

సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన సీఎల్పీ అత్యవసర భేటీ.

ఎస్సీ వర్గీకరణ నిర్ణయాలను ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడంపై చర్చిస్తారు. స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలపై ఎమ్మెల్యేలకు దిశానిర్దేశం చేయనున్నారు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి. ఈ సమావేశంలో మొదటగా జిల్లాల వారీగా సమావేశాలు ఏర్పాటు చేస్తారు. అనంతరం సమావేశం సీఎల్పీగా మారుస్తారు. పార్టీ అంతర్గత వ్యవహారాలపై సమావేశంలో చర్చించనున్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, లు, మంత్రుల మధ్య సమన్వయం పై సూచనలు చేస్తారు. మరోవైపు, సమావేశంలో తమకు ఒక్కొక్కరికి 5 నిమిషాలు వ్యక్తిగతంగా సమయం ఇవ్వాలని కోరారు ఎమ్మెల్యేలు.ఇదిలాఉండగా, ఈరోజు సాయంత్రం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీ వెళ్తున్నారు. ముఖ్యమంత్రితో పాటు పీసీసీ చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ కూడా ఢిల్లీ వెళ్తున్నారు. ఏటసీసీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గేతో భేటీ కానున్నారు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేపట్టిన కులగణన, ఎస్సీ వర్గీకరణపై అధిష్టానానికి వివరించనున్నారు. అలాగే, రెండు రోజులపాటు ఢిల్లీలోనే ఉండనున్న సీఎం..కీలక అంశాలపై పార్టీ పెద్దలతో చర్చించే అవకాశం ఉంది.

తీన్మార్ మల్లన్నకు షోకాజ్ నోటీసులు..

నిర్వహించిన సర్వేపై విమర్శలు చేయడం కరెక్ట్ కాదన్నది. పట్టభద్రుల ఎన్నికల్లో పార్టీ బీఫామ్ ఇచ్చి గెలిపిస్తే.. ఈ విధంగా ప్రవర్తించడం బాగాలేదని.. పార్టీ నామ్స్ అండ్ గైడ్లైన్స్ పాటించనందుకు వారంలో వివరణ ఇవ్వాలని షోకాజ్ నోటీసుల్లో పేర్కొన్నారు. వరంగల్ సభలో ఒక కులాన్ని చూపిస్తూ చేసిన వ్యాఖ్యలపై వివరణ ఇవ్వాలని ఆదేశించారు. తీన్మార్ మల్లన్నకు షోకాజ్ నోటీసులు ఇచ్చామన్నారు కాంగ్రెస్ రాష్ట్ర వ్యవహారాల ఇన్చార్జ్ దీపాదాస్ మున్షి. వివరణ ఇచ్చాక చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు. బీసీ కులగణన సర్వేతో పాటు.. ఒక వర్గాన్ని టార్గెట్ చేసి విమర్శలు చేస్తున్న తీన్మార్ మల్లన్న.. కాంగ్రెస్ షోకాజ్ నోటీసులకు ఏ విధంగా బదులిస్తారో చూడాలి.

పట్టపగ్గాలు లేకుండా పసిడి పరుగులు

86 వేలు దాటింది. ఈ దూకుడు ఇంతటితో ఆగుతుందా? లక్ష మార్చ్ ను టవ్ చేస్తుందా? అసలే మాఘమాసం.. తెలుగురాష్ట్రాల్లో మార్చి 26 వరకు లక్షలాది వివాహాలు జరగనున్నాయి. ఈ క్రమంలో పెరిగిపోతున్న బంగారం ధరలు చూసి ఆడపిల్లల తల్లిదండ్రులు తలలు పట్టుకుంటున్నారు.అమెరికాలో ట్రంప్ అధ్యక్ష బాధ్యతలు చేపట్టాక యూఎస్ డాలర్ బలపడుతోంది. విదేశీ ఇన్వెస్టర్లు ఇండియాలో పెట్టుబడుల్ని ఉపసంహరించుకుంటున్నారు. దీంతో దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్లు నష్టాల బాటలో పయనిస్తున్నాయి. ఇదే సమయంలో దేశీయ ఇన్వెస్టర్లు బంగారంపై పెట్టుబడులు పెడుతున్నారు. దీంతో గోల్డ్ రేట్లు పెరుగుతున్నాయంటున్నారు ఎక్స్ పర్ట్స్. ముందు ముందు 10 గ్రాముల బంగారం ధర లక్ష దాటినా ఆశ్చర్యపోవాల్సిన అవసరం లేదంటున్నారు. వెండి ధర కూడా లక్షకు చేరుకుంటుంది. కొన్ని రాష్ట్రాల్లో అయితే లక్ష 10 వేల రూపాయలకు చేరువలో ఉంది.బడ్డెట్ కు ముందు నుంచే బంగారం, వెండి ధరలు వేగంగా పెరుగుతున్నాయి. ఇన్వెస్టర్లు, సాధారణ కొనుగోలుదారుల నుంచి డిమాండ్ పెరగడంతో బంగారం ధరలు పెరుగుతున్నాయి. ముఖ్యంగా అంతర్జాతీయ మార్కెట్లో అస్థిరత, అమెరికన్ విధానాల కారణంగా ప్రజలు సురక్షితమైన పెట్టుబడిగా బంగారం కొనుగోలును పెంచుతున్నారు. దీని కారణంగా దాని ధర నిరంతరం పెరుగుతోంది. వడ్డీరేట్లను తగ్గించడంతోపాటు ప్రపంచ మార్కెట్లో అనిశ్చితి కొనసాగితే బంగారం, వెండి ధరలు మరింత పెరిగే అవకాశం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే, వివాహాలు, పండుగ సీజన్లలో వారి డిమాండ్ ఎక్కువగా ఉండవచ్చు, దీని కారణంగా ధరలు అధిక స్థాయిలో ఉండవచ్చు.

జిహాచ్ ఎంసి అధికారులతో పీఏసీ చైర్మన్ ఎమ్మెల్యే గాంధీ సమీక్ష సమావేశం

సమస్తే హైదరాబాద్,శేరిలింగంపల్లి : చందానగర్ సర్కిల్ పరిధిలోని ఆయా డివిజన్ లలో నెలకొన్న పలు సమస్యలు,పెండింగ్ పనులు, చేపట్టవలసిన పలు అభివృద్ధి పనుల పై జిహాచ్ ఎంసి ఇంజనీరింగ్ విభాగం అధికారులతో, కార్పొరేటర్ ఉప్పులపాటి శ్రీకాంత్ తో కలిసి పీఏసీ,ఎమ్మెల్యే చైర్మన్ ఆరెకపూడి గాంధీ సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పీఏసీ చైర్మన్ ఎమ్మెల్యే గాంధీ మాట్లాడుతూ చందానగర్ సర్కిల్ పరిధిలోని డివిజన్లలో నెలకొన్న పలు సమస్యలకు పరిష్కారాలు, చేపట్టే పలు అభివృద్ధి పనులతో, ప్రజల ఇబ్బందులను తీర్చి విధంగా చర్యలు చేపట్టే విధంగా పలు సూచనలు ఇచ్చామని తెలిపారు. అసంపూర్తిగా మిగిలిపోయిన పెండింగ్ పనులు త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలని, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలపై సమీక్ష నిర్వహించి చేపట్టవలసిన పనులలో జాప్యం నివారణకు చర్యలు చర్చించామన్నారు. ప్రజల సౌకర్యార్థం ప్రథమ ప్రాధాన్యతగా పనులు చేపట్టాలని, కొత్త ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని అన్నారు. ఈ సమీక్షా సమావేశం లో జిహాచ్ ఎంసి అధికారులు ఈఈ కెవికె రాజు, డీఈ దుర్గాప్రసాద్, డీఈ శ్రీదేవి, ఏఈలు ప్రశాంత్, సంతోష్, నాయకులు రఘునాథ్ రెడ్డి, ఎర్రగుడ్ల శ్రీనివాస్ యాదవ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సీఎల్పీ మీటింగ్.. ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలకూ ఆహ్వానం

రేవంత్. కాంగ్రెస్ శాసనసభ పక్ష సమావేశానికి పార్టీ ఫిరాయించిన ఎమ్మెల్యేలు కూడా హాజరుకానున్నారు. బీఆర్ఎస్ నుంచి కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన పదిమంది ఎమ్మెల్యేలకు కూడా ఆహ్వానం వెల్లింది. దీంతో సీఎల్పీ సమావేశానికి ఫిరాయించిన ఎమ్మెల్యేలు హాజరుకానుండటం ఇప్పుడు తెలంగాణ రాజకీయాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారింది.

ఢిల్లీలో మేము ఓడిపోతాం.. గెలుపు ఆపార్టీదే..

5వ తేదీన జరిగిన న్యూఢిల్లీ అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ మళ్లీ అధికారాన్ని చేపడుతోందని ఆయన విశ్వాసం వ్యక్తం చేశారు. ఎగ్జిట్ పోల్స్లో సర్వేలు బీజేపీ విజయం సాధిస్తుందని చెబుతున్నప్పటికీ.. ఢిల్లీలో మాత్రం ఆప్ చాలా బలంగా ఉందన్నారు. అయితే ఎగ్జిట్ పోల్స్ అంచనాలు ఆప్ ను తక్కువ అంచనా వేశారున్నారు. ఈ ఎగ్జిట్ పోల్స్ సర్వేలను విశ్వసించలేమని చెప్పారు. ఢిల్లీ ప్రజలు సైతం ఆమ్ ఆద్మీ పార్టీ ఇచ్చిన హామీల పట్ల ఆసక్తి కనబరిచారని పేర్కొన్నారు. శనివారం ఈ ఎన్నికల ఫలితాలు వెలువడనున్నాయని చెప్పారు. ఇక ఈ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ.. ప్రభావం చూపిందన్నారు. ఈ ఎన్నికల్లో తమ పార్టీ 17 నుంచి శాతం ఓట్లు సాధించ వచ్చని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఈ ఎన్నికల్లో పార్టీ బాగా పోరాడిందన్నారు.అయితే ఓటర్లు ఏ మేరకు మద్దతు తెలిపారో.. ఈ ఎన్నికల ఫలితాల్లో ప్రతిబింబించాలన్నారు. మరోవైపు కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రమోద్ తివారీ మాట్లాడుతూ.. ఆప్, బీజేపీపై మండిపడ్డారు. ఈ ఎన్నికల్లో ఈ రెండు పార్టీలు.. ఓటర్లకు నగదు పంచి.. ఎన్నికల విశ్వసనీయతను దారుణంగా దెబ్బతీశాయన్నారు. తాను ఈ ఎగ్జిట్ పోల్స్ ను విశ్వసించనన్నారు. ప్రజా తీర్పు.. బీజేపీ, ఆప్ కు వ్యతిరేకంగా రానుందన్నారు. ఈ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ తన సత్తా చాటుతోందని ఎంపీ ప్రమోదు తివారీ వెల్లడించారు.మొత్తం 70 స్థానాలున్న ఢిల్లీ అసెంబ్లీకి ఫిబ్రవరి 5వ తేదీన ఎన్నికల పోలింగ్ జరిగింది. ఈ ఎన్నికల ఫలితాలు ఫిబ్రవరి 8వ తేదీన వెలువడనున్నాయి. ఎగ్జిట్ పోల్స్లో బీజేపీనే విజయం సాధిస్తుందంటూ దాదాపు అన్ని సర్వేలు స్పష్టం చేశాయి. కానీ కేకే సర్వే మాత్రం ఆప్ ఘన విజయం సాధిస్తుందని ప్రకటించింది. అంతేకాదు.. ఢిల్లీ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంలోని మొత్తం 9 జిల్లాల్లో ఆప్ కి, బీజేపీకి ఎన్ని సీట్లు వస్తాయో సాదాహరణగా ఈ సర్వే వివరించింది. ఇక న్యూఢిల్లీ అసెంబ్లీ స్థానం నుంచి ఆప్ అభ్యర్థిగా ఆ పార్టీ జాతీయ కన్వీనర్ అరవింద్ కేజ్రీవాల్, కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థిగా సందీప్ దీక్షిత్, బీజేపీ అభ్యర్థిగా పర్వేష్ వర్మ బరిలో నిలిచారు.

గ్రామీణ ప్రాంతాలకు లయన్స్ సేవలు విస్తరించాలి.

-మల్టీపుల్ కౌన్సిల్ చైర్మన్ రాజి రెడ్డి

-నేత్ర పర్వంగా మ్యాంగో లయన్స్ ప్రాంతీయ సదస్సు

-ఆకట్టుకున్న బ్యానర్ ప్రజంటేషన్

-రీజియన్ క్లబ్స్ కు అవార్డ్స్ అందజేత.

హనుమకొండ, ఫిబ్రవరి 06 (సమస్తే హైదరాబాద్)

లయన్స్ సేవలను గ్రామీణ ప్రాంతాలకు విస్తరింప జేయాలని ఇందుకు గాను సమాజ సేవా తత్పరులతో నూతన క్లబ్స్ లను స్థాపించాలని లయన్స్ మల్టీపుల్ కౌన్సిల్ చైర్మన్ హనుమండ్ల రాజి రెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. 320ఎఫ్ పరిధిలోని రీజియన్ చైర్మన్ రాజిరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో గల జన్నపురెడ్డి మ్యూగ్ రీజియన్ మీట్ బుధవారం నగర పరిసరాలలోని మ్యూగ్ రిసెంట్స్ లో అర్ధరాత్రి వరకు నేత్ర పర్వంగా జరిగింది. రీజియన్ ప్రథమ మహిళ జన్నపురెడ్డి రోజురాణి జ్యోతి వెలిగించారు. ఈ కార్యక్రమం లో ముఖ్య అతిధి గా పాల్గొన్న హనుమండ్ల రాజి రెడ్డి మాట్లాడుతూ 1.5 మిషన్ లక్ష్యం లో భాగముగా 320ఎఫ్ జిల్లా మల్టీపుల్ లో అగ్రస్థానం లో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. వర్తన్నపేట క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో రీజియన్ లోని అన్ని క్లబ్స్ చేసిన సేవా కార్యక్రమం లను ఆయన ప్రశంసించారు. అంతకుముందు జిల్లా గవర్నర్ కుందూరు



వెంకటే రెడ్డి ప్రాంతీయ సదస్సు ప్రారంభిస్తూ మార్చి 16వ తేదీన జిల్లా కన్వెన్షన్ నిర్వహిస్తున్న క్రమంలో ఈ నెల ఆఖరు లోగా అన్ని ప్రాంతీయ సదస్సు లు పూర్తి చేయాలని క్లబ్స్ లలో సభ్యుల గ్రోత్ వెంచేవిధంగా ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలని కోరారు. తక్షణ పూర్వ జిల్లా గవర్నర్, మల్టీపుల్ కార్యదర్శి ఎన్ వెంకటేశ్వర్ రావ్, ఉపజిల్లా గవర్నర్ లు డా. చంద్రశేఖర్ ఆర్య, నరహరి సుధాకర్ రెడ్డి లు వివిధ క్లబ్స్ చేపట్టిన బ్యానర్ ప్రజంటేషన్ లను అభినందిస్తూ జిల్లా కన్వెన్షన్ నందు కుడా ఇదేవిధంగా ఆకట్టుకోవాలని కోరారు.

జిల్లా నాయకులు, మాజీ ఉప కులపతి ప్రో. వంగాల గోపాల్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ జిల్లాలో రెండు దశబ్దాల చరిత్ర కలిగిన వర్తన్నపేట క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో ప్రాంతీయ సదస్సు నిర్వహితున్న క్రమంలో పలు సేవకార్యక్రమాలు నిర్వహించడం అభినందనీయమన్నారు. కందుల శ్రీమాత ప్రభాకర్ రెడ్డి సహకారం తో ఐదు కుట్టుమిషన్స్ అవసరార్థాలకు అందజేయడం తోపాటు వివిధ క్లబ్స్ ద్వారా ప్రభుత్వ పాఠశాల కు మైక్ సెట్, పాఠశాల విద్యార్థులకు డిక్షనరీ లు, రోడ్డు పై విరు వ్యాపారులకు 15 పెద్ద గొడుగులు అందజేశారు. కార్యక్రమం లో భాగంగా రీజియన్ క్లబ్స్ చేసిన సేవా కార్యక్రమములపై పూర్వ జిల్లా గవర్నర్ కన్న వరశురాములు ప్రచురించిన బ్రోచర్ ను పాల్గొన్న అతిథులు ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమం లో జోన్ చైర్మన్ లు ఎమ్ హరితా రెడ్డి, డా. సిరికొండ భాస్కర్ రావ్, మెదిపే, గుండా వాసుదేవ్ లు అడ్మినిస్ట్రేటివ్ రిసెంట్స్ లు తెలుపగా పూర్వ జిల్లా గవర్నర్ లు ప్రో. వంగాల గోపాల్ రెడ్డి, డా. కె. సుధాకర్ రెడ్డి, డా. రాజేందర్ రెడ్డి, రీజియన్ అడ్వైసర్ ముచ్చ రాజి రెడ్డి, కన్నా వరశురాములు, టి. లక్ష్మీనరసింహ రావ్, క్యాబినెట్ కార్యదర్శి హబీబ్, జిల్లా నాయకులు రేపూరి రమణా రెడ్డి, డా. అజిత్ కుమార్, హరికిషన్ రెడ్డి, వెంకటనారాయణ గౌడ్, వెంకటే రెడ్డి, కిరణ్ కుమార్, జైపాల్ రావ్, సుభాష్, శారద, దుస్సా శివ శంకర్, మార్కాల యాది రెడ్డి, నాగవాని, త్రివేణి రెడ్డి, వసం గోపాల్ రావ్, విశ్వప్రకాష్, ముకుంద రెడ్డి, సుభాష్ రెడ్డి, కృష్ణా రెడ్డి, శ్రీనివాస్, మాధవరెడ్డి, సర్వయ్య తదితరులు పాల్గొన్న కార్యక్రమంనకు ప్రోగ్రాం చైర్మన్ కొమురవెల్లి లింగమూర్తి స్వాగతం పలుకగా మాన్వర్ ఆఫ్ సర్వీస్ గా పెండం వేణుమాధవ్ వ్యవహరించగ ప్రోగ్రాం కో చైర్మన్ కటంగూరు రాంగోపాల్ రెడ్డి వందన సమర్పణ తో కార్యక్రమం ముగిసింది.

మాదిగలకు ఇచ్చిన మాట నిలపెట్టుకున్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

మాదిగ హక్కుల పరిరక్షణ సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు మైస ఉపేందర్

హనుమకొండ ఫిబ్రవరి 6 సమస్తే హైదరాబాద్ తెలంగాణ రాష్ట్రం లో మాదిగల జనాభా నిష్పత్తి ప్రాతిపదికన ఎస్సీ వర్గీకరణ చేయాలని అందులో భాగంగా 9% రిజర్వేషన్ అమలు చేస్తున్నట్లు మంగళవారం నిండు శాసన మండలిలో తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడిన తీరును స్వాగతిస్తున్నామని మాదిగ హక్కుల పరిరక్షణ సమితి వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు మైస ఉపేందర్ మాదిగ హర్షం వ్యక్తం చేశారు.ఎస్సీ ల వర్గీకరణ కోసం దశాబ్దాల ఉద్యమాలు ఎంతోమంది అమరులయ్యారు ఇది మాదిగ అమరుల విజయం అని అన్నారు నవంబర్ డిసెంబర్ లో జరిగినటువంటి గ్రూపు-2, గ్రూప్-3, లో ఉద్యోగ నియామకపు పరీక్షలో కూడా ఈ రిజర్వేషన్ అమలు చేయాలనీ కోరారు.సుప్రీంకోర్టు ఏడుగురు గురితో కూడిన తీర్పు వెలువడగానే దేశంలోనే మొట్టమొదటగా నిండు అసెంబ్లీలో కమిటీ వేసి ఎస్సీ వర్గీకరణను చేస్తానని నీకాష్టైన నేత మన తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అని కొనియాడారు.



విద్యార్థులకు నోటు పుస్తకాలు పలకల పంపిణీ



నమస్తే హైదరాబాద్ తుంగతుర్తి ప్రతినిధి ఫిబ్రవరి 6: తుంగతుర్తి మండల పరిధిలోని వెంపటి మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాలలో కీర్తిశేషులు సుదగాని కనకయ్య పదవ వర్ధంతి సందర్భంగా వారి అన్నగారు సుదగాని రాజయ్య గారు రిటైర్డ్ ఉపాధ్యాయులు చిత్రలారీవెంకటరామనర్సమ్మ ప్రస్తుత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు వారి అన్న వదివగారు... కనకయ్య గారి జ్ఞాపకార్థంగా 20,000 రూపాయల విలువచేసే నోటు పుస్తకాలు పలకలను ముఖ్య అతిథులుగా విచ్చేసిన మండల విద్యాధికారి బోయిని లింగయ్య వెంపటి కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు మేడబోయిన శ్రీనివాస్ చేతుల మీదుగా విద్యార్థిని విద్యార్థులకు గురువారం పంపిణీ చేశారు. ఈ

సందర్భంగా మండల విద్యాధికారి బోయిని లింగయ్య మాట్లాడుతూ ప్రతి విద్యార్థి పేదరికాన్ని అదిగమించి విద్యలో రాణించినపుడే భవిష్యత్ ఉజ్వల మవుతుందని,దాతలు ఇస్తున్న సహాయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అన్నారు.పాఠశాల కాంప్లెక్స్ ప్రధానోపాధ్యాయులు.. మేడబోయిన శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ పాఠశాల అభివృద్ధి కోసం దాతలు ముందుకు రావడం మంచి పరిణామం అన్నారు.సుదగానిరాజయ్య మాట్లాడుతూ ప్రతి సంవత్సరం తన సోదరుని వర్ధంతి సందర్భంగా.. ఇలాంటి సేవా కార్యక్రమాలు చేస్తున్నామని భవిష్యత్తులో కూడా పాఠశాల విద్యాభివృద్ధి కోసం. తోడ్పాటునందిస్తామని, ప్రతి సంవత్సరం స్వాతంత్ర్య దినోత్సవం రోజు విద్యార్థులకు బహుమతులు అందిస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ఉపాధ్యాయ బృందం పాలకుర్తి ఎల్లయ్య మల్లెపాక రవీందర్, గట్టు మాధవి, బండారాభవాని, నిమ్మర బోయిన నవీన, జీడి అనిల్ కుమార్, మిట్ట కడుపుల విక్రమ్, గుండ్రఆంజనేయులు, రమాదేవి ,మంజుల లు పాల్గొన్నారు.

పిడిఎస్యూ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులుగా ఎర్ల అఖిల్ కుమార్ ఎన్నిక



నమస్తే హైదరాబాద్ తుంగతుర్తి ప్రతినిధి ఫిబ్రవరి 6: ఈనెల 4, 5 తేదీలలో భద్రాచలంలో జరిగిన పిడిఎస్యూ రాష్ట్ర జనరల్ కౌన్సిల్ లో కామ్రేడ్ ఎర్ల అఖిల్ కుమార్ ను పిడిఎస్యూ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడిగా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నుకోవడం జరిగింది. 36 మందితో రాష్ట్ర కమిటీగా ఏర్పడిన కమిటీలో సూర్యాపేట జిల్లాకు చెందిన ఎర్ల అఖిల్ కుమార్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడిగా ఎన్నుకోబడినాడు. ఈ సందర్భంగా కామ్రేడ్ ఎర్ల అఖిల్ కుమార్ మాట్లాడుతూ అమరుల త్యాగాల పునాదులపై నడుస్తున్న పిడిఎస్యూ సమరశీల పోరాటాలలో తాను ముందుంటూ విద్యార్థి సమస్యల పరిష్కారానికై కృషి చేస్తా అన్నారు. కామ్రేడ్ జార్జి రెడ్డి జంపాల చంద్రశేఖర ప్రసాద్, శ్రీపాద శ్రీహరి రంగవల్లి, కోలా శంకర్ యానాల వీరారెడ్డి లాంటి అమరుల త్యాగాలను గుర్తు చేసుకుంటూ వారు కలలుగన్న సమసమాజ స్థాపనకు,శాస్త్రీయ విద్య కోసం నిరంతరం పోరాటాలు నిర్వహించడంలో తన వంతు కృషి చేస్తానని ఆయన అన్నారు. ఉస్మానియా అరుణతార కామ్రేడ్ జార్జిరెడ్డిని బలిగొన్న మతోన్మాదం చేదు దేశవ్యూహంగా విశ్రంకులత్వంతో విహరిస్తూ, కేంద్ర ప్రభుత్వ కనుసన్నలలో మతోన్మాదాన్ని రెచ్చగొడుతూ, పీడిత ప్రజలను, విద్యార్థులను విభజించు పాలించు సందంగా చేస్తుంది అన్నారు. కామ్రేడ్ జార్జి ఆశయాలను

మరింత బలంగా ముందుకు తీసుకు పోవడంలో ఈనాటి విద్యార్థులు ఇంకా శక్తి వంచన లేకుండా కృషి చేయాలన్నారు. బలమైన విప్లవ విద్యార్థి ఉద్యమ నిర్మాణమే మతోన్మాదులను, వారి అణంగు తోత్తులను కట్టిడి చేయగలరని అన్నారు. అందుకోసం పిడిఎస్యూ కృషి చేస్తుంది అన్నారు. ఈ కృషిలో నేను నా శక్తి వంచన లేకుండా ఉద్యమాన్ని నిర్మిస్తానని, విద్యార్థుల సమస్యల పరిష్కారానికి నిత్యం అందుబాటులో ఉంటానని ఈ సందర్భంగా ఆయన తెలియజేశారు. దార్శిన్ సిద్ధాంతాన్ని పాఠ్యపుస్తకాల నుండి తొలగించి, మతోన్మాదాన్ని అంతమొందించాలని విద్యార్థిలోకానికి పిలుపునిచ్చారు. శాస్త్రీయ విద్యా విధానంపై అన్ని విార్ధి సంఘాలు కలిసి పని చేయాలని ఈ సందర్భంగా పిలుపునిచ్చారు.

క్రీడల్లో గెలుపొందిన విజేతలకు బహుమతులు అందజేసిన ఎమ్మెల్యే గుంటకండ్ల జగదీశ్వర్ రెడ్డి

ప్రజాసేవే లక్ష్యంగా ఎస్ ఫౌండేషన్ స్థాపన

క్రీడలు మానసిక ఉల్లాసాన్నిస్తాయి

నాగారం, నమస్తే హైదరాబాద్ : (ఫిబ్రవరి 6)

ఇటీవల నాగారం మండల కేంద్రంలో సంక్రాంతి పండుగను పురస్కరించుకుని ఎస్ ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఉమ్మడి జిల్లా స్థాయి క్రీడోత్సవాలు మరియు గ్రామస్థాయి క్రీడలలో గెలుపొందిన విజేతలకు బుధవారం రాత్రి మాజీ మంత్రి సూర్యపేట శాసనసభ్యులు గుంటకండ్ల జగదీశ్వర్ రెడ్డి బహుమతులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా విచ్చేసి ఆయన మాట్లాడుతూ ఎస్ ఫౌండేషన్ ద్వారా అనేకమంది నిరుపేదలకు



సేవ చేయనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. క్రీడాకారులకు ప్రోత్సాహం అందించేందుకు ఎస్ ఫౌండేషన్ ఎల్లవేళలా అందుబాటులో ఉంటుందని అన్నారు. రాజకీయాలకతీతంగా కులమతాలకు అతీతంగా సేవ చేయడమే ఎస్ ఫౌండేషన్ ముఖ్య ఉద్దేశమని ఆయన అన్నారు. క్రీడలు మానసిక ఉల్లాసాన్నిస్తాయని అన్నారు.ప్రజా సేవే లక్ష్యంగా ఎస్ ఫౌండేషన్ స్థాపించడం జరిగిందని తెలియచేశారు. ఈ సందర్భంగా క్రికెట్ కబడ్డీ వాలీబాల్ పోటీల్లో ప్రథమ బహుమతి పొందిన వారికి 25 వేల రూపాయల నగదు శీల్డు ని ద్వితీయ బహుమతి పొందిన వారికి 20 వేల రూపాయల నగదు శీల్డు ను అందజేశారు.ఈ సందర్భంగా క్రీడలలో పాల్గొన్న క్రీడాకారులు అందరినీ అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ మండల పార్టీ అధ్యక్షులు కళ్ళేటపల్లి ఉప్పలయ్య, మాజీ మార్కెట్ కమిటీ వైస్ చైర్మన్ గుండగాని అంబయ్య మాజీ వైస్ ఎంపీపీ గుంటకండ్ల,మాజీమూల మాజీ ఎంపీపీ కూరం మణి వెంకన్న, జీడి బిక్షం చిల్లర చంద్రమౌళి,దోమల బాలమల్లు, విప్పలపల్లి సోమయ్య ,విప్పలపల్లి చిరంజీవి ,కన్నబోయిన మల్లేష్, కన్నబోయిన భద్రయ్య, కత్తుల వెంకన్న,కన్నబోయిన మహేష్ కుమార్,బెల్లి నరేష్,దేవరకొండ మురళీ,విప్పలపల్లి బాలస్వామి,,బుర్లి సురేష్,నానబోతుల గణేష్, బాసు, శ్రీను,చిప్పలపల్లి పండు,ఆడెపు అనిల్, పి కృష్ణ గ్రామస్థులు క్రీడాకారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఫణిగిరి బౌద్ధ క్షేత్రాన్ని సందర్శించిన శ్రీలంక ఎయిరైన్స్ అధికారులు - చరిత్ర వివరించిన ఈ.శివ నాగిరెడ్డి



నాగారం, నమస్తే హైదరాబాద్ : (ఫిబ్రవరి 06) మండల పరిధిలోని ఫణిగిరి గ్రామంలో ఉన్న బౌద్ధ క్షేత్రాన్ని గురువారం శ్రీలంక ఎరైన్స్ అధికారులు సందర్శించారని పురావస్తు శాస్త్ర పరిశోధకులు, బుద్ధవనం కన్సర్వేటర్ ఈ.శివ నాగిరెడ్డి అన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని బౌద్ధ స్థావరాలు సందర్శనకు తెలంగాణ టూరిజం డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ ఏర్పాటు చేసిందని అందులో భాగంగా ఫణిగిరి బౌద్ధ క్షేత్రాన్ని సందర్శించిన వారికి చారిత్రక విషయాలు ఆరామంలోని కట్టడాలు, స్థానిక ప్రదర్శనశాలలోని బౌద్ధ శిల్పాలు,శాసనాల గురించి వివరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో డిజిటీటీసీ మార్కెటింగ్ విభాగపు ఆసిస్టెంట్ మేనేజర్ జింజిరాల సాయిరాం, తెలంగాణ వారసత్వ శాఖ సిబ్బంది వీరయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి సహాయనిధి చెక్కు అందజేసిన పీఏసీ చైర్మన్ గాంధీ

నమస్తే హైదరాబాద్,శేరిలింగంపల్లి : ప్రజల క్షేమమే లక్ష్యంగా తెలంగాణ ప్రభుత్వం పనిచేస్తుందని పీఏసీ చైర్మన్, శేరిలింగంపల్లి ఎమ్మెల్యే ఆరెకపూడి గాంధీ పేర్కొన్నారు కొండాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని ప్రేమ్ నగర్ కాలనీకి చెందిన షేక్ సమీరా బేగం అత్యవసర వైద్య చికిత్స నిమిత్తం సీఎం రిలీఫ్ ఫండ్ కు దరఖాస్తు చేసుకొనగా ముఖ్య మంత్రి సహాయ నిధి ఎల్ఓసీ ద్వారా మంజూరైన రూ. 2,50,000 ఆర్థిక సహాయానికి సంబంధించిన మంజూరు పత్రాన్ని మాజీ కార్పొరేటర్ పగడాల బాబు రావుతో కలిసి పీఏసీ చైర్మన్ ఎమ్మెల్యే ఆరెకపూడి గాంధీ బాధిత కుటుంబానికి అందచేశారు.అనంతరం ఎమ్మెల్యే గాంధీ మాట్లాడుతూ సీఎం సహాయనిధి పేదలకు ఆనరాగా నిలిచి ప్రాణాలను కాపాడుతోందని అన్నారు.



ముఖ్యమంత్రి ఎమ్మెల్యే చిత్రపటాలకు క్షీరాభిషేకం

నాగారం నమస్తే హైదరాబాద్: (ఫిబ్రవరి 6)

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన కార్యక్రమాలు అయిన క్యాబినెట్లో మాదిగల ఏబిసిడి వర్గీకరణకు ఆమోదం తెలుపుతూ, కులగణనలో ఓసీ ల జనాభా 42 శాతంగా గుర్తిస్తూ ప్రకటించడంతో హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ గురువారం కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ఆకుల బుచ్చిబాబు ఆధ్వర్యంలో నాగారం మండల పరిధిలోని నాగారం బంగ్లా గ్రామం లో తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, తుంగతుర్తి శాసనసభ్యులు మందుల సామెల్ చిత్రపటాలకు క్షీరాభిషేకం చేశారు. అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ పేదల పక్షపాతి అని బదుగు బలహీన వర్గాల పార్టీ అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలో రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు నడుపుతున్నారని అన్నారు. మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు తోడుసు లింగయ్య మాట్లాడుతూ కుల గణన చేసి ఢీసీల జనాభాను గుర్తించి వాళ్లకురావాల్సిన వాటా 42 శాతంగా గుర్తించిందని అదేవిధంగా ఎస్సీ ఏబిసిడి వర్గీకరణకు క్యాబినెట్లో ఆమోదం తెలుపుతూ ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకుందని,అందుకొరకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి ఎమ్మెల్యే మందుల సామెల్ కి కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నాను అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల నాయకులు కన్నెబోయిన వెంకట బిక్షం,జాజుల వీరయ్య,కొండ మల్లేష్,నాతి వీరమల్లు,అనంతల వెంకటయ్య, పానుగంటి నరసింహారెడ్డి,భయ్యం వెంకన్న, మంగదుర్ల దశరథ,పాల్వాయి పరశురాములు,జాన్ వెస్సీ, భాను, యూత్ కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షులు పలి,ఉపాధ్యక్షులు దేవరకొండ కృష్ణ ఆకారపు శ్రీను, సేవాదళ్,ఎస్ ఎస్ యు ఐ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు, గ్రామ శాఖల అధ్యక్షులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



లయన్స్ క్లబ్ ఆధ్వర్యంలో ఉచిత కంటి పరీక్షలు

మేడిపల్లి (నమస్తే హైదరాబాద్) :లయన్స్ క్లబ్ ఆఫ్ మేడిపల్లి అధ్యక్షులు వేముల కేశవనాదం గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో గురువారం డాక్టర్ అమర్నాథ్ ఐ హాస్పిటల్ వారి సౌజన్యముతో సిరి స్కూల్లో ఉచిత కంటి పరీక్ష కేంద్రం ఏర్పాటు చేశారు ఈ కేంద్రంలో పేదలకు ఉచిత కంటి పరీక్షలు నిర్వహించారుఈ ఉచిత కంటి పరీక్షలు ఏర్పాటు చేసినటువంటి లయన్స్ చందన మరియు డాక్టర్ అమర్నాథ్ గారికి క్లబ్ తరపున అభినందనలు ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో శారద , దుర్గ, పల్లె బాలరాజు గౌడ్ , అరుణ ,శ్రీలత , నిర్మల ,వెంకటేష్ గౌడ్ ,రంగన్న గౌడ్ ,మరియు సురేందర్ రెడ్డి , భాగ్యలక్ష్మి , దేవి , రాజేశ్వరి , నిర్మల మరియు కాలనీ వాసులు పాల్గొన్నారు.





గతేడాది ఏకంగా మూడు సినిమాలతో అభిమానులను వలకరించాడు విశ్వక్ సేన్. గామి, గ్యాంగ్స్ ఆఫ్ గోదావరి, మెకానిక్ రాకీ సినిమాలతో ఆడియెన్స్ ను అలరించాడు. ఇప్పుడు లైలాగా మరోసారి మనల్ని ఎంటర్ టైన్ చేసేందుకు వస్తున్నాడీ యంగ్ హీరో. ఇప్పటికే ఈ సినిమా షూటింగ్ చాలా భాగం పూర్తయ్యింది. ప్రమాషన్లలో భాగంగా ఈనెల 17న సినిమా టీజర్ ను రిలీజ్ చేయనున్నారు. అలాగే ప్రేమికుల దినోత్సవం సందర్భంగా ఫిబ్రవరి 14న లైలా సినిమాను ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నారని తెలుస్తోంది. ఈ సినిమాకు లియోన్ జేమ్స్ స్వరాలు సమకూర్చారు. తాజాగా లైలా మూవీ ట్రైలర్ ను విడుదల చేశారు. ఈ ట్రైలర్ సినిమా పై అంచనాలు పెంచేసింది. ఈ ట్రైలర్ లో విశ్వక్ సేన్ లేడీ గెటప్ లో అదరగొట్టాడు. కామెడీ సీన్స్ లో విశ్వక్ ఆకట్టుకున్నాడు. అలాగే విశ్వక్ సేన్ యాక్షన్ సీన్స్ తోపాటు రొమాంటిక్ సీన్స్ లోనూ రెచ్చిపోయాడు. ఈ సినిమా ట్రైలర్ తో ప్రేక్షకుల్లో సినిమా పై అంచనాలు పెరిగిపోయాయి. ఈ సినిమాతో విశ్వక్ మరో హిట్ కొట్టడం ఖాయం అంటున్నారు అభిమానులు. కాగా ఈ సినిమాలో విశ్వక్ సేన్ లేడీ గెటప్ కు వాయిస్ ఇచ్చింది ఓ స్టార్ సింగర్.అవును లైలా సినిమాలో విశ్వక్ సేన్ లేడీ గెటప్ కు ఓ సింగర్ వాయిస్ ఇచ్చింది. విశ్వక్ అమ్మాయి వాయిస్ తో డబ్బింగ్ చెప్పే సెట్ అవ్వడని ఓ సింగర్ తో డబ్బింగ్ చెప్పించారట. ఆ సింగర్ ఎవరంటే.. తెలుగులో ఎన్నో సాంగ్స్ పాడి అలరించిన శ్రావణ భార్గవి. లైలా సినిమాలో విశ్వక్ లేడీ గెటప్ కు శ్రావణభార్గవి డబ్బింగ్ చెప్పిందట. ఇక ఈ సినిమా ఫిబ్రవరి 14న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది.





నాగ్ పూర్ లోని వీసీఏ స్టేడియంలో జరిగిన తొలి వన్డేలో భారత జట్టు సూనాయనంగా గెలిచింది. ఇంగ్లండ్ అందించిన 249 పరుగుల లక్ష్యాన్ని కేవలం 38.4 ఓవర్లలో 6 వికెట్లు కోల్పోయి ఛేదించింది. దీంతో భారత్ 4 వికెట్ల తేడాతో ఇంగ్లండ్ జట్టును ఓడించింది. నాగ్ పూర్ లోని వీసీఏ స్టేడియంలో మొదట బ్యాటింగ్ చేసిన ఇంగ్లాండ్ 47.5 ఓవర్లలో 248 పరుగులకు ఆలౌట్ అయింది. భారత్ 38.4 ఓవర్లలో 6 వికెట్లు కోల్పోయి లక్ష్యాన్ని చేరుకుంది. రెండో వన్డే ఫిబ్రవరి 9న కటక్ లోని బారాబాటి స్టేడియంలో జరుగుతుంది.భారత్ తరపున శుభ్ మన్ గిల్ 87, శ్రేయాస్ అయ్యర్ 59, అక్షర్ పటేల్ 52 పరుగులు చేశారు. రవీంద్ర జడేజా, హర్షత్ రాణా చెరో 3 వికెట్లు పడగొట్టారు. ఇంగ్లాండ్ తరపున జోన్ బట్లర్ 52, జాకబ్ బెథెల్ 51 పరుగులు చేశారు. ఆదిల్ రషీద్, సాకిబ్ మహ్మద్ చెరో 2 వికెట్లు పడగొట్టారు.ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీకి సన్నాహకంగా ముఖ్యమైనదిగా భావించే ఈ సిరీస్తో, టీమ్ ఇండియా చాలా కాలం తర్వాత వన్డే క్రికెట్ లోకి పునరాగమనం చేసింది. అంతకుముందు, జులై-ఆగస్టులో శ్రీలంక పర్యటనలో భారత జట్టు 3 %హాణ×%లు ఆడింది. ఇది 2023 ప్రపంచ కప్ ఫైనల్ తర్వాత భారతదేశం ఆడిన మొదటి, ఏకైక %హాణ×% సిరీస్. ఇటువంటి పరిస్థితిలో, టీం ఇండియా అటగాళ్ళు ఈ ఫార్మాట్ కు ఎలా అలవాటు పడతారనే దానిపై అందరి దృష్టి ఉంది. చాలా మంది అటగాళ్ళు నిరాశపరచలేదు. పేలవ ప్రారంభం తర్వాత హర్షిత్-జడేజా పునరాగమనం.. ఈ మ్యాచ్ లో భారత జట్టు మొదట బౌలింగ్ చేసింది. మహమ్మద్ షమీ గట్టి ఆరంభాన్ని ఇచ్చాడు. కానీ మరోవైపు, వన్డేలో ఆరంగేట్రం చేస్తున్న హర్షిత్ రాణాపై ఇంగ్లీష్ ఓపెనర్లు దాడి చేశారు. ఫిల్ సాట్లీ (45) రనౌట్ అయ్యే సమయానికి ఈ జంట కేవలం తొమ్మిది ఓవర్లలో 75 పరుగులు జోడించారు. అక్కడి నుంచి టీం ఇండియా పునరాగమనం ప్రారంభమైంది. ఇందులో హర్షిత్ కీలక పాత్ర పోషించాడు. అతను మొదట బెన్ డకెట్ (32), తరువాత హ్యరీ బ్రాక్ (0) వికెట్లను పడగొట్టాడు. రవీంద్ర జడేజా మళ్ళీ జో రూట్ (19) ను పెవిలియన్ చేర్చాడు. మిడిల్ ఆర్డర్ లో కెప్టెన్ జోన్ బట్లర్, యువ ఆల్ రౌండర్ జాకబ్ బెథెల్ ఇన్ఫింగ్స్ ను నిలకడగా నడిపించారు. అంతకుముందు, బట్లర్ (52) అర్ధ సెంచరీ సాధించాడు. ఆపై, అతను ఔటైన తర్వాత, బెథెల్ (51) లోయర్ ఆర్డర్ తో కలిసి జట్టును 200 దాటించాడు. అతను తన అర్ధ సెంచరీ కూడా పూర్తి చేశాడు. కానీ, అతను కూడా జడేజా బాధితుడు అయ్యాడు. చివరికి, జోప్రా ఆర్చర్ (21) కొన్ని పెద్ద షాట్లు కొట్టి జట్టును 248కి తీసుకెళ్లాడు. హర్షిత్, జడేజా 3-3 వికెట్లు పడగొట్టగా, షమీ, అక్షర్, కుల్దీప్ యాదవ్ 1-1 తేడాతో విజయం సాధించారు.



ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తింటున్నారా..?

మనలో చాలా మంది గుడ్లు ఇష్టంగా తింటుంటారు. ఉదయం బ్రేక్ ఫాస్ట్ లో గుడ్లు తినేవారు కూడా ఉంటారు.. గుడ్డులో ప్రోటీన్లు పుష్కలంగా ఉండటంతో ఫిట్ నెస్ ప్రియులు దీనిని ఎక్కువ తినడానికి ఇష్టపడుతున్నారు. కొంతమంది పచ్చి గుడ్లు కూడా తింటుంటారు. మరికొందరు ఆమెల్ట్ చేసుకుని తింటారు. కానీ, ఉడికించిన గుడ్లు ఆరోగ్యానికి ఎక్కువ మేలు చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే, ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తినడం సురక్షితమేనా అన్న విషయాన్ని మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా..? మీరు కూడా అల్ట్రాహారం కోసం ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తింటున్నట్లయితే, ఈ విషయాలు తప్పక తెలుసుకోవాలంటున్నారు పోషకాహార, వైద్య ఆరోగ్య నిపుణులు.గుడ్డులో అధిక నాణ్యత గల ప్రోటీన్ ఉండటంతో పాటు, విటమిన్ ఎ, డి, ఇ, బి12, రిబోఫ్లేవిన్, ఫోలేట్, ఐరన్, సెలీనియం వంటి పోషకాలు కూడా పుష్కలంగా ఉన్నాయి. గుడ్లు తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. కానీ ఈ గుడ్డను తప్పుడు మార్గంలో తీసుకుంటే, అవి ఆరోగ్యానికి ప్రయోజనం చేకూర్చే బదులు హాని కలిగించడం ప్రారంభిస్తాయి. అవును, కొంతమంది ఉదయం పనికి చేరుకోవాలనే తొందరలో అల్ట్రాహారంగా ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తింటారు. కానీ, ఆరోగ్య ప్రయోజనాల దృష్ట్యా ఇలా చేయడం సరైనది కాదని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తినడం వల్ల కొంతమందికి ఉబ్బరం, గ్యాస్, కడుపు తిమ్మిరి వంటి జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. జీర్ణవ్యవస్థ ఇప్పటికే బలహీనంగా ఉన్నవారిలో ఈ సమస్యలు ఎక్కువగా కనిపిస్తాయి. కొంతమందికి గుడ్లు అలెర్జిక్ కలిగి ఉంటారు. అలాంటి వారు పొరపాటున కూడా ఖాళీ కడుపుతో గుడ్లు తినకూడదు. అలాంటి పొరపాటు చేయడం వల్ల, చర్మంపై తామర, శరీరంలో వాపు, వికారం, వాంతులు లేదా విరేచనాలు వంటి జీర్ణశయాంతర సమస్యలతో బాధపడాల్సి వస్తుంది. శ్వాస తీసుకోవడంలో కూడా ఇబ్బంది పడాల్సి వస్తుందని చెబుతున్నారు.



తక్కువ ధరలో బెస్ట్ బైక్ కావాలా..?

దేశంలోని క్రిజ్ బైక్ లలో బజాజ్ పల్సర్ 150 ముందు వరుసలో ఉంటుంది. ఆకట్టుకునే డిజైన్, అద్భుతమైన ఇంజిన్ దీని ప్రత్యేకతలు. దీనిలో 149.5 సీసీ ఇంజిన్ నుంచి 14.8 బీహెచ్పీ శక్తి విడుదల అవుతుంది. సుమారు 45 నుంచి 50 కిలోమీటర్ల మధ్య మైలేజీ వస్తుంది. గంటకు గరిష్ట వేగం 115 కిలోమీటర్లు. ఈ బైక్ రూ.99 వేల నుంచి రూ.1,04,000 ధరలో లభిస్తుంది.స్టైలిష్ బైక్ లను కొనుక్కునే వారికి టీవీఎస్ ఆపాచీ ఆర్డీఆర్ 160 చాలా బాగుంటుంది. 160 సీసీ ఇంజిన్ తో బండి పనితీరు చాలా మెరుగ్గా ఉంటుంది. సుమారు 45 నుంచి 50 కిలోమీటర్ల మైలేజీ ఇస్తుంది. గంటకు 118 కిలోమీటర్ల గరిష్ట వేగంతో ప్రయాణిస్తుంది. ఇంజిన్ నుంచి 15.6 బీహెచ్పీ గరిష్ట శక్తి విడుదల అవుతుంది. ఈ మోటారు సైకిల్ రూ.1,05,000కు కొనుగోలు చేయవచ్చు స్టైలిష్ లుక్, సాలిడ్ ఫెర్మార్మెన్స్ తో యువతను యమహా ఎఫ్ జెడ్ -ఎస్ వి3 ఎంతో ఆకట్టుకుంటోంది. క్రీమియం కమ్యూటర్ విభాగంలో ప్రముఖ బైక్ లా మారింది. దీనిలో 149 సీసీ ఇంజిన్ ఏర్పాటు చేశారు. దాని నుంచి 12.4 బీహెచ్ పీ పవర్ విడుదల అవుతుంది. గంటకు గరిష్టంగా 114 కిలోమీటర్ల వేగంతో పరుగులు తీస్తుంది. లీటర్ పెట్రోలుకు దాదాపు 45 కిలోమీటర్ల మైలేజీ ఇస్తుంది. ఈ బైక్ రూ.1,05,000లకు అందుబాటులో ఉంది. పట్టణాలు, గ్రామాలతో పాటు అన్ని రకాల రోడ్లపై హీరో ఎక్స్ డ్రీమ్ 160ఆర్ బైక్ చక్కగా పరుగులు తీస్తుంది. ఆధునిక డిజైన్, మంచి పనితీరుతో ఆకట్టుకుంటోంది. దానికి తోడు మన దేశంలో హీరో ట్రాండ్ కు ఉన్న ఆదరణ తెలిసిందే. దీనిలోని 163 సీసీ ఇంజిన్ నుంచి 15 బీహెచ్ పీ పవర్ విడుదల అవుతుంది. దాదాపు 45 కిలోమీటర్ల మైలేజీ రావడంతో పాటు గంటకు 110 కిలోమీటర్ల గరిష్ట వేగంతో ప్రయాణం చేయవచ్చు.



