఖ్య ప్రకారం ఇంకా ఆరుగురు కొత్త వారికి కేబినెట్ లో చోటుకి అవకాశం ఉంది. దీంతో కచ్చితంగా ఈ నాలుగు ఉమ్మడి జిల్లాల వారికి కేబినెట్ విస్తరణలో బెర్రే కచ్చితంగా దక్కే అవకాశం ఉంది. ఈ నాలుగు ఉమ్మడి జిల్లాలకు మంత్రి



పదవులతో పాటు మిగిలిన మరో రెండు పదవులు ఎవరికి ఏ జిల్లాకు దక్కుతాయనే ఉత్తరం తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీలో నెలకొంది. అయితే.. కేబినెట్ విస్తరణలో మిగిలిన మంత్రి పదవుల భర్తీతో పాటు ఇప్పుడు మంత్రులకు ఉన్న శాఖలు మార్చే అవకాశం ఉందని ప్రచారం జరుగుతోంది. కేబినెట్ విస్తరణతో పాటు ఇప్పటికీ ఖాళీగా ఉన్న డిప్యూటీ స్పీకర్, ప్రభుత్వ చీఫ్ విప్ పోస్టులను కూడా భర్తీ చేస్తారని ప్రభుత్వ పర్గాలు చెబుతున్నాయి. తాజాగా సీఎం, డిప్యూటీ సీఎం ఢిల్లీ టూర్ నేపథ్యంలో సలకాంతి నుంచి పూర్తి సైన్యంతో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పాలన పరుగులు పెట్టించనున్నారు కాంగ్రెస్లో జోష్ కనిపిస్తోంది..



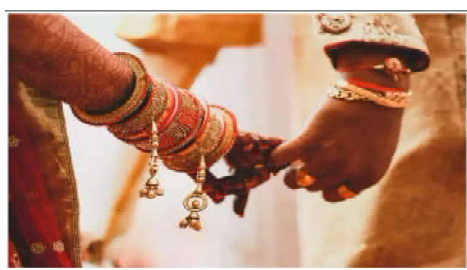
నమస్తే హైదరాబాద్ : తెలంగాణలో రాజకీయ వేడి కొనసాగుతుంది. నిన్న మొన్నటి వరకు తెలంగాణ తల్లి విగ్రహంపై ఓఆర్ఎస్ కాంగ్రెస్ పార్టీలు ఒక్కరి మీద మరొక్కరు దుమ్మెత్తిపోసుకున్నారు. ఆ వివాదం ముగియక ముందే మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ రాహుల్ గాంధీకి లేఖ రాశారు. అందులో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై, సీఎం రేపంతో రెడ్డిపై ఆయన సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. చేతి గుర్తుకు ఓటేస్తే చేతకాని సీఎంని తెలంగాణ నెత్తిన రుద్దారని లేఖలో ఆయన విమర్శించారు. సరిగ్గా ఏడాది క్రితం కొలువుదీరిన కాంగ్రెస్ సర్కారు తెలంగాణను ఆగం చేయడమే కాకుండా తెలంగాణ అస్తిత్వాన్ని కూడా దెబ్బతీస్తోందన్నారు. చేతకాని, మతిలేని ముఖ్యమంత్రిని తెలంగాణ నెత్తిన రుద్ది రాహుల్ చేతులు దులుపుకోవడంతో అన్నదాతల నుంచి ఆడబిడ్డల దాకా ప్రతివర్గం అరిగోసే పడుతోందని దుయ్యబల్టారు. వ్యవసాయ రంగం నుంచి పారిశ్రామిక వర్గం దాకా సంక్షోభంలో కూరుకుపోతోందని, ఎన్నికల టైంలో ఊరురా తిరిగి ఊడరగాట్టిన గ్యారెంటీలన్నీ గారడీలేనని కాంగ్రెస్ ఏడాది పాలన చూస్తే అర్థమైపోయిందని మండిపడ్డారు. డిక్షరేషన్ పట్ల కాంగ్రెస్ పార్టీకి డెడీకేషన్ లేదని అక్షరాలా రుజువుపొయిందన్నారు. మేనిఫెస్టోలో ఇచ్చిన 420 హామీలు.. కాంగ్రెస్ చీటింగ్ చాప్టర్లో భాగమేనని తెలంగాణ సమాజానికి తెలిసిపోయిందని పేర్కొన్నారు. గాలి మోటార్లో వచ్చి గాలిమాటలు చెప్పి ఏడాదిపాటు పత్తా లేకుండా పోయిన రాహుల్ కి తెలంగాణ పట్ల రవ్వంత కూడా బాధ్యత లేదని తేలిపోయిందని విమర్శించారు. ప్రగతిపథంలో పరుగులు పెట్టిన రాష్ట్రం ఆధోగతి పాలవుతుంటే తెలంగాణ వైపు కనీసం రాహుల్ కన్నెత్తి చూడకపోవడంతో నాలుగు కోట్ల ప్రజలు నిత్యం రగిలిపోతున్నారని ఆరోపించారు. సీఎం ఢిల్లీకి పంపే మూటలపై రాహుల్ కి ఉన్న శ్రద్ధ, ప్రజలకు ఇచ్చిన మాటపై లేదన్నారు. తాము పదేళ్లలో పేదల బతుకులు మార్చమని, తప్ప పేర్లు మార్చలేదని కేటీఆర్ స్పష్టం చేశారు. తాము తలుచుకుంటే రాజీవ్ పేర్లు, ఇందిరా విగ్రహాలు ఉంటాయా ? అని ఘాటుగా లేఖ రాశారు రాహుల్ గాంధీకి కేటీఆర్ లేఖ రాయడంపై చీకాంగ్రెస్ ఎంపీలు నిప్పులు చెరిగారు. ఓర్వలేకే రేపంతో సర్కార్ పై కేటీఆర్ విషం కక్కుతున్నారని ఎంపీ మల్లు రవి మండిపడ్డారు. రాష్ట్రంలో ఏం జరుగుతుందో రాహుల్ గాంధీకి తెలుసన్నారు. మరో ఎంపీ చామల కిరణ్ కుమార్ రెడ్డి, బలరాం నాయక్ లు కూడా కేటీఆర్ పై విరుచుకుపడ్డారు. ప్రభుత్వంపై తప్పుడు ప్రచారం చేస్తే చూసూ ఊరుకోమని.. ఖబరడార్ అంటూ హెచ్చరించారు.

ఇందిరమ్మ ఇళ్లపై బిగ్ అప్ డేట్.. స్వయంవరం



సమస్తి హైదరాబాద్ : రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన ఇందిరమ్మ ఇండ్రక్స్ సంబంధించి దరఖాస్తుల పరిశీలనను పక్కడ్చుందీగా చేపట్టాలని అధికారులను ఆదేశించారు మంత్రి పొంగళలేటి శ్రీనివాసరెడ్డి జిల్లా ఇందిరమ్మ ఇండ్ర దరఖాస్తుల పరిశీలన, సామాజిక సర్వే తదితర అంశాలపై సచివాలయంలో జిల్లా కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు మంత్రి. ఈ కార్యక్రమంలో సీఎం సలహాదారు, సీఎస్ పాలొన్నూరు, ఇందిరమ్మ ఇండ్ర కోసం ప్రజా పాలనలో

వచ్చిన 80 లక్షల దరఖాస్తుల పరిశీలనను ఈనెల 31 లోగా పూర్తిచేయాలని మంత్రి ఆదేశించారు. పరిశీలన చేసిన సర్వే వివరాలను మొబైల్ యాప్ లో ఎప్పటికప్పుడు నమోదు చేయాలన్నారు. దీనికి సంబంధించి ప్రతి 500 మందికి ఒక సర్వేయర్ ను నియమించుకోవాలన్నారు. సర్వేలో ఇందరమ్మ కమిటీ సభ్యులను కూడా భాగస్వామ్యం చేయాలన్నారు. ఎక్కడైనా ఇందరమ్మ కమిటీలు ఏర్పాటు కాక పోతే వెంటనే ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు. ఏ గ్రామంలో సర్వే నిర్వహిస్తారో ముందు రోజు రాత్రి ప్రజలకు నమచారం ఇవ్వాలని.. స్థానిక పరిస్థితులను బట్టి కలెక్టర్లు ప్రణాళికలు రూపొందించుకోవాలని ఆదేశించారు. దరఖాస్తుల విషయంలో పొరపాట్లకు తావులేకుండా పారదర్శకంగా వకదృష్టిగా సర్వే నిర్వహించాలన్నారు. సర్వే వివరాలపై ప్రతి రోజు కలెక్టర్లు సమీక్షించాలన్నారు. ప్రతి జిల్లా కేంద్రంలో ఫిర్యాదులు, నష్టపోలీస్ ను టోల్ ఫ్రీ నెంబర్ ఏర్పాటు చేసుకోవాలన్నారు. మంత్రి ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సేవా కార్యక్రమం లో భాగంగా 4.5 లక్షల ఇండ్లను నిర్మించుకోవడానికి కలెక్టర్లకు మంత్రి పొంతులనే సూచించారు.



సమస్త హైదరాబాద్ : వరకట్నం చట్టరీత్యా నేషనల్ అని అందరికీ తెలిసిందే. అయినా కట్టూలు తీసుకోవడం ఏ మాత్రం ఆగడం లేదు. పెళ్లి అనగానే ఎంత కట్నం ఇస్తారు అనే మాట ముందుకు వస్తుంది. పెళ్లి జరిపే రెండు కుటుంబాలకు కట్న కానుకలు ఇచ్చి పుచ్చుకోవడాలు నేరంగా కనబడవు. పెళ్లి జరిగిన తర్వాత కూడా కట్నకానుకుల విషయంలో ఎన్నో గొడవలు జరుగుతున్న సంఘటనలు చూస్తూనే ఉన్నాము. వరకట్న వేధిపుల కారణంగా ఎంతో మంది మహిళలు ఆత్మహత్య చేసుకున్న సంఘటనలున్నాయి.యువత జీవిత భాగస్వామి ఎంపికలో ఆర్థిక లావాదేవీలకన్నా విద్యార్హతలు, సాంస్కృతిక సారూప్యతలు,

2၆၆

వారంధరికి ఉచితంగా చీరలు



సమస్తి హైదరాబాద్ : తెలంగాణలో ఇక నుంచి మహిళా సమాఖ్య సభ్యులకు యూనిఫామ్ అందించనుంది ప్రభుత్వం. మొత్తం 63 లక్షల మంది మహిళా సంఘ సభ్యులకు ఒకే రకమైన చీరలను ఉచితంగా ఇవ్వాలని తెలంగాణ ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. సంవత్సరానికి రెండుసార్లు ఉచితంగా చీరల పంపిణీ జరగనుంది. మహిళా సంఘాల యూనిఫామ్ చీరల కోసం ప్రత్యేకంగా 2లో

256

హైకమండ్ మదిలో ఎవరున్నారు ?

సమస్త హైదరాబాద్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి ఏడాది పూర్తైనప్పటికీ 70% సీం రేవంత్ సహా మరో 11 మంది మంత్రిలతోనే ప్రభుత్వం నడుస్తోంది. ఇంకా మరో ఆరుగురికి అవకాశం ఉన్నప్పటికీ 70%. ఆ దిశగా అడుగులు పడలేదు. సీం రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీ వెళ్లిన ప్రతిసారి కేబినెట్ విస్తరణ కోసమే అన్నట్లుగా ప్రచారం జరిగినా 70% ఎలాంటి ఫలితం లేదు. అయితే కొత్త ఏడాదిలో సరికొత్త జోష్ తలంగాణ ప్రభుత్వాన్ని నడిపిస్తామని జడ్చీవల సీం రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటించారు. సీం ప్రకటనకు తగినట్లుగానే సంక్రాంతిలోనే కేబినెట్ విస్తరణ కోసం తెలంగాణ ప్రభుత్వం సీరియస్ గా ముందుకెళ్తోంది. షార్ట్ లిస్ట్ తయారు చేసి అధిష్టానం ముందుంచినట్లు తెలుస్తోంది. ఇప్పటికే ఢిల్లీలో ఉన్న సీం రేవంత్ రెడ్డి షార్ట్ పెద్దలతో కేబినెట్ విస్తరణపై చర్చించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈసారి గుడ్ న్యూస్ తోనే ఢిల్లీ నుంచి వస్తారంటూ గాంధీభవన్ లో టాక్ వినిపిస్తోంది. ఇక్కడ కేబినెట్ లో చోటు కోసం నేతలు గట్టిగానే ప్రయత్నిస్తున్నారు. ఢిల్లీ పెద్దలతో లాబీయింగ్ చేయడమే కాదు 70% రాష్ట్రంలోని ముఖ్యనేతలను కలిసి మంత్రి పదవి కోసం శ్రమిస్తున్నారు. ఎమ్మెల్యేలు మల్ రెడ్డి రంగారెడ్డి, కమలినేమాహానరావు ఇప్పటికే ఢిల్లీలో సీం భట్టి విశ్వకర్మను కలిశారు. మంత్రిపద్య విస్తరణలో చోటు ఉండొచ్చాలని కోరారు. మల్ రెడ్డి రంగారెడ్డి అధిష్టానం పెద్దలకు తేజులు కూడా రాశారు. హైదరాబాద్, రంగారెడ్డి జిల్లాలు నుంచి కేబినెట్ లో ప్రాతినిధ్యం ఉన్నందుకు విజ్ఞప్తి చేశారు. రంగారెడ్డి జిల్లాలో గెలిచిన ఏకైక ఎమ్మెల్యేనంటూ లేఖలో పేర్కొన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇటు ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ నుండి శ్రీమేయగర్ రావు, గడ్డం వినోద్, గడ్డం ఏవేక్ కేబినెట్ లో చోటు కోసం ప్రయత్నిస్తున్నారు. వీరిలో ఒకరికి అవకాశం దక్కునుంది. అలాగే



నిజామాబాద్ నుంచి పి.సుదర్శన్ రెడ్డి పేరు కూడా బాగానే వినిపిస్తోంది. అలాగే మైసూరులో కోటాలో ఫిరోజ్ ఖాన్ మంత్రి పదవి అతిస్తున్నారు. మరికొందరు ఎమ్మెల్యేలు కూడా పార్టీ పెద్దలతో మంతనాలు జరుపుతున్నట్లు తెలుస్తోంది.

26

హైకమండ్ మదిలో ఎవరున్నారు ?

ఇటు కేబినెట్ విస్తరణపై డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. మంత్రి పదవులు ఎవరికివ్వాలన్న విషయంలో హైకమాండ్ తుది నిర్ణయమని స్పష్టం చేశారు. అయితే.. మంత్రి పదవుల భర్తీతో పాటు ఇప్పుడు మంత్రులకు ఉన్న శాఖలు మార్చే అవకాశం ఉందని కూడా ప్రచారం జరుగుతోంది. అలాగే ఖాళీగా ఉన్న డిప్యూటీ స్పీకర్, ప్రభుత్వ చీఫ్ విప్ పోస్టులను కూడా భర్తీ చేస్తారని ప్రభుత్వ వర్గాలు చెబుతున్నాయి. మొత్తంగా ౫౦% న్యూ ఇయర్ నుంచి నయా జోష్ తో ముందుకెళ్తామన్న రేవంత్ సర్కార్ లో మంత్రి పదవులు దక్కించుకునే ఆ ఆరుగురు అదృష్టవంతులేవరో తెలియాలంటే ఇంకొన్ని రోజులు ఆగాల్సిందే!

వారందరికీ ఉచితంగా చీరలు

డిజైన్లు చేయిస్తున్నారు. మంత్రి సీతక్క ఆఫీసులో మహిళా సంఘాల కోసం తయారు చేసిన చీరలను మంత్రికి చూపించారు %బాజురా జఙు% దివ్య దేవరాజన్. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సమక్షంలో త్వరలో యూనిఫామ్ చీరలను ఫైనలైజ్ చేస్తారు. ఆ తర్వాత 63 లక్షల మంది మహిళా సంఘ సభ్యులకు పంపిణీ చేస్తారు.మరోవైపు తెలంగాణ సచివాలయంలోని తన కార్యాలయంలో టీజీ ఫుడ్స్ పై మంత్రి సీతక్క సమీక్ష నిర్వహించారు. టీజీ ఫుడ్స్ కార్పొరేషన్ పనితీరుపై మంత్రి అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. అధికారులు సొంత నిర్ణయాలు తీసుకోవడం పట్ల మండిపడ్డారు. బెందర్లు లేకుండా నామినేషన్ వద్దతిలో పనులు తీరాలివ్వడం పట్ల సీతక్క అసహనం వ్యక్తం చేశారు. ఇద్దరు అధికారులపై చర్యలు తీసుకున్నా.. తీరు మార్పు కోకపోవడం పట్ల మండిపడ్డారు. అధికారులంతా పారదర్శకంగా వ్యవహరించాలని, నిస్పక్ష పాతంగా వ్యవహరించాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. బాల అమృతం ముడి సరుకుల్లో నాణ్యత లోపాన్ని సహించేది లేదన్నారు. నాసి రకం సరుకులు సప్లై చేసే కాంట్రాక్టర్లు, సహకరించే అధికారులపై పట్ల చర్యలు తీసుకుంటామన్నారు సీతక్క. అంగన్వాడీ కేంద్రాల్లో ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించి తప్పులు జరిగితే సస్పెండ్ చేయాలని ఆదేశించారు. మౌళిక ఆదేశాలు, వాట్యాప్ మెసేజ్ లతో పనులు జరగవని..దావరికాలు ఉండకూడదన్నారు. అవకతవకలకు పాల్పడే వారిపై కఠినంగా వ్యవహరించాలన్నారు. బెందర్లు పారదర్శకంగా నిర్వహించాలని ఆదేశించారు. ఎవరికి కొమ్ము కాయాల్సిన అవసరం లేదన్నారు సీతక్క. మరోవైపు కారుణ్య నియామకాలు, పదోన్నతుల్లో నిబంధన ఉల్లంఘన జరగడం పట్ల మంత్రి సీతక్క మండిపడ్డారు.

స్వయంవరం

అభిరుచుల కలయికలతో అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని ఐ డోంట్ వాంట్ డోరీ డాల్ కాం వెబ్సైట్ వ్యవస్థాపకుడు సత్యనరేష్ అన్నారు. వరకట్నం లేకుండా పెళ్లి చేసుకోవాలన్న ఆదర్శాన్ని ఆచరణలో పెట్టేందుకు 'ఐ డోంట్ వాంట్ డోరీ డాల్ కాం'ను ఏర్పాటు చేయగా, అందులో 2 వేల మందికిపైగా వధూవరులు రిజిస్టర్ చేసుకున్నారుని ఆయన తెలిపారు. ఐ డోంట్ వాంట్ డోరీ డాల్ కాలంలో రిజిస్టర్ అయిన సభ్యుల్లో 40 శాతం మంది భాగస్వామి ఎంపికలో కులం పట్టింపు లేదని పేర్కొన్నారు. ఇప్పటి వరకు 18 స్వయంవరాలు నిర్వహించామని, ఈ వేదిక ద్వారా 100 వివాహాలు జరిగాయని వివరించారు. పెద్దలు నిశ్చయించిన వివాహాలతో పోలిస్తే కట్నం లేకుండా జరిగే వివాహాల్లోనే సక్సెస్ రేటు అధికంగా ఉందని ఆయన చెప్పారు.ఈనెల 15న ఆన్లైన్ ద్వారా కట్నం వద్దనే వధూవరులకు ఉచితంగా స్వయంవరం నిర్వహిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. ఈ స్వయం వరంలో 200 మందికిపైగా పాల్గొంటారని, మిగతా వివరాల కోసం 9885810100 నంబర్ కు సంప్రదించాలని ఆయన తెలిపారు.

సీసీ రోడ్డు పనులలో నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటించాలి : కార్పొరేటర్ గంగాధర్ రెడ్డి



సమస్తే హైదరాబాద్, శరీరింగంపల్లి న్యూస్: శరీరింగంపల్లి నియోజకవర్గం గచ్చిబౌలి డివిజన్ పరిధిలోని నానక్ రామ్ గూడలో రూ 59.00 లక్షలతో నూతనంగా చేపడుతున్న సీసీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులను, నేతాజీ నగర్ లో రూ 30.00 లక్షలతో నూతనంగా చేపడుతున్న సీసీ రోడ్డు నిర్మాణ పనులను కాలనీ వాసులతో, జిహెచ్ఎంసీ ఇంజనీరింగ్ అధికారులతో కలిసి గచ్చిబౌలి డివిజన్ కార్పొరేటర్ గంగాధర్ రెడ్డి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా గచ్చిబౌలి డివిజన్ కార్పొరేటర్ గంగాధర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ సీసీ రోడ్ నిర్మాణ పనుల్లో నాణ్యతా విషయంలో ఎక్కడా కూడా రాజీ పడకుండా నాణ్యతా ప్రమాణాలను పాటించే విధంగా ఎప్పటికప్పుడు అధికారుల పర్యవేక్షణ ఉండాలని అన్నారు.

నూతన వధూవరులను ఆశీర్వాదించిన పల్ల సుందర్ రాంరెడ్డి



దేవరవుల (సమస్తే హైదరాబాద్)దేవరవుల మండలం నీర్మల గ్రామానికి చెందిన ఉ దయ, శ్రావణి గార్ల వివాహానికి ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసి నూతన వధూవరులను ఆశీర్వాదించి శుభాకాంక్షలు తెలిపినజిల్లా నాయకులు పల్లా సుందర్ రామిరెడ్డి, మాజీ మార్కెట్ డైరెక్టర్ కూతాటి నర్సింహూలు, పాలకుర్తి నియోజకవర్గ యూత్ అధ్యక్షుడు గడ్డం రాజు,మండల నాయకులు పంగ అర్జున్,మండల యూత్ అధ్యక్షుడు నవీన్ నాయక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

గొల్లపల్లి మట్టి లో పుట్టిన ఆణి ముత్యం వంగాల మౌనిక

దేవరవుల (సమస్తే హైదరాబాద్): జనగామ జిల్లా దేవరవుల మండలం గొల్లపల్లి గ్రామ నివాసి వంగాల వీరయ్య ఉప్పలమ్మ దంపతులకు ఇద్దరు కుమార్తెలు ఒక కుమారుడు చిన్ననాటి నుండి నిరుపేద కుటుంబంలో జన్మించిన వీరయ్య సరిపడ ఆదాయం లేక తన కుటుంబ భారాన్ని మోయలేక ఊరు విడిచి హైదరాబాద్ లో కాయ కష్టం చేసి తన పిల్లలను ఉన్నత చదువులు చదివించారు . తాను కూడా అందరిలా ఒక గొప్ప ఉద్యోగం సాధించి కుటుంబ భారాన్ని మరియు గౌరవాన్ని కాపాడాలనే దృఢ సంకల్పంతో ఎన్నో పోటీ పరీక్షల్లో పాల్గొన్నారు ఇటీవల డిఎస్సీ 2024లో ఎస్ జి టి ఉద్యోగం సాధించారు. కుమారుడు పోస్టల్ డిపార్ట్మెంట్లో ఉద్యోగం సాధించారు ఈ సందర్భంగా మౌనిక కి గ్రామ మాజీ సర్పంచ్ కోనేటి సుభాషిని నరసయ్య శాలువా కప్పి సన్మానం చేసి శు భాకాంక్షలు తెలిపారు ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ గొల్లపల్లి చిన్న గ్రామం అయినప్పటికీ చాలామంది యువతి యువకులు ఇప్పటికే ప్రభుత్వ మరియు ప్రైవేటు రంగాలతో



పాటు విదేశాలలో విద్యనభ్యసించి స్థిరపడినందుకు చాలా గర్వంగా ఉందని అన్నారు గొల్లపల్లి గ్రామం గ్రాడ్యుయేట్లకు నిలయంగా మారినందుకు ఇలాగే ఇంకా ఎంతో మంది యువతీ యువకులు ఉన్నత విద్యను అభ్యసించి మంచి రంగాలలో రాణించి గ్రామ ప్రతిష్ఠని రాష్ట్రస్థాయిలో నిలుపాలని ఆకాంక్షించారు.

గొల్లపల్లి మట్టి లో పుట్టిన ఆణి ముత్యం రామగిరి సంధ్య..



దేవరవుల (సమస్తే హైదరాబాద్): జనగామ జిల్లా దేవరవుల మండలం గొల్లపల్లి గ్రామ నివాసి రామగిరి వెంకన్న మంగమ్మ కు ఇద్దరు కుమార్తెలు సంధ్య, ఉమా చిన్ననాటి నుండి నిరుపేద కుటుంబంలో జన్మించిన వెంకన్న చాలి చాలని ఆదాయంతో

తన కుటుంబ భారాన్ని మోస్తూ తన కూతుర్లను ఉన్నత చదువులు చదివించారు . అందరిలాగే తాను కూడా ఒక గొప్ప ఉద్యోగం సాధించి కుటుంబ భారాన్ని మరియు గౌరవాన్ని కాపాడాలనే దృఢ సంకల్పంతో రామగిరి సంధ్య ఎన్నో పోటీ పరీక్షల్లో పాల్గొన్నారు ఇటీవల గ్రూపు 4 పరీక్షల్లో ఉత్తీర్ణత సాధించి జనగామ జిల్లాలో రెవెన్యూ డిపార్ట్ మెంట్ లో ఉద్యోగం సాధించారు. ఉమా ఎంబీబీ కంప్లీట్ చేసి ప్రైవేటు కంపెనీలో ఉద్యోగం చేస్తున్నారు ఈ సందర్భంగా పెద్ద కూతురు సంధ్య కి గ్రామ మాజీ సర్పంచ్ కోనేటి సుభాషిని నరసయ్య శాలువా కప్పి సన్మానం చేసి శు భాకాంక్షలు తెలిపారు ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ గొల్లపల్లి చిన్న గ్రామం అయినప్పటికీ చాలామంది యువతి యువకులు ఇప్పటికే ప్రభుత్వ మరియు ప్రైవేటు రంగాలతో పాటు విదేశాలలో విద్యనభ్యసించి స్థిరపడినందుకు చాలా గర్వంగా ఉందని అన్నారు గొల్లపల్లి గ్రామం గ్రాడ్యుయేట్లకు నిలయంగా మారినందుకు మరొక్కసారి గ్రామ ప్రజలందరికీ తరఫున శుభాకాంక్షలు తెలియ చేశారు.

లెవెల్లరిగిన సిఎం కప్పు విజేతలకు బహుమతులు అందించిన కొండల్ రెడ్డి

పోచారం డిసెంబర్ 12 (సమస్తే హైదరాబాద్) మేడ్చల్ జిల్లా, ఘట్టేసర్ మండల్, పోచారం మున్సిపల్ పరిధిలోని అన్నేజిగూడ యాదాద్రి పార్కు వద్ద ఉన్న ఆట స్థలంలో జరిగిన మున్సిపల్ లెవెల్ కబడ్డీ వాలీబాల్ కోర్కో మొదలగు ఆటల గెలుపొందిన క్రీడాకారులకు బహుమతులను అందజేసిన పోచారం మున్సిపల్ చైర్మన్ బోయపల్లి కొండల్ రెడ్డి. ఈ కార్యక్రమంలో కబడ్డీ మొదటి బహుమతి చౌదరిగదా, రెండో బహుమతి కొర్రెముల గెలుపొందారు, వాలీబాల్ మొదటి బహుమతి పోచారం, రెండో బహుమతి కొర్రెములకు, గెలుపొందిన వారికి బహుమతులను అందజేశారు. అనంతరం పిల్లలకు భోజనం ఏర్పాటు చేసి వడ్డించారు. ఈ కార్యక్రమం లో కమిషనర్ వీరారెడ్డి, కొన్నిరి సింగిరెడ్డి సాయి రెడ్డి, సూర్య రావిందర్, మున్సిపల్



మేనేజర్ అంజన్ రెడ్డి, శానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ వాణి,పోచారం మాజి ఉప సర్పంచ్ అఖిలే బెల్లెడ్డి, పి టి లు తిరుమల్ రెడ్డి, శివరాం, సునీత,మున్సిపల్ సిబ్బంది, క్రీడ కారులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

సీఎం కప్ విజేతలకు ట్రోఫీ అందజేసిన ముల్లి పావని జంగయ్య, వేముల మహేష్ గాడ్.



ఘట్టేసర్ డిసెంబర్ 12 (సమస్తే హైదరాబాద్)మేడ్చల్ జిల్లా, ఘట్టేసర్ మున్సిపల్ పరిధిలోని గురుకుల పాఠశాలలో సీఎం కప్ విజేతలకు బహుమతులు అందించిన ఘట్టేసర్ మున్సిపల్ చైర్మన్ ముల్లి పావని జంగయ్య యాదవ్, టి బ్లాక్ అధ్యక్షుడు వేముల మహేష్ గాడ్. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ ముల్లి పావని జంగయ్య యాదవ్ మాట్లాడుతూ గత ముడు రోజులుగా సాగుతున్న క్రీడా పోటీల్లో గెలుపొందిన వారు, (మెన్స్) కబడ్డీ విన్సర్ గా ఘట్టేసర్ గురుకుల్ జూనియర్ కలశాల విద్యార్థులు గెలుపొందారు... రన్సర్ గా ఎస్ ఎఫ్ సి నగర్, కోకో లో విన్సర్ గా అంకుశపూర్, విన్సర్ గా అవుశపూర్ వారు, వాలీబాల్ విన్సర్ గా మర్పల్లి గూడ వారు, రన్సర్ గా ఘట్టేసర్ వారు, ఉమెన్స్ లో కబ్బడి విన్సర్ కొండాపూర్, రన్సర్ గా అంకుశపూర్ వారు, కోకో లో విన్సర్ గా అంకుశపూర్ వారు, రన్సర్ గా కొండాపూర్ వారు, వాలీబాల్ లో

విన్సర్ గా కొండాపూర్, రన్సర్ గా ఎదులబాద్, ఉన్నారని తెలుపుతూయువ క్రీడాకారుల్లో ఉన్న నైపుణ్యాలను బయటకు తీసేందుకు క్రీడలు ఎంతగానో దోహదం చేస్తాయని, ఘట్టేసర్ మున్సిపాలిటీలో పెద్ద సంఖ్యలో క్రీడాకారులు ఉన్నారని వారిలోని నైపుణ్యాలను ప్రోత్సహించడం కోసం మున్సిపల్ పాలక వర్గం ఎల్లప్పుడు తోడుగా ఉంటుందని, యువకులు క్రీడలు మానసిక ఉల్లాసానికి తోడ్పడతాయని అన్నారు. శరీర దారుణ్యానికి క్రీడలు ఎంతో అవసరమన్నారు. క్రీడాకారులు తమ నైపుణ్యాలను ప్రదర్శించి రాష్ట్ర జాతీయ స్థాయిలో మంచి పేరు తీసుకురావాలని విద్యార్థులతో అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలోకాంగ్రెస్ పార్టీ మునిసిపల్ అధ్యక్షుడు మామిళ్ళ ముత్యాల యాదవ్ , ప్రధాన కార్యదర్శి రాధాకృష్ణ ముదిరాజ్, ఉపాధ్యక్షులు కోరుబోతు నాగరాజు ముదిరాజ్ , వాణిత్ గారు, డిసిసి కార్యదర్శి ఉల్లి ఆంజనేయులు, మొయినాబ్ అధ్యక్షుడు ఘరాక్, యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు బొక్క సంజీవరెడ్డి, మండల ఎద్యుకేషన్ ఆఫీసర్ శ్రీధర్ గారు, స్పోర్ట్స్ జోసల్ నెగెటరీ శ్రీరాములు గారు, పి టి లు లక్ష్మీ గారు, నాగేష్ గారు, యద లక్ష్మి గారు, క్రీడా కారులు, విద్యార్థులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు....

గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీల నాయకులతో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించిన ఎంపీడివో కే మారయ్య



నాగారం,నమస్తే హైదరాబాద్:(డిసెంబర్ 12) త్వరలో జరగబోవు గ్రామపంచాయతీ సర్పంచ్, వార్డు సభ్యుల ఎన్నికల నేపథ్యంలో రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం ఆదేశాల మేరకు గురువారం నాగారం మండల పరిషత్ కార్యాలయం నందు గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీల ప్రతినిధులతో ఎంపీడివో కే. మారయ్య సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీడివో మాట్లాడుతూ ముసాయిదా పోలింగ్ స్టేషన్లు వివరముల పై గుర్తింపు పొందిన

రాజకీయ నాయకును సలహాలు, సూచనలు మరియు అభ్యంతరాలు ఉంటే తెలుపవలసిందిగా కోరినారు. ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితా ఎలాంటి తప్పులు లేకుండా డబల్ ఎంట్రీ లేకుండా చూడాలని పోలింగ్ సెంటర్లు అందరికీ అనుకూలంగా ఉండేటట్లు చూడాలని పంచాయతీ కార్యదర్శులను ఆదేశించారు. ముసాయిదా ఓటర్ల జాబితా గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీలకు ఇవ్వడం జరుగుతుందని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో గుర్తింపు పొందిన రాజకీయ పార్టీలైన ఇండియన్ కాంగ్రెస్ నుంచి ఆకుల బుచ్చిబాబు, మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు తొడుసు లింగయ్య ,బిఆర్ఎస్ నుంచి మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు కల్లెట్లపల్లి ఉప్పలయ్య, కూరం వెంకన్న,బిజెపి నుండి ముల్కాపూరి చిరంజీవి, బీఎస్పి పార్టీ నుండి రాంబాబు,సిపిఎం కడియం కుమార్, టిడిపి నుండి పి ఉప్పలయ్య, సునీల్,మహేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ తల్లి విగ్రహం గ్రామీణ సంస్కృతికి అద్దం

కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకురాలు దాయం ఝాన్సీ రాజరెడ్డి

నమస్తే హైదరాబాద్ తుంగతుర్తి ప్రతినిధి డిసెంబర్ 12: తెలంగాణ తల్లి విగ్రహం గ్రామీణ, సామాన్య ప్రజలను ప్రతిబింబించేలా ఉందని కాంగ్రెస్ పార్టీ తుంగతుర్తి మండల నాయకురాలు దాయం ఝాన్సీ రాజరెడ్డి అన్నారు. తెలంగాణ తల్లి మార్పు విషం పై ప్రతిపక్ష పార్టీ చేస్తున్న రాద్ధాంతం పై గురువారం మండల కేంద్రంలో ఆమె మాట్లాడారు...తెలంగాణ ఆడబిడ్డలు ఎట్టిబిడ్డలు కాదు మట్టి బిడ్డలు, గట్టి బిడ్డలనీ, వారికి ప్రతిరూపంగా విగ్రహం ఉందని అన్నారు.బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తన స్థాయికి దిగజారి వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. ఎవరైనా భార్యని మారుస్తారు గాని, తల్లిని మారుస్తారా..? అని మాట్లాడడం ఆయన దిగజారుడుతనానికి నిదర్శనం అని చెప్పారు. తెలంగాణ తల్లి విగ్రహ మార్పులు ప్రజల్లో అపోహలు సృష్టించడం బీఆర్ఎస్ పార్టీ పనిగా పెట్టుకుందని ఎద్దేవ చేశారు. ప్రతిపక్ష పార్టీలు ప్రజల అవసరాలను హక్కులను ప్రభుత్వానికి తెలియపరచే విధంగా ఉండాలి కానీ అడ్డగోలు మాటలతో రాజకీయ పబ్బం గడుపుకోకూడదని హితవుపలికారు.



మండల స్థాయి సీఎం కచ్ - 2024 క్రీడా పోటీలు ప్రారంభం



నాగారం, నమస్తే హైదరాబాద్ : (డిసెంబర్ 12) నాగారం మండల కేంద్రంలోని జిల్లా

పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో మండల స్థాయి సీఎం కచ్ - 2024 క్రీడల పోటీలు గురువారం ప్రారంభమయ్యాయి. ఈ కార్యక్రమానికి తహసిల్దార్ బ్రహ్మయ్య ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడుతూ అటలాడడం వలన విద్యార్థులకు మానసిక ఉల్లాసం కలుగుతుందని, శరీర దేహ దారుణ్యం పెరుగుతుందని, ఆరోగ్యంగా ఉంటారని అన్నారు. అనంతరం తాసిల్దార్ బ్రహ్మయ్య ఎంఈఓ ప్రభాకర్ లు కబడ్డీ ఆట ఆడి విద్యార్థులను ఉత్తేజపరిచారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీ డి వో కే మారయ్య, ఎంఈఓ ప్రభాకర్, ప్రధానోపాధ్యాయులు జ్ఞానేశ్వర చారి, ఉపాధ్యాయులు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

బక్కాన్ మృతదేహానికి నివాళులర్పించిన మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి

దేవరవులు(నమస్తే హైదరాబాద్) దేవరవుల మండలంలో పెద్ద తండా గ్రామానికి చెందిన బి ఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకుడు గుగులోత్ సరసింహ కుమారుడు బిక్కున్ గత రెండు రోజుల క్రితం రోడ్డు ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయాలతో సికింద్రాబాద్ యశోద హాస్పిటల్ చికిత్స పొందుతూ బుధవారం తెల్లవారుజామున మృతి చెందాడు, విషయం తెలుసుకున్న బిఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావు గురువారం వారి ఇంటి దగ్గరికి వెళ్లి మృతి చెందిన బిక్కున్ చిత్రపటానికి నివాళులర్పించి వారి కుటుంబానికి అండగా బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఉంటుందని కొనియాడారు. వారి కుటుంబానికి ఆర్థిక సాయం అందజేశారు,ఈ కార్యక్రమంలో, జిల్లా బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు పల్ల సుందర్ రాంరెడ్డి మాజీ మండల అధ్యక్షుడు మల్లేష్ మాజీ సర్పంచ్ కోకియ నాయక్, మాజీ ఎంపిటిసి గూగుల్ ఆశాజ్యోతి భగవాన్, బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, తదితరులు, పాల్గొన్నారు,



శ్రీ శౌర్య స్కూల్ నూతన సంవత్సర క్యాలెండర్ ఆవిష్కరణ



బోడుప్పల్(నమస్తే హైదరాబాద్) :బోడుప్పల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలోని శ్రీ శౌర్య స్కూల్ 2025 నూతన సంవత్సర క్యాలెండర్ ను బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ మాజీ మంత్రి పద్మా రావు గౌడ్, ఆర్ ఎస్ ప్రవీణ్ కుమార్, ఎమ్మార్పిఎస్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు మంద కృష్ణ మాదిగ ,బి ఆర్ఎస్ పార్టీ జిల్లా నాయకులు బబ్బురి శ్రీకాంత్ గౌడ్, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు తీగల దయాకర్ గౌడ్, కారుపోతుల బిక్షపతి గౌడ్, లోడంగి వెంకటేశ్వర్లు, రెడ్డిరాజుల అబ్బినాయులు వీరి చేతుల మీదుగా జనగామ జిల్లా దేవరవుల మండలం లోని నక్షత్ర గార్డెన్స్ లో ఆవిష్కరించారు.



సినిమా



బాలీవుడ్ బాక్సాఫీస్ను షేక్ చేస్తోన్న అల్లు అర్జున్ ‘పుష్ప 2’.



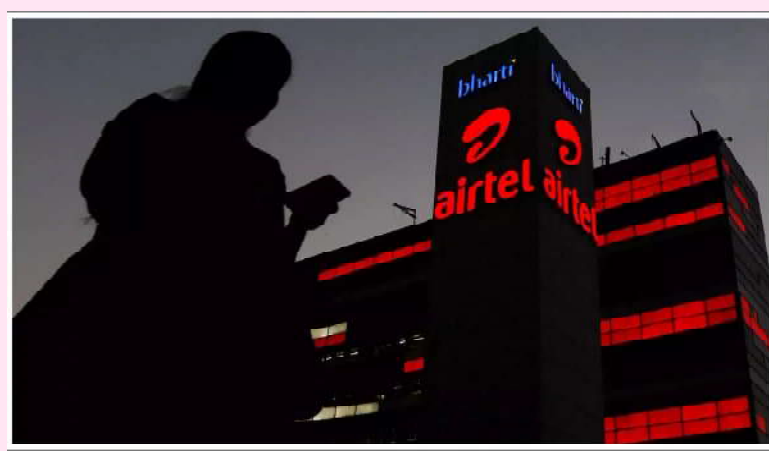
అల్లు అర్జున్ నటించిన ‘పుష్ప 2’ సినిమా బ్లాక్ బస్టర్ టాక్ తో దూసుకెళుతోంది. ఇప్పటికే ఈ సినిమా ఓవరాల్ గా 1000 కోట్లకు పైగా వసూళ్లు రాబట్టింది. ఇక హిందీ ప్రేక్షకులకు ఈ సినిమా తెగ నచ్చేసింది. బాలీవుడ్ బాక్సాఫీస్ వద్ద ఈ సినిమా వసూళ్లు చూసి అందరూ షాక్ అవుతున్నారు. బాలీవుడ్ స్టార్లు కూడా వావ్ అంటున్నారు. ‘పుష్ప 2’ హిందీ వెర్షన్ ఇప్పటివరకు 400 కోట్ల రూపాయలకు పైగా వసూలు చేసింది. సినిమా రిలీజై వారం రోజులు గడిచినా ఇప్పటికీ చాలా చోట్ల హాస్ ఫుల్ కలెక్షన్లు వస్తున్నాయి. డిసెంబర్ 5న ‘పుష్ప 2’ సినిమా విడుదలైంది. హిందీ వెర్షన్ తొలిరోజు 72 కోట్ల రూపాయలు వసూలు చేసింది. 2వ రోజు 59 కోట్ల రూపాయలు వసూలు చేసింది. 3వ రోజు వసూళ్లు 74 కోట్ల రూపాయలు. ఆశ్చర్యకరంగా 4వ రోజు మొత్తం 86 కోట్ల రూపాయలు వచ్చాయి. 5వ రోజు రూ.48 కోట్లు, 6వ రోజు రూ.36 కోట్లు, 7వ రోజు రూ.31.50 కోట్లు వసూలు చేసింది. ఈ లెక్కన ‘పుష్ప 2’ సినిమా హిందీ వెర్షన్ కలెక్షన్ 7 రోజుల్లో 406.50 కోట్ల రూపాయలు. నార్త్ ఇండియా ప్రజలు ఈ సినిమాను ఎంతలా ఆదరిస్తున్నారో ఈ లెక్కలే నిదర్శనం. ఇప్పటికీ ఈ సినిమా హవా తగ్గలేదు. వీకెండ్లో మళ్లీ కలెక్షన్లు పెరిగే అవకాశం ఉంది. హిందీ వెర్షన్ 500 కోట్ల రూపాయలకు పైగా వసూలు చేస్తుందంటున్నారు ట్రేడ్ నిపుణులు.కాగా 2021లో విడుదలైన ‘పుష్ప’ చిత్రం హిందీ ప్రేక్షకుల మనసులను కూడా గెలుచుకుంది. ఈ సినిమా తర్వాత రష్మిక మందన్నకు బాలీవుడ్ లో వరుసగా అవకాశాలు వచ్చాయి. ‘మిషన్ మజ్ను’, ‘యానిమల్’ వంటి సినిమాలతో హిందీ ఆడియెన్స్ కు మరింత చేరువైంది అందాల తార. ఇప్పుడు ‘పుష్ప 2’ సినిమాతో రష్మిక పాపులారిటీ మరింత పెరిగింది. ఇక పుష్ప 2 సినిమాలో నటనకు గానూ అల్లు అర్జున్ కి మళ్లీ జాతీయ అవార్డు రావాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు.

చలికాలంలో మార్నింగ్ వాక్ చేస్తున్నారా?

చలికాలానికి గుండెకు ఉన్న సంబంధం ఏమిటి..? చలికాలంలోనే అది కూడా తెల్లవారుజాము సమయంలోనే ఎక్కువగా గుండెపోటు రావడానికి గల కారణం ఏమిటి..? ఎండాకాలం, వానాకాలంతో పోలితే చలికాలంలో ఎక్కువగా గుండెపోట్లు సంభవిస్తున్నాయి. చల్లని వాతావరణానికి రక్తనాళాలు సంకోచిస్తాయి. రక్తప్రవాహం తగ్గి గుండెపై ఒత్తిడి ఏర్పడుతుంది. రక్తమీదనం ఎక్కువైతే గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదముంది. అధిక శారీరక శ్రమ, నిద్రలేమి, పని ఒత్తిడి, మానసిక సమస్యలు, తదితర కారణమని డాక్టర్లు అభిప్రాయపడుతున్నారు. చలిలో శారీరక శ్రమ ఒకింత గుండెకు హానికరమేనని వైద్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. చలిలో ఎలాంటి రక్షణ లేకుండా ఆకస్మికంగా వ్యాయామాలు చేయటం వల్ల గుండె పనితీరు క్షీణిస్తుంది. గుండె సంబంధ సమస్యలు ఉన్న వారు చలికాలంలో తేలికపాటి వ్యాయామాలు ఎంచుకోవాలి. ఉదయం 6 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 12 వరకు కార్డిసోల్ లెవల్స్ (ఒత్తిడి హార్మోన్స్) పెరుగుతాయి. రక్తం గడ్డకట్టే ధోరణి ఉదయం పూటే ఎక్కువగా ఉంటుంది. చల్లని వాతావరణంలో వ్యాయామం చేయాల్ని వస్తే నెమ్మదిగా ప్రారంభించి శరీరం కుదుటపడిన తర్వాత మోతాదు పెంచాలి. వీలైనంత వరకు బయట ప్రదేశాల్లో కాకుండా ఇంటి పరిసరాల్లోనే నడక, సాధారణ వ్యాయామాలు చేయడం మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ధ్యానం, ప్రాణాయామం వంటి వాటితో ప్రయోజనం ఉంటుంటుందంటున్నారు. మధుమేహం, రక్తపోటు, గుండెజబ్బులు ఉన్నవారు చలికాలంలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. శరీర ఉష్ణోగ్రతలను సరైన స్థాయిలో ఉంచే దుస్తులు ధరించాలి. దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, గుండె సంబంధ వ్యాధులు ఉన్నవారు తల, చెవులు, చేతులు, కాళ్లు వంటి భాగాలను చలి గాలికి గురికాకుండా రక్షించుకోవాలి. ధూమపానం, మద్యం అలవాటు ఉన్నవారు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలి. ఎప్పటికప్పుడు రక్తపోటును పరీక్షించుకుంటూ నియంత్రించుకోవాలి. ఈ కాలంలో కూరగాయలు, పండ్లు, గింజలు, ప్యాటీ ఆమ్లాలు కలిగిన ఆహారాన్ని ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. వేడి సూప్స్ గోరు వెచ్చని నీరు తాగటం మంచిది. చలిలో దాహం అనిపించకపోయినా తగినంత నీరు తీసుకోవాలి. డీహైడ్రేషన్ కారణంగా గుండెపై ఒత్తిడి పెరగవచ్చు. చలి వాతావరణానికి రక్తనాళాలు మూసుకుపోతాయి. రక్తం గడ్డకడుతుంది. ఇటీవల గుండెపోటు మరణాలు ఎక్కువగా సంభవిస్తున్నాయి. రాత్రి 10 నుంచి ఉదయం 5గంటల మధ్య ఛాతినొప్పి, తలనొప్పి వచ్చే అవకాశముంటుంది. ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపిస్తే నిద్రక్రమం చేయకుండా ఆసుపత్రులకు వెళ్లాలి. మధుమేహ బాధితులు ఉదయం 7 గంటల తర్వాత వ్యాయామం చేయాలి. రక్తం పలుచబడే మాత్రలు తప్పనిసరిగా వాడాలి. లేనివక్షంలో గుండెపోటు, బ్రెయిన్ స్ట్రోక్లు రావొచ్చు. చల్లని గాలులతో శ్వాసకోశ సమస్యలు తలెత్తి గుండెను ప్రభావితం చేస్తాయి. చలికాలంలో ధూమపానం చేసేవారికి గుండెపోటు వచ్చే అవకాశాలు పదిరెట్లు ఎక్కువగా ఉంటాయని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు.



ఎయిర్టెల్ సూపర్ ప్లాన్.. కేవలం రూ.1999 ప్లాన్తో 365 రోజుల వ్యాలిడిటీ!



ప్రస్తుతం బీఎస్ఎన్ఎల్ తప్ప అన్ని ప్రైవేట్ టెలికాం కంపెనీల రీచార్జ్ ధరలను భారీగా పెరిగిన విషయం తెలిసిందే. ధరలు పెరిగిన తర్వాత ఆ కంపెనీల వినియోగదారులు బీఎస్ఎన్ఎల్ వైపు వెళ్తున్నారు. జియో, ఎయిర్టెల్, వోడాఫోన్ ఐడియా కంపెనీల వినియోగదారులు భారీగా తగ్గుముఖం పట్టారు. ఈ నేపథ్యంలో ప్రైవేట్ కంపెనీలు వెళ్లిపోయిన వినియోగదారులను తిరిగి రప్పించే ప్రయత్నాలు చేస్తున్నాయి. తక్కువ ధరల్లో ప్లాన్స్ను తీసుకువస్తున్నాయి. తాజాగా ఎయిర్టెల్ కూడా సిమ్ కార్డును ఏడాది పాటు యాక్టివ్గా ఉంచుకునేందుకు తక్కువ ధరల్లో ప్లాన్స్ను తీసుకువచ్చింది. ఇందులో తక్కువ డేటా లభిస్తుంది.తక్కువ ధరతో ఎక్కువ చెల్లుబాటు: మీరు ఎయిర్టెల్ వినియోగదారు అయితే, తక్కువ ధరలో మీ సిమ్ కార్డ్ని యాక్టివ్గా ఉంచాలనుకుంటే, కంపెనీ పోర్ట్ఫోలియోలో ప్రత్యేక ప్లాన్ వస్తుంది. ఈ ప్లాన్ చాలా ప్రత్యేకమైనది: కంపెనీ అలాంటి కొన్ని ప్లాన్లను అందిస్తుంది. ఇందులో మీరు తక్కువ ధరకు ఎక్కువ చెల్లుబాటును పొందుతారు. ప్లాన్ ఎంత?: ఈ ప్లాన్ రూ.1999. ఇందులో మీకు ఒక సంవత్సరం అంటే 365 రోజుల చెల్లుబాటు లభిస్తుంది. దీనిలో మీరు డేటా, కాలింగ్, ఇతర ప్రయోజనాలను పొందుతారు. ప్లాన్ ఎవరి కోసం?: కాలింగ్పై దృష్టి సారించే వారికి ఈ ప్లాన్ మంచి ఆప్షన్. ఇందులో మీరు నామమాత్రపు డేటాను పొందుతారు. ఏ ప్రయోజనాలు అందుబాటులో ఉన్నాయి?: రూ.1999 ప్లాన్లో వినియోగదారులు అపరిమిత వాయిస్ కాలింగ్, 24%+డి% డేటా, రోజువారీ 100 %లామీ% ల ప్రయోజనాన్ని పొందుతారు.స్వామ్ రక్షణ అందుబాటులో ఉంటుంది: అదనపు ప్రయోజనాల గురించి మాట్లాడినట్లయితే.. స్వామ్ రక్షణ ఇందులో అందుబాటులో ఉంది. ఇది కాకుండా యాప్స్కు యాక్సెస్ అందుబాటులో ఉంటుంది. అదనపు ప్రయోజనాల కూడా... అయితే, ఈ రీచార్జ్ ప్లాన్తో మీరు కి ప్రీమియం యాక్సెస్ పొందలేరు. మీరు ఈ ప్లాన్ఫారమ్లో అన్ని ఉచిత కంటెంట్ను పొందుతారు. ఈ ప్రయోజనాలు కూడా ...: ఇది కాకుండా, మీరు అపోలో 24x7 సర్కిల్ మూడు నెలల సబ్స్క్రిప్షన్, వింక్ మ్యూజిక్లో ఉచిత హాలో ట్యూన్ పొందుతారు.

పట్ట పగలే బొలర్లకు చుక్కలు చూపించిన కాటేరమ్మ కాడుకు!

టైమ్స్ సీల్డ్ మ్యాచ్లో సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ ఓపెనింగ్ బ్యాట్స్మన్ అభిషేక్ శర్మ తన అద్భుతమైన బ్యాటింగ్ ప్రదర్శనతో అందర్నీ ఆశ్చర్యపరిచాడు. కేవలం 22 బంతుల్లో 60 పరుగులు చేసిన అభిషేక్, తన బ్యాటింగ్ తో పూర్తి టీ20 మోడలోకి వెళ్లి ప్రత్యర్థి బొలర్లకు చుక్కలు చూపించాడు. ఈ ఎడమచేతి వాటం బ్యాటర్ పేసర్లు, స్పిన్నర్లు అనే తేడా లేకుండా భారీ షాట్లతో మైదానాన్ని హోరెత్తించాడు. ఆ వేగం, ధాటిగా ఆడటంలో ఆయన ప్రత్యేకతను మరోసారి చాటిచెప్పాడు.ఇప్పటికే ముస్తాకి అలీ ట్రోఫీలో అభిషేక్ తన అద్భుత ఫామ్తో అందరినీ ఆకట్టుకున్నాడు. మేఘాలయతో జరిగిన మ్యాచ్లో కేవలం 28 బంతుల్లో సెంచరీ కొట్టిన అభిషేక్, అదే టోర్నమెంట్లో గుజరాత్ అటగాడు ఉర్విల్ పటేల్ చేసిన రికార్డును సమం చేశాడు. 11 సిక్సర్లతో అలరించిన అభిషేక్, ఒకే క్యాలెండర్ సంవత్సరంలో అత్యధిక %20 సిక్సర్లు కొట్టిన భారతీయుడిగా సూర్యకుమార్ యాదవ్ రికార్డును తిరగరాశాడు.సన్రైజర్స్ హైదరాబాద్ (%6=న%) జట్టు, ఐపీఎల్ 2025 మెగా వేలానికి ముందు అభిషేక్ శర్మను రిటైన్ చేయడం ఆశ్చర్యం కాదు. %గ్రూ% 2024లో అభిషేక్ 16 మ్యాచ్ల్లో 32.26 సగటుతో, 204.21 స్ట్రైక్ రేట్తో 484 పరుగులు చేసి జట్టును పైనలేకు నడిమిచదంలో కీలక పాత్ర పోషించాడు. ట్రావిస్ హెడ్తో కలిసి అభిషేక్ నెలకొల్పిన ఓపెనింగ్ భాగస్వామ్యం %6=న% జట్టు విజయానికి వెన్నెముకగా నిలిచింది. వారి దూకుడు బ్యాటింగ్ ప్రత్యర్థి జట్లకు భారంగా మారింది. అభిషేక్ శర్మ ఇప్పటి వరకు %గ్రూ%లో 63 మ్యాచ్లను ఆడాడు, 155.13 స్ట్రైక్ రేట్తో 1376 పరుగులు చేశాడు. భారత్ జట్టులో అతని ప్రయాణం ఒక కొంత అస్థిరంగా ఉన్నప్పటికీ, %620x% ఫార్మాట్లో 12 మ్యాచ్ల్లో 171.81 స్ట్రైక్ రేట్తో 256 పరుగులు చేశాడు. అభిషేక్ ఇప్పటికీ తన ప్రదర్శనలతో తానెంత విలువైన ఆటగాడో నిరూపిస్తున్నాడు.

