

వార్త నిర్ణయం లో రిపోర్టు
కావలెను
 సమాజం పట్ల అవగాహన, ప్రజా సమస్యలను ఎక్కిచూపగలిగే చైతన్యం ఉన్నవారికి ఇదే అవకాశం. తెలంగాణ & ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా చదివేందుకు విలక్షణం కావాలిను

సంపాదనల కర్తవ్యాలతో సరళిగా జరగజేసే విలువలతో మీడియా రంగంలో కొత్త శక్తి.. వార్తను వార్త లాగా రాసే దివ్యుని జర్నలిజం తో డ్రైవ్ ఎడిటర్ కాదేమీ ఆలోచనలకు లోబరబడకుండా

వార్త నిర్ణయం
 www.vaarhtanirbhayam.com
 ఆంధ్రప్రదేశ్ & తెలంగాణ
 సంప్రదించవచ్చిన ఫోన్ నెం: 9949490828

తెలుగు దినపత్రిక
వార్త నిర్ణయం
 సామాన్య జీవిత సామాజిక అంశం!
 www.vaarhtanirbhayam.com
 ఎడిటర్ కాదేమీ ఆలోచన



తెలంగాణ - ఆంధ్ర ప్రదేశ్ సంపుటి : 01 సంచిక : 180 చీఫ్ ఎడిటర్: కాదేమీ ఆలోచన పేజిలు : 04, వెల రూ. 4రూ/ బుధవారం- 27 - మే - 2026
 Published From Kumool : Circulated at 'Kumool Srikakulam, VishakaPatanam, Vijayanagaram, East Godavari, West Godavari, Krishna, Guntur, Prakasam, Nellore, Chittoor., Kadapa Anantapuram,

కర్నాటక సీఎం మార్కుపై తేల్చేసిన కాంగ్రెస్

2

- వార్తా ఆదేశాల మేరకు ఇవాళ ఢిల్లీ వెళ్లిన ఇద్దరికీ అధిష్టానం నేతలు పాకిచ్చారు.
- కర్నాటకలో త్వరలో జరగబోయే రాజ్యసభ ఎన్నికల్లో అభ్యర్థుల ఎంపికపై వీరిద్దరితో మాట్లాడారు.

ఢిల్లీ : కర్నాటకలో ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్యను మారుస్తూ లేదా అన్న దానిపై కాంగ్రెస్ పార్టీ అధిష్టానం ఇవాళ క్లారిటీ ఇచ్చేసింది. నిన్న ఉన్నట్టుండి హఠాత్తుగా

భారత్, అమెరికా మధ్య ల్యాండ్ మార్క్ డీల్ - కీలక ఖనిజాలు, అరుదైన లోహాల సరఫరాపై ఒప్పందం ఖరారు

పూనోత్తక ఖనిజాలు, రేర్ ఎర్త్ సబ్టైలైజ్డ్ రక్షణ కోసం ద్వైపాక్షిక ఒప్పందం చేసుకున్న భారత్, అమెరికా

ఢిల్లీ : పూనోత్తక ఖనిజాలు, అరుదైన లోహాల మైనింగ్, ప్రాసెసింగ్, వాటి సురక్షిత సరఫరాలో లక్ష్యంగా భారత్-అమెరికా మంగళవారం చారిత్రాత్మక ద్వైపాక్షిక ఒప్పందంపై సంతకాలు చేశాయి. అంతర్జాతీయంగా తీవ్రమైన పోటీ నెలకొన్న ప్రస్తుత తరుణంలో ఈ ఒప్పందానికి అత్యంత పూనోత్తక ప్రాధాన్యత ఉందని భారత్ విదేశాంగ మంత్రి ఎన్. జైశంకర్ పేర్కొన్నారు. ఇరుదేశాల మధ్య జరిగిన ద్వైపాక్షిక చర్చలు, అలాగే క్యాన్డ విదేశాంగ మంత్రుల సమావేశం అనంతరం ఆయన ఈ మైలురాయి లాంటి ఒప్పందాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించారు. ఒప్పందంపై సంతకాలు చేసిన అనంతరం విదేశాంగ మంత్రి జైశంకర్ మాట్లాడుతూ, "పూనోత్తక ఖనిజాలు (క్రిటికల్ మినరల్స్), అరుదైన లోహాలు (రేర్ ఎర్త్ ఎలిమెంట్స్) మైనింగ్, ప్రాసెసింగ్, వాటి సరఫరాలను సురక్షితం చేసేందుకుగాను ఈ రోజు భారత్-అమెరికా ద్వైపాక్షిక ఫ్రేమ్ వర్క్ పై సంతకాలు చేస్తున్నాము" అని ప్రకటించారు. క్యాన్డ సమావేశంలోనూ ఈ అంశంపై చర్చించామని ఆయన గుర్తు చేశారు. ఈ అరుదైన వనరులను సురక్షితం చేసుకోవడం అనేది అత్యంత కీలకమైన విషయమని అన్నారు. ఇది ద్వైపాక్షికంగా అయినా, క్యాన్డ వేదిక ద్వారా అయినా లేదా ఒకే రకమైన అలోచనలు గల దేశాల మధ్య చూడటం ద్వారా అయినా సరే, వీటిని సురక్షితం చేయడం అత్యంత అవశ్యకమని ఆయన నొక్కి చెప్పారు. అంతేకాదు, ఇరుదేశాల మధ్య కుదిరిన ఈ ఒప్పందం కేవలం మైనింగ్, ప్రాసెసింగ్ లకే పరిమితం కాకుండా, రీసైక్లింగ్ కు కూడా విస్తరిస్తామని జైశంకర్ వెల్లడించారు. వీటిపై ఇరుదేశాల పెట్టుబడులను కూడా పెంచుతామని స్పష్టం చేశారు. "ఈ ఒప్పందం ఒక స్థిరమైన, వైవిధ్యభరితమైన సబ్టైలైజ్డ్ లను బలోపేతం చేస్తుంది." **మిగతా..2లో**

కీలక ఖనిజాల సరఫరా గొలుసులను బలోపేతం చేయడానికి 20 బిలియన్ డాలర్లు సమీకరణ

- ఢిల్లీలో క్యాన్డ విదేశాంగ మంత్రుల సమావేశం
- కీలక నిర్ణయం తీసుకున్న క్యాన్డ సభ్యులతో
- రేర్ మినరల్స్ సరఫరా గొలుసులను బలోపేతం చేయడం కోసం 20 బిలియన్ డాలర్లు సమీకరించేందుకు నిర్ణయం

ఢిల్లీ : కేంద్రీకృత ప్రపంచ సరఫరా నెట్వర్క్పై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించడం, ఇండో-పసిఫిక్ ప్రాంతంలో ఆర్థిక భద్రతను పెంపొందించడమే లక్ష్యంగా క్యాన్డ దేశాలు (భారత్, అమెరికా, ఆస్ట్రేలియా, జపాన్) కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నాయి. ప్రభుత్వ ప్రైవేట్ పెట్టుబడుల రూపంలో కీలక ఖనిజాల సరఫరా గొలుసులను బలోపేతం చేయడానికి 20 బిలియన్ డాలర్ల వరకు సమీకరించేందుకు ఒక ప్రతిష్టాత్మక ప్రణాళికను ఆవిష్కరించాయి.

ఈ మేరకు భారత్, అమెరికా, ఆస్ట్రేలియా, జపాన్ సంయుక్తంగా 'క్యాన్డ క్రిటికల్ మినరల్స్ ఇనిషియేటివ్ ఫ్రేమ్వర్క్'ను విడుదల చేశాయి. ఫ్రేమ్వర్క్లో కీలక అంశాలు ఈ ఫ్రేమ్వర్క్ అధునాతన సాంకేతికతలు, స్వచ్ఛ ఇంధన వ్యవస్థలు, సెమీ కండక్టర్లు, ఎలక్ట్రీక్ వాహనాలు, టెలికమ్యూనికేషన్లు, రక్షణ రంగం తయారీకి అవసరమైన కీలక ఖనిజాల తవ్వకం, శుద్ధి, పునరుద్ధరణలో సహకారానికి ఒక విస్తృతమైన మార్గసూచిగా మారనుంది. పశ్చిమాసియా సంక్షోభం నేపథ్యంలో కీలక ఖనిజాలు, సముద్ర భద్రత, ఇంధన సమస్యలపై క్యాన్డ విదేశాంగ మంత్రులు ఢిల్లీలో సమావేశమై చర్చలు జరిపిన అనంతరం ఈ పరిణామం చోటుచేసుకుంది. **మిగతా..2లో**

100 రోజుల్లోపే రూ.840 కోట్లు నిధులు.. మాట తప్పలేదన్న బండి సంజయ్

2

- ఎన్నికలు ముగిసిన 100 రోజుల్లోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి రూ.840 కోట్ల నిధులు తీసుకొచ్చినట్లు వెల్లడించారు.
- ప్రతిపాదనలు పంపిన 48 గంటల్లోనే ఢిల్లీలో మీటింగ్ ఏర్పాటు చేసి, కేంద్ర బృందాన్ని కరీంనగర్కు పంపేలా చేశానని చెప్పారు

గత మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ అభివృద్ధికి ప్రత్యేక బాధ్యత తీసుకుంటానని వాగ్దానం చేసిన కరీంనగర్ ఎంపీ బండి సంజయ్, తన మాటను నిలబెట్టుకున్నట్లు ప్రకటించారు. ఎన్నికలు ముగిసిన 100 రోజుల్లోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి రూ.840 కోట్ల నిధులు తీసుకొచ్చినట్లు వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ మరియు కేంద్ర మంత్రి కల్వర్తకు ధన్యవాదాలు తెలిపిన ఎంపీ, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కూడా సహకరించిందిని చెప్పారు.

సింగరేణిపై కాంగ్రెస్ అక్రమాలు మరొక బయటపెడతా

- ఈ స్థాంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సన్నిహితుడి పాత్ర ఉందని ఆరోపించారు.
- తహసీల్దారును వెంటనే డిస్మిస్ చేయాలని ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు.
- ముఖ్యమంత్రికి సన్నిహితుల నుంచి ఒత్తిడి ఉన్నందునే తహసీల్దారును బదిలీ చేసి కాపాడుతున్నారని ఆరోపించారు.
- కాంగ్రెస్ హఠాత్ - సింగరేణి బచావో.. బొగ్గు గని కార్మికుల నివాదం కావాలని హామీలను పిలుపునిచ్చారు.

హైదరాబాద్, మే 26: శంషాబాద్ సమీపంలోని 180 ఎకరాల ప్రభుత్వ భూమిని ప్రైవేట్ వ్యక్తులకు కట్టబెట్టడంపై బీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యే మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు విమర్శించారు. ఈ స్థాంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సన్నిహితుడి పాత్ర ఉందని ఆరోపించారు. ఈ వ్యవహారంపై సీట్, సీబీడీ విచారణ జరపాలని ప్రభుత్వాన్ని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం హైదరాబాద్లోని తెలంగాణ భవన్లో హరీష్ రావు మాట్లాడుతూ.. ప్రైవేట్ వ్యక్తి సదరు భూమి అప్పజెప్పి.. తప్ప చేసిన ఎమ్మెల్యేను బదిలీలో సరిపెట్టారన్నారు. ఈ వ్యవహారానికి సంబంధించి తహసీల్దారును వెంటనే డిస్మిస్ చేయాలని ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ఈ స్థానం వెనుక సీసీఎల్పి ఉన్నాడని కలెక్టర్ ఉన్నాడని అంటూ హరీష్ రావు సందేహం వ్యక్తం చేశారు. ఈ భూమి ప్రభుత్వానిదని ఆర్డీవో చెబుతున్నారని చెప్పారు. పై అధికారి చెప్పినా వినకుండా.. **మిగతా..2లో**

పంట అవశేషాలను కాల్చిద్దు

- పంట అవశేషాలను కాల్చడం వల్ల భూసారం దెబ్బతింటుందని మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు హెచ్చరించారు.
- పంట వ్యర్థాలను భూమిలో కలియదున్నాలని సూచించిన మంత్రి.. అవశేషాల దహనం చేస్తే కఠిన చర్యలు తప్పవని స్పష్టం చేశారు.

హైదరాబాద్: రైతులు పంట అవశేషాలను కాల్చకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని రాష్ట్ర వ్యవసాయ శాఖ మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు సూచించారు. పంట వ్యర్థాలను తగలబెట్టడం రైతుల భవిష్యత్తుకి ప్రమాదమని ఆయన హెచ్చరించారు. పంట అవశేషాలను కాల్చడం వల్ల భూసారం ఘాతీగా దెబ్బతింటుందని, **మిగతా..2లో**

జగన్ ది ముమ్మాటికీ గొడ్డలి పాట్లనే అన్న జనార్దన్ రెడ్డి

రాజారెడ్డికి ఉండే క్రూరత్వం జగన్ కు వచ్చిందని వ్యాఖ్య

జగన్ ఇంకా బెదిరించే స్వభావంతోనే మాట్లాడుతున్నారని మండిపాటు ఆంధ్రప్రదేశ్ రాజకీయాల్లో అధికార కూటమి, వైసీపీ మధ్య ఆరోపణల వర్షం మరింత వేడికొంది. వైసీపీ అధినేత జగన్ రాజకీయ శైలిపై మంత్రి బీసీ జనార్దన్ రెడ్డి తీవ్రస్థాయిలో విరుచుకుపడ్డారు. జగన్ ది ముమ్మాటికీ గొడ్డలి పాట్లనే అంటూ సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. గత ఐదేళ్ల జగన్ పాలనలో రాష్ట్రంలోని గ్రామాల్లో ఎన్ని రాజకీయ హత్యలు జరిగాయో తమ వద్ద పూర్తి వివరాలు ఉన్నాయని, వాటన్నింటినీ అధికారంతో సహా నిరూపిస్తామని మంత్రి సవాల్ విసిరారు. జగన్ హయాంలో సాగిన అరాచకాలను, స్వాక్షేప ధోరణిని భరించలేకనే రాష్ట్ర ప్రజలు గత ఎన్నికల్లో వైసీపీ 151 సీట్ల నుంచి కేవలం 11 స్థానాలకు పరిమితం చేసి గద్దీ బుద్ధి చెప్పారని జనార్దన్ రెడ్డి గుర్తుచేశారు. **మిగతా..2లో**

తెలంగాణను రుతుపవనాలు తాకేది అప్పుడే!

ఈ ఏడాది తెలంగాణలో వానాకాలం అలస్యంగా ప్రారంభం కానుంది. భారత వాతావరణ శాఖ ఇచ్చిన తాజా అంచనాల ప్రకారం, నైరుతి రుతుపవనాలు జూన్ 5వ తేదీ తర్వాత రాష్ట్రంలోకి ప్రవేశించే అవకాశం ఉంది.

హైదరాబాద్ : పసిఫిక్ మహాసముద్రంలో ఏర్పడిన ఎల్నినో పరిస్థితులు ఇందుకు ప్రధాన కారణంగా చెబుతున్నారు. ఎల్నినో ప్రభావం వల్ల రుతుపవనాల కదలికల మందగంపు ముందుగా వచ్చిన అంచనాలలో మే నెల చివరి వారంలోనే రుతుపవనాలు దక్షిణ భారతదేశాన్ని తాకి, తెలంగాణను వర్షాలతో తడిపేస్తాయని వాతావరణ శాఖాధికారులు భావించారు. కానీ ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితులు ఆశించిన మేగాన్ని చూపడం లేదు. ఎల్నినో ప్రభావం వల్ల రుతుపవనాల కదలికలు మందగించాయి. దీంతో జూన్ 5 నుంచి 10వ తేదీ మధ్యలో **మిగతా..2లో**



స్వర్ణాంధ్ర విజన్-2047 లక్ష్యాలపై సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష.. వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలపై కీలక చర్చ

2

- ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు మంగళవారం అమరావతిలోని తన క్యాంప్ కార్యాలయంలో వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలపై ఉన్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు.
- 'స్వర్ణాంధ్ర విజన్ 2047'లో భాగంగా ప్రాథమిక రంగ అభివృద్ధికి సంబంధించిన ఆరు కీలక మిషన్లపై అధికారులతో విస్తృతంగా చర్చించారు.

అమరావతి, మే 26 : ఏపీ నారా చంద్రబాబు నాయుడు (AP CM Chandrababu Naidu) (మంగళవారం) అమరావతిలోని

మే 27, 28 తేదీల్లో... టీడీపీ సరికొత్త మహానాడుకు సర్వం సిద్ధం

- ఈసారి భౌతికంగా కాకుండా హైటెక్ పద్ధతిలో డిజిటల్ వేదికగా ఏర్పాటు
- మంగళగిరి కేంద్ర కార్యాలయం నుంచి 1,848 క్లస్టర్లకు అనుసంధానం
- 'స్రీశక్తి' ప్రధాన ఇతివృత్తంగా జరగనున్న ఈ ఏడాది మహానాడు
- ప్రధాని మోదీ పిలుపు మేరకు ఖర్చులు తగ్గించి, నిధులు పార్టీకి వినియోగం

అమరావతి : తెలుగుదేశం పార్టీ ప్రతి ఏటా ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహించే 'మహానాడు' కార్యక్రమం ఈసారి సరికొత్త రూపంలో జరగనుంది. దేశ రాజకీయాల్లోనే ఒక వినూత్న ప్రయోగానికి శ్రీకారం చుడుతూ, మే 27, 28 తేదీల్లో 'హైటెక్ మహానాడు' నిర్వహించనున్నట్లు పార్టీ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు పల్లె శ్రీనివాసరావు ప్రకటించారు. మంగళగిరిలోని వచ్చీఆర్ భవన్ కేంద్ర కార్యాలయం వేదికగా జరగనున్న ఈ కార్యక్రమాన్ని రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఏర్పాటు చేసిన 1,848 క్లస్టర్లకు డిజిటల్ సాంకేతికత ద్వారా అనుసంధానించి, లక్షలాది మంది కార్యకర్తలను భాగస్వాములను చేయనున్నారు. 'స్రీశక్తి'ని ప్రధాన ఇతివృత్తంగా తీసుకుని ఈ మహానాడు నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. **మిగతా..2లో**

మోదీపై శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ పుస్తకం.. ఢిల్లీలో ఆవిష్కరణకు హాజరైన మంత్రి లోకేశ్

2లో..

- కేంద్ర మంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ పుస్తకావిష్కరణ కార్యక్రమం
- ప్రధాని మోదీతో తన అనుభవాలపై 'అప్పావన్' పేరుతో రచన
- ఢిల్లీలో జరిగిన ఈ వేడుకకు హాజరైన ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్
- మాజీ ప్రధాని దేవేంద్ర, మాజీ ఉపప్రధాని వెంకయ్యనాయుడు చేతుల మీదుగా ఆవిష్కరణ
- కార్యక్రమంలో పలువురు జాతీయ నేతలను కలిగిన లోకేశ్

మొదటి పేజీ తరువాయి

తెలంగాణను రుతుపవనాలు తాకేది అప్పుడే!

రాష్ట్రంలోకి రుతుపవనాలు రావడం జరగవచ్చని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఈ ఏడాది రుతుపవనాల రాకలో జూన్ గత సంవత్సరం మే 24న కేరళ తీరాన్ని తాకిన రుతుపవనాలు మే 31 నాటికి తెలంగాణను చేరుకున్నాయి. అయితే ఈ ఏడాది అదే తరహాలో రుతుపవనాల ఎండ్రీ లేదు. రుతుపవనాల రాక ఆలస్యం కావడం వల్ల జూలై, ఆగస్టు, సెప్టెంబరు నెలల్లో వర్షపాతం కూడా ప్రభావితం కావచ్చని వాతావరణ నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఏడాది సాధారణం కంటే తక్కువ వర్షపాతం సమాధ్యే అవకాశాలు ఈ ఏడాది దేశవ్యాప్తంగా సాధారణం కంటే తక్కువ వర్షపాతం సమాధ్యే అవకాశాలు ఉన్నాయని ఎంఐఐ ఇప్పటికే ప్రకటించింది. రాష్ట్రంలో ఖరీదైన పంటల సాగు ఆధారపడి ఉండటం వల్ల వ్యవసాయ రంగం మీద తీవ్ర ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంది. రైతులు ఈ పరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకుని సాగు మొదలు పెట్టటం, నీటి నిర్వహణ వంటి అంశాల్లో జాగ్రత్త వహించాలని సూచించారు.

బక్రీద్ వేళ గొర్రెలు, మేకల అమ్మకందారులు తనూళ్ల జాగ్రత్త ఎల్సినో ప్రభావం జాగ్రత్తగా గమనిస్తున్న వాతావరణ శాఖ అధికారులు సాధారణంగా కేరళలో రుతుపవనాలు ప్రవేశించిన తర్వాత ఐదు రోజుల్లో రాయలసీమ, దక్షిణ తెలంగాణ ప్రాంతాల్లో వర్షాలు కురవడం మొదలవుతుంది. ఈ ఏడాది కూడా అదే తరహాలో జరిగే అవకాశం ఉంది. అయితే ఎల్సినో ప్రభావం కారణంగా ఆలస్యం అనివార్యమైంది. వాతావరణ శాఖ అధికారులు నిరంతరం పర్యవేక్షణ చేస్తున్నారు. రైతులు, సామాన్య ప్రజలు తాజా వాతావరణ గమనించి తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. రుతుపవనాలు ఆలస్యంగా వస్తే, తర్వాతి నెలల్లో మంచి వర్షాలు కురుస్తాయని రేడా అన్నది కాస్త ఆందోళన కలిగించే అంశం.

మోటిపై శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ పుస్తకం..

ఢిల్లీలో ఆవిష్కరణకు హాజరైన మంత్రి లోకేశ్

ఢిల్లీ : కేంద్ర వ్యవసాయ, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి శివరాజ్ సింగ్ చౌహాన్ రచించిన పుస్తకావిష్కరణ కార్యక్రమానికి ఆంధ్రప్రదేశ్ బీజేపీ, విద్యాశాఖ మంత్రి నారా లోకేశ్ హాజరయ్యారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోడీతో తనకున్న వ్యక్తిగత అనుబంధం, అనుభవాల గురించి వివరిస్తూ 'అపొకెట్: మై ఎక్స్ పీరియన్సెస్ విత్ నరేంద్ర మోడీ' పేరుతో ఈ పుస్తకాన్ని రాశారు. ఢిల్లీలోని ప్లాసాలో ఉన్న జాకర్ క్యాంపస్లో మంగళవారం ఈ కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ పుస్తకాన్ని మాజీ ప్రధాని పాల్.డి. దేవెగౌడ, మాజీ ఉపరాష్ట్రపతి ఎం. వెంకయ్యనాయుడు ముఖ్య అతిథులుగా హాజరై ఆవిష్కరించారు. ఈ వేడుకలో ఏపీ మంత్రి నారా లోకేశ్ పాల్గొని పలువురు జాతీయ స్థాయి నేతలను కలిశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి రేఖా గుప్తా, పలువురు కేంద్ర మంత్రులు, ఎంపీలు, బీజేపీ సీనియర్ నేతలు, సాహితీవేత్తలు హాజరయ్యారు. ప్రధాని మోడీ నాయకత్వ లక్షణాలు, ఆయన వ్యక్తిత్వం, ప్రజలతో మమేకమయ్యే తీరును ఈ పుస్తకం చక్కగా వివరిస్తుందని వక్రలు ప్రకటించారు. ఎన్డీపీ భాగస్వామ్య పక్షమైన డీడీపీ తరపున లోకేశ్ ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం ప్రాధాన్యత సంతకించుకుంది.

జగన్ బి ముమ్మాటికి గొడ్డలి పాల్గొనే అన్న జనార్ధన్ రెడ్డి

దేశంలో ప్రధానమంత్రికి కూడా లేని విధంగా తన చుట్టూ ఇసుప కంచెలు, అసాధారణమైన భారీ భద్రతను ఏర్పాటు చేసుకున్న జగన్... ఎంతటి తీవ్ర అభద్రతా భావంతో బతుకుతున్నారో అర్థం చేసుకోవచ్చని ఎద్దేవా చేశారు. నాటి వైఎస్ రాజశేఖర్ రెడ్డి కంటే క్రూర స్వభావాన్ని ఇప్పుడు జగన్ కు వచ్చాయని మంత్రి మయ్యబట్లారు. 11 నీటిపారుదల జగన్ ఇంకా బెదిరించే స్వభావంతోనే మాట్లాడుతున్నారని, రాష్ట్రానికి వచ్చే పరిశ్రమలను, పెట్టుబడిదారులను భయపెట్టేలా ఆయన ధోరణి ఉందని మండిపడ్డారు. దాదాపు 28 సంవత్సరాల క్రితం జరిగిన రాజారెడ్డి హత్య గురించి జగన్ ఇప్పుడు కొత్తగా మాట్లాడటాన్ని మంత్రి తప్పుపట్టారు. "గత ఐదేళ్లు మీరే అధికారంలో ఉన్నారు కదా... మరి మీ ప్రభుత్వంలో మీ కుటుంబంలో జరిగిన హత్యలపై ఎందుకు పూర్తిస్థాయి విచారణ జరిపించి నిజాలు తేలులేదు?" అని జగన్ను నిలదీశారు. ప్రస్తుత తెలుగుదేశం కూటమి ప్రభుత్వంలో రాష్ట్రం ఎంతో ప్రశాంతంగా సాగుతోందని, ప్రజల్లో శాంతిభద్రతలపై నమ్మకం పెరిగిందని స్పష్టం చేశారు. అలాగే, వాస్తవాలు రాస్తున్న పత్రికా ప్రతినిధులపై వైసీపీ క్రేజులు దారులకు తెగబడటం వల్ల మంత్రి డీసీ జనార్ధన్ రెడ్డి తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

స్వర్ణాంధ్ర విజన్-2047 లక్ష్యాలపై సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష..

వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలపై కీలక చర్చ

తన క్యాంప్ కార్యాలయంలో వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలపై ఉన్నత స్థాయి సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. 'స్వర్ణాంధ్ర విజన్ 2047'లో భాగంగా ప్రాథమిక రంగ అభివృద్ధికి సంబంధించిన ఆరు కీలక విషయాలపై అధికారులతో విస్తృతంగా చర్చించారు. ఈ సమావేశానికి మంత్రి కిలబాపు అప్పారాయుడు, సీఎస్ సాయిప్రసాద్, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు, కార్పొరేషన్ చైర్మన్లు హాజరయ్యారు. వ్యవసాయం, హాల్బీకల్లర్, ఆకాకల్లర్, మార్కెటింగ్, పశుసంపర్క శాఖల పనితీరు, భవిష్యత్తు కార్యాచరణపై సీఎం చంద్రబాబు చర్చించారు. ప్రస్తుతం ఎల్సినో ప్రభావంతో రాష్ట్రంలో సమాధ్యుతున్న వర్షపాతం పరిస్థితులు, సాగునీటి లభ్యత, రైతులకు విత్తనాల పంపిణీ, పంటల ప్రణాళిక వంటి అంశాలపై సీఎం ప్రత్యేక దృష్టి సారించారు. రైతులకు పాలెంతి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అదేవిధంగా వ్యవసాయ రంగంలో సాంకేతికత వినియోగం, ఉత్పాదకత పెంపు, మార్కెటింగ్ సౌకర్యాల విస్తరణ, ఎగుమతుల అవకాశాలపై కూడా సమావేశంలో చర్చించారు. రైతుల ఆదాయం పెంచే దిశగా ప్రభుత్వం సమగ్ర ప్రణాళికతో ముందుకు సాగుతోందని అధికారులు వెల్లడించారు. స్వర్ణాంధ్ర విజన్ 2047 లక్ష్యాలకు అనుగుణంగా వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలను బలోపేతం చేయడం ద్వారా గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను మరింత అభివృద్ధి చేయాలని సీఎం చంద్రబాబు సూచించారు.

కర్నూటక సీఎం మార్పుపై తేల్చేసిన కాంగ్రెస్

ఆయన్ను ఉపముఖ్యమంత్రి డిశ్ శివకుమార్ ను ఢిల్లీకి రావాలని అభిప్రాయం నుంచి అదేకాలు రావడంతో కర్నూటకలో సీఎం మార్పు తప్పదన్న ఉపాధిగానూ వెలుపడ్డాయి. పార్టీ అదేకాల వేరుకా ఇదే ఢిల్లీ వెళ్లిన ఇద్దరికీ అభిప్రాయం నేతలు పాకిచ్చారు. నిన్ను ఆమెరా కూడా ఏదీకీ చెప్పకుండా ఢిల్లీకి రావాలని కావడంతో తన పీఠానికి ముప్పు తప్పదన్న టెన్షన్ లో ఉన్న సీఎం సిద్ధరామయ్యతో పాటు ఈసారి కచ్చితంగా తనకే పగ్గాలు ఇచ్చేస్తారని భావించి హస్తాన వెళ్లిన డిశ్ శివకుమార్ ఇద్దరినీ ఇతర నేతలతో కలిపి కూర్చోబెట్టి అభిప్రాయం పెట్టాలని చర్చించారు. కర్నూటకలో త్వరలో జరగబోయే రాజ్యసభ ఎన్నికల్లో అభ్యర్థులు ఎంపికపై వీధిదొరికో మాట్లాడారు. అనంతరం ఇద్దరికీ తోచినట్లుగా వచ్చే ఎన్నికల పనిచేయాలని ఆదేశించారు. ఢిల్లీలో కర్నూటక సీఎం వీరం మార్పుపై గత 24 గంటల్లో వచ్చిన ఉపాధిగానూ అన్న టెన్షన్ అని తేలిపోయింది. మరోవైపు రాష్ట్రంలో కేటినీలే మార్పులపైనూ ఇతర చర్చ జరుగుతుందని భావించినా కేవలం రాజ్యసభ సీట్లకు అభ్యర్థులు ఎంపిక అయితే ఈ కేటినీ అభిప్రాయం పరిమితం చేసినట్లు సమాచారం.

సింగరేణిపై కాంగ్రెస్ అక్రమాలు

మరిన్ని బయటపడతా: హాలీష్ రావు

ఎవ్వరో మాత్రం ఇది ప్రైవేట్ భూమి అంటున్నారని హరీష్ రావు వివరించారు. ముఖ్యమంత్రికి సన్నిహితుల నుంచి ఒత్తిడి ఉన్నందున తహసీల్దారును బదిలీ చేసి కాపాడుతున్నారని ఆరోపించారు. సీఎం సన్నిహితుల ఒత్తిడితోనే.. ఎవ్వరోపై చర్యలు తీసుకోకుండా ఏసీబీ అధికారులు వెనక్కి వచ్చారని ఆరోపించారు. సింగరేణిలో రూ.16 వందల కోట్లు విలువైన బొగ్గు మాయమైందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. 40 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల బొగ్గు ఎక్కడో దివ్యాత్మి సీఎం భక్తి విక్రమార్కు స్పందించాలని డిమాండ్ చేశారు. బొగ్గు ఉందో? లేదో? పరిశీలన కోసం అఖిలవజ్రాన్ని తీసుకెళ్లాలని డిమాండ్ సీఎం ముఖ్య భద్రాధికారులకు చెప్పారు. కాంగ్రెస్ హయాంలో సింగరేణి ప్యాంటులకు గనీలా మారందని అభిప్రాయించారు. వైసీ బ్లాక్ బొగ్గు గనుల బెండర్.. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ అవినీతిని బయట పెట్టించినారని, త్వరలో సింగరేణిపై కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ అక్రమాలు మరిన్ని బయటపడతాయని హరీష్ రావు స్పష్టం చేశారు. అలాగే రైతుల వద్ద ధాన్యం కొనుగోలు చేయాలని ప్రభుత్వాన్ని ప్రార్థించిన అల్లసీని డైవర్ ఆశోక్ కె పై సీఎం సన్నిహితుల మెలనే వెనక్కి తీసుకోవాలని ప్రభుత్వానికి ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు. రెవెన్యూ శాఖలో వేల కోట్ల రూపాయలు అవినీతి జరుగుతోందంటూ ఈ సందర్భంగా హరీష్ రావు తీవ్ర ఆరోపణలు గుప్పించారు.

సైన్యంలో చేరితే రూ.1.33 కోట్ల రుణం నుంచి విముక్తి కల్పిస్తాం

సైన్యంలో చేరితే రూ.1.33 కోట్ల రుణం నుంచి విముక్తి కల్పిస్తామని రష్యా అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ పుతిన్ ప్రకటించారు. అతి దీనివేగమైన ఉక్రెయిన్తో గత నాలుగేళ్లుగా రష్యా యుద్ధం కొనసాగిస్తోంది. ఈ యుద్ధంలో రష్యా అనేక మంది సైన్యాన్ని కోల్పోయింది. దీంతో సైన్యంలో కొత్తగా యువతను చేర్చుకునే అంశంపై దృష్టిసారించారు. దీంతో సైన్యంలో చేరేవారికి అనేక రకాలైన ప్రోత్సాహాలను కల్పిస్తోంది. ఇందులోభాగంగా, సైన్యంలో చేరే యువత కుటుంబాలకు ఉండే రూ.కోటి 10 మిలియన్ రూబల్స్ (సుమారు రూ. 1.33కోట్లు) వస్తుంది. రుణం నుంచి విముక్తి కలిగిస్తామని ప్రకటించారు. ఇందుకు సంబంధించిన నిర్ణయంపై అధ్యక్షుడు పుతిన్ సంతకం చేసినట్లు క్రిమియా వర్షాలు వెల్లడించాయి. అయితే, మే 1వ తేదీకి ముందు రుణాలు ఉన్న వారికి మాత్రమే వర్తిస్తుందని సమాచారం, కొత్తగా సైన్యంలో చేరాలనేవే వారు కనీసం ఏడాది పాటు కొనసాగుతారని హామీ ఇవ్వాలి ఉంటుందని తాజా అవధినివే వేర్పాటు. రష్యా - ఉక్రెయిన్ మధ్య సీఎండ్లకారంగా జరుగుతోన్న యుద్ధానికి ముగింపు పలికేందుకు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ నేతృత్వంలో ఇటీవల కొన్ని ప్రయత్నాలు జరిగాయి. ఇరువర్గాలతో కలిపి శాంతి చర్యలు జరిపినప్పటికీ.. అవి మధ్యలోనే నిలిచిపోయాయి. ఈ తరుణంలో తన బలగాలను పెంచుకునేందుకు క్రిమియా అనేక చర్యలు చేపడుతోంది. యుద్ధంలో పాల్గొనేవారికి భారీ మొత్తంలో నగదు చెల్లింపులు,

మే 27, 28 తేదీల్లో... టీడీపీ సరికొత్త మహానాడుకు సర్వం సిద్ధం

మొదటి పేజీ తరువాయి

ప్రధాని పిలుపుతో ప్రణాళికలో మార్పు వాస్తవానికి ఈ ఏడాది మహానాడును నెలవారూ మూడు రోజుల పాటు ఘనంగా నిర్వహించాలని డి.డి.పీ మొదట ప్రణాళిక రచించింది. అయితే, పశ్చిమాసియాలో యుద్ధ పరిస్థితులు నేపథ్యంలో దేశ పౌరులు ఖర్చులు తగ్గించుకోవాలని ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ ఇచ్చిన పిలుపును స్ఫూర్తిగా తీసుకున్నట్లు వల్ల తీసుకుని రావు వివరించారు. దేశ యోగక్షేమాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని, భారీ ఖర్చుతో కూడిన భౌతిక కార్యక్రమాన్ని రద్దు చేసుకుని, హైటెక్ విధానంలో నిర్వహించాలని పార్టీ నిర్ణయించింది అయిన పేర్కొన్నారు. ఈ మార్పు ద్వారా ఆదాయం నిరులు పార్టీ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు వినియోగిస్తామని తెలిపారు. ఈ నిర్ణయం దేశం కోసం డి.డి.పీ వేస్తున్న డిజిటల్ అడుగులకు నిదర్శనమని ఆయన అభిప్రాయించారు.

లోకేశ్ మార్చి, డిజిటల్ విప్లవం ఈ హైటెక్ మహానాడు ఆలోచన వెనుక పార్టీ యువ నాయకుడు, హార్వర్డ్ యూనివర్సిటీ పూర్వ విద్యార్థి నారా లోకేశ్ ద్వారానికత ఉందని వల్ల తెలిపారు. ఆయన అనుభవం, సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో తెలుగుదేశం పార్టీని డిజిటల్ యుగంలోకి నడిపిస్తున్నారని

కొనియాడారు. సుమారు రెండు వేల క్షుద్ర ద్వారా లక్షలాది మంది కార్యకర్తలను ఏకకాలంలో అనుసంధానించడం ఒక ప్రాంతీయ పార్టీకి రికార్డు అని, ఇది దేశ చరిత్రలోనే ఒక విప్లవాత్మక ఘట్టంగా నిలిచిపోతుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. డి.డి.పీ నిర్వహించనున్న ఈ హైటెక్ మహానాడుపై ఇతర రాజకీయ పార్టీల్లోనూ తీవ్ర ఆసక్తి నెలకొందని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు.

హైటెక్ మహానాడు ఇలా..

మంగళగిరిలోని పార్టీ కేంద్ర కార్యాలయంలో చంద్రబాబు, నారా లోకేశ్ సహా ముఖ్య నేతలు పరిమిత సంఖ్యలో భౌతికంగా పాల్గొంటారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నియోజకవర్గాలు, మండల కేంద్రాల్లో ఏర్పాటు చేసిన 1,848 క్షుద్ర వద్ద భారీ ఎలక్షన్ స్టేషన్లు ఏర్పాటు చేసి, కేంద్ర కార్యాలయంలో జరిగే కార్యక్రమాన్ని ప్రత్యక్ష ప్రసారం చేస్తారు. ప్రతి క్షుద్ర నుంచి ఎంపిక చేసిన కార్యకర్తలు, నేతలు నేరుగా చంద్రబాబు, లోకేశ్ లతో మాట్లాడే అవకాశం కల్పిస్తారు. దీనివల్ల ప్రతి కార్యకర్త నేరుగా మహానాడులో పాల్గొన్న అనుభూతి పొందుతాడని పార్టీ భావిస్తోంది. గతంలో వేలాది మంది మాత్రమే పాల్గొనే అవకాశం ఉండగా, ఈసారి లక్షలాది మందికి మహానాడు చేరువ కానుంది. స్త్రీశక్తి, ఇతర అంశాలపై చర్చ

ఈ ఏడాది మహానాడులో 'స్త్రీశక్తి' ప్రధాన అంశంగా ఉండనుంది. మహిళా సంక్షేమం కోసం డి.డి.పీ గతంలో చేసిన కృషి, భవిష్యత్తులో చేపట్టబోయే కార్యక్రమాలపై విస్తృతంగా చర్చించనున్నారు. దీంతో పాటు 'కాకోటీ జనతాపార్టీ' వంటి రాజకీయ అంశాలు, ఆరోగ్యకరమైన సోషల్ మీడియా వినియోగాన్ని ప్రోత్సహించడం వంటి అంశాలపై కూడా చర్చలు, తీర్మానాలు ఉంటాయని వల్ల తీసుకుని రావు తెలిపారు.

సర్వం సిద్ధం.. కట్టుబట్టమైన ఏర్పాట్లు

ప్రతిరోజూ ఉదయం 10 గంటల నుంచి సాయంత్రం 6 గంటల వరకు మహానాడు కార్యక్రమాలు జరుగుతాయి. ప్రతి క్షుద్ర వద్ద ఎన్టీఆర్ విగ్రహానికి నివాళులు అర్పించి, 'మా తెలుగుతల్లికి మద్దెపూడంద' గీతాలాపనతో కార్యక్రమాలు ప్రారంభిస్తారు. సాంకేతిక సమస్యలు తలెత్తకుండా పరిష్కారం చర్యలు తీసుకున్నామని, గత 10 రోజులుగా తాను కేంద్ర కార్యాలయం నుంచే ఏర్పాట్లు పర్యవేక్షిస్తున్నానని వల్ల వివరించారు. కార్యకర్తలను ఎలాంటి అనాశ్చర్యం కలగకుండా అన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకున్నామని, తెలుగు జాతి గర్వంతో ఈ పనులు పంచుకుని విజయవంతం చేయాలని పార్టీ క్రేజులకు ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు.

కీలక ఖనిజాల సరఫరా గొలుసులను బలోపేతం చేయడానికి 20 బిలియన్ డాలర్లు సమీకరణ

మొదటి పేజీ తరువాయి

బిల్లియోన్ల క్యాష్ సమావేశం కాగా, ఢిల్లీలోని హైదరాబాద్ హోటల్ క్యాష్ విదేశాంగ మంత్రులు సమావేశం మంగళవారం జరిగింది. ఈ మీటింగ్ లో భారత్, ఆస్ట్రేలియా, ఇండోనేషియా, అమెరికాకు చెందిన విదేశాంగ మంత్రులు పాల్గొన్నారు. ఈ క్రమంలో ప్రపంచ ఇంధన పరివర్తన, ఉన్నత సాంకేతిక పరిశ్రమలకు కీలకమైన లిథియం, కోబాల్ట్, నికెల్, గ్రాఫైట్ వంటి అరుదైన ఖనిజాల లభ్యతకు సంబంధించి సరఫరా గొలుసులోని బలహీనతలు, పెరుగుతున్న ఘోగోళిక రాజకీయ పోటీపై ప్రపంచవ్యాప్తంగా అందోళనలు జరుగుతున్న నేపథ్యంలో క్యాష్ క్రిటికల్ మినరల్స్ ఇనిషియేటివ్ (ఫ్రీమ్వర్క్స్ నాలుగు దేశాలు విడుదల చేశాయి. ఈ ఫ్రీమ్వర్క్ కింద క్యాష్ భాగస్వాములు ఆర్థిక



విధాన సాధనాలు, పునాదికట్ట పెట్టబడుతున్నాయి సురక్షితమైన, వైవిధ్యమైన, న్యాయమైన ఖనిజ మార్కెట్ల అభివృద్ధికి మద్దతు ఇవ్వాలని భావిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ మద్దతుల ఆర్థిక యంత్రాంగాలు, ప్రైవేట్ రంగం భాగస్వామ్యం ద్వారా 20 బిలియన్ డాలర్ల వరకు సమీకరించాలనే ప్రతిపాదన ఈ చొరవలో ఒక ప్రధానాంశంగా ఉంది.

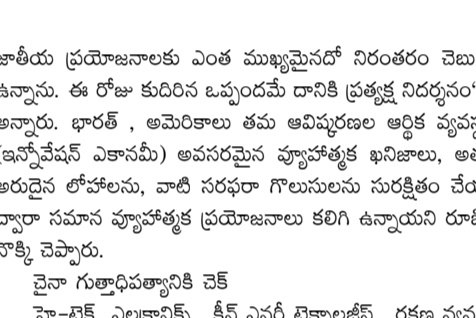
రుణ సాయం, హామీలు, బీమా, ఈక్విటీ భాగస్వామ్యం, పునాదికట్ట ప్రాజెక్టుల కోసం వాణిజ్య ఆస్ఫెక్ట్ ఏర్పాట్లు ఉండవచ్చని ఫ్రీమ్వర్క్ తెలియజేస్తోంది. క్యాష్ దేశాలు 'క్యాష్ సెక్యూర్' ఉన్న ప్రాజెక్టులను గుర్తించి, వాటికి మద్దతు ఇవ్వాలని కూడా యోచిస్తున్నాయి. ఈ చొరవ ప్రపంచ కీలక ఖనిజ సరఫరా గొలుసులలో అధిక కేంద్రీకరణను తగ్గించడంలో పాటు, ఇండో-పసిఫిక్ ప్రాంతమంతటా పారిశ్రామిక స్థితిస్థాపకతను బలోపేతం చేయడాన్ని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఈ ఫ్రీమ్వర్క్ నియంత్రణ సమస్యలను, జాతీయ భద్రతా రక్షణ చర్యలకు కూడా అధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తుంది. ఈ ఫ్రీమ్వర్క్ అనుమతులు, లైసెన్సింగ్ వ్యవస్థలను మెరుగుపరచడం, నియంత్రణ ప్రక్రియలను క్రమబద్ధీకరించడం, జియోగ్రాఫికల్ మ్యాపింగ్, వనరుల అంచనాలో సాంకేతిక సైబెర్నెట్టింగ్ వంటివి చేపడడం వంటి విషయాలలో తాము సహకరించుకుంటామని క్యాష్ సభ్యదేశాలు తెలిపాయి.

భారత్ , అమెరికా మధ్య ల్యాండ్ మార్క్ డీల్ - కీలక ఖనిజాలు,

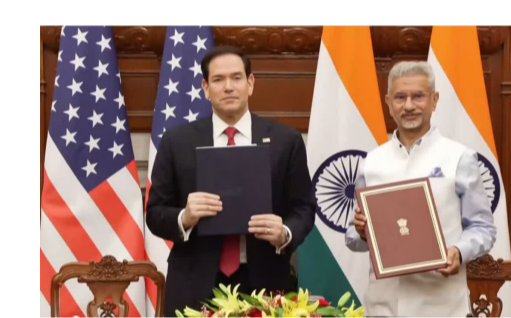
అరుదైన లోహాల సరఫరాపై ఒప్పందం ఖరారు

మొదటి పేజీ తరువాయి

అంతర్జాతీయ హైసానింగ్ (అర్థిక సాయం), పునాదికట్ట ఖనిజాలు, అత్యంత అరుదైన లోహాల విషయంలో పరస్పరం సహకరించుకోవడానికి మాకు సహాయపడుతుంది" అని జైతకర్ పేర్కొన్నారు. దిల్లీ-వాషింగ్టన్ మధ్య క్రమంగా బలపడుతున్న భాగస్వామ్యానికి ఈ ఒప్పందమే ఒక నిదర్శనమని జైతకర్ అన్నారు. "ప్రస్తుత ప్రపంచంలో ఎన్నో సవాళ్లు, మరిన్ని అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఇలాంటి తరుణంగా మన మధ్య సహకారం ఎంత బలంగా ఉందో చాటిచెప్పడానికి ఇదొక సుస్పష్టమైన సందేశం" అని పేర్కొన్నారు. ఇరుదేశాలకు లాభమే!



హైసానింగ్ అలెక్సాండర్, క్లిన్ ఎన్టీ వికెలెజ్, రక్షణ వ్యవస్థలు, ఈవీ తయారీలో ఈ పునాదికట్ట ఖనిజాలు, అరుదైన లోహాలు అత్యంత కీలకంగా ఉన్నాయి. ప్రస్తుతం హైసానింగ్ ప్రాసినింగ్ మార్కెట్ ఏకకారాధిపత్యం చెలాయిస్తోంది. అందుకే హైసానింగ్ అధికారపదాన్ని తగ్గించుకోవడానికి, సప్లై చైన్ లను వైవిధ్యపరచడానికి అంతర్జాతీయంగా జరుగుతున్న ప్రయత్నాల్లో భాగంగానే ఈ చారిత్రాత్మక డీల్ ను భారత్ -అమెరికా కుదుర్చుకున్నాయి. అది చట్టబద్ధం మరోవైపు, హార్వాజ్ జలసంధి గుండా వెళ్లే నౌకలపై ఇరాన్



సుంకాలు విధించేందుకు సిద్ధపడడంపై రూపొందించిన ఒప్పందం. ఎలాంటి అంక్షలు లేని స్వేచ్ఛా నౌకాయానాన్ని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. "హార్వాజ్ జలసంధి అనేది ఎలాంటి సుంకాలు లేకుండా ఉండేలా తెలిపి ఉంటుంది. ప్రపంచంలో ఒక్క ఇరాన్ మినహా మరో దేశం కూడా ఈ బోయింగ్ విధానాన్ని అంగీకరించడం లేదు. ప్రస్తుతం హార్వాజ్ జలసంధి వద్ద జరుగుతున్న చట్టబద్ధం, నిబంధనలకు విరుద్ధం. అది ఏమాత్రం ఆమోదయోగ్యం కాదు" అని రూపొందించిన ఒప్పందం వ్యక్తం చేశారు.

100 రోజుల్లోపే రూ.840 కోట్లు నిధులు.. మాట తప్పలేదన్న బండి సంజయ్

మొదటి పేజీ తరువాయి

మొదటి పట్టుదలతో కేంద్ర పెద్దలను ఒప్పించా: బండి సంజయ్ జిల్లా కలెక్టర్, మున్సిపల్ కమిషనర్ పాటు సంబంధిత అధికారులు కష్టపడి ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసి వెంటనే పంపించడం వల్ల ఫలితాలు వేగంగా వచ్చాయని అభినందించారు. ప్రతిపాదనలు బంపిన 48 గంటల్లోనే ఢిల్లీలో మీటింగ్ ఏర్పాటు చేసి, కేంద్ర ఖర్చుని కరీంనగర్ కు వంపేలా చేశామని చెప్పారు . కొందరు అధికారులు యూసీఎఫ్ (ఐటిఐఐఐ జియోగ్రాఫికల్ అప్రెన్ షిప్ అండ్ జాబ్ ట్రైనింగ్ కరీంనగర్ కు వంపేలా చేశామని చెప్పారు. తన మొదటి పట్టుదలతో కేంద్ర పెద్దలను ఒప్పించి జాబ్ ట్రైనింగ్ చేర్చించినట్లు అంటున్నారు.



రూ.80 కోట్లు విడుదలైనట్లు తెలిపారు. గతంలో స్టాల్ నీటి కింద రూ.900 కోట్లు, అప్పట్లో 1, 2 కింద రూ.277కోట్లు తీసుకొన్న అభివృద్ధి పనులు చేపట్టినట్లు గుర్తు చేశారు. ఈసారి యూసీఎఫ్ నిధులతో కరీంనగర్ కార్పొరేషన్ రూపొందించిన మార్కెటింగ్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. త్వరలో పనులు మొదలు అవుతాయన్న బండి సంజయ్

శివారు ప్రాంతాల అభివృద్ధి, పార్కింగ్ సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం, అన్ని డివిజన్లలో మోకలి సదుపాయాల మెరుగుదల వంటి పనులు త్వరగా చేపడతామని చెప్పారు. రూ.50 కోట్ల అర్బన్ రెవెన్యూ ఫండ్ తో రోడ్లను సుందీ పనులు ప్రారంభం కానున్నాయి. మరో రూ.50 కోట్ల విడుదల కోసం ప్రతిపాదనలు పంపినట్లు తెలిపారు.

తెలంగాణను రుతుపవనాలు తాకేది అప్పుడే! తెలంగాణ వరకే రాజకీయాలు, ఎన్నికల తర్వాత అభివృద్ధి లక్ష్యం తన ఏదేళ్ల ఎంపీ పదవీ కాలంలో రూ.20 వేల కోట్లకు పైగా నిధులు తీసుకొన్నట్లు పేర్కొన్న బండి సంజయ్, శాతవాహన, ఎస్పారాల్ కాలేజీలకు హోదా, అంబేద్కర్ స్టేడియం, జమీనుకుల స్టేడియం, ఉపకే స్టేడియం వంటి అనేక కార్యక్రమాలు చేపట్టినట్లు గుర్తు చేశారు. ఎన్నికల వరకే రాజకీయాలు, ఎన్నికల తర్వాత అభివృద్ధి లక్ష్యంగా పని చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. కరీంనగర్ ను రాష్ట్రంలోనే మోడల్ కార్పొరేషన్ గా తీర్చిదిద్దామని, కేంద్ర పాఠశాలలలో ఛార్జ్ టెలియోషన్ ఏర్పాటుకు కృషి చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు.

పంటల అవశేషాలను కాలెక్టర్లు

మొదటి పేజీ తరువాయి

నేలలోని ఔషధకాలు తగ్గిపోవడంతో యూరియా, పురుగుసంధుల ప్రభావం కూడా తగ్గిపోతుందని మంత్రి తెలిపారు. అందువల్ల పంట అవశేషాలను కాలెక్టర్లు కూడా భూమిలో కలియదన్నామని రైతులకు సూచించారు.



రాష్ట్రంపై డిజిటీస్ చేస్తున్న వివరాలు అన్యాయమని మంత్రి వ్యాఖ్యానించారు. ఎల్సినో ప్రభావంతో సాధారణంగా పడే వర్షాలు తగ్గి అవకాశం ఉందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. అందువల్ల రైతులు పంటల ఎంపికలో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు. అయితే పాము

రైతులకు భరోసా ఇచ్చే పంటల మారతొందని మంత్రి తెలిపారు. అయితే పాము సాగుతో రైతులు స్థిరమైన ఆదాయం పొందే అవకాశం ఉందని చెప్పారు. రైతు సంక్షేమానికి ప్రభుత్వం పూర్తిగా కట్టుబడి ఉందని మంత్రి తుమ్మల స్పష్టం చేశారు.

పేదలను ముంచుతున్న బీజేపీ సర్కార్.

రాబందుల రాజ్యం మనకొద్దు'

ఇంధన ధరల పెంపుపై ఎద్దుల బండ్లతో కాంగ్రెస్ నిరసన.

డబుల్ ఇంజన్ సర్కారుకు చరమగీతం పాడాలి: ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి.



వనపర్తి బ్యారో మే 26 (వార్త నిర్ణయం)

'డబుల్ ఇంజన్ సర్కార్ అంటూ మొదటి భోగిలో మోడి, రెండో భోగిలో ఆదాని, అంబానీ లాంటి వారు ప్రయాణిస్తూ దేశాన్ని రాబందుల్లా పీక్కుతుంటున్నారు. ఈ డబుల్ ఇంజన్ సర్కారుకు చరమగీతం పాడాల్సి అవసరం ఉంది' అని వనపర్తి ఎమ్మెల్యే తూడి మేఘారెడ్డి మండిపడ్డారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ కమిటీ పిలుపుమేరకు మంగళవారం వనపర్తి జిల్లా కేంద్రంలో ఎమ్మెల్యే మేఘారెడ్డి, డీసీసీ అధ్యక్షుడు శివసీనారెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఎద్దుల బండ్లతో నిరసన ర్యాలీ నిర్వహించారు.

'పెంచిన రేట్లు వెంటనే తగ్గించాలి'

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ కేంద్రంలోని మోడి ప్రభుత్వం ఇంధనంపై పెంచిన రేట్లను వెంటనే తగ్గించాలని డిమాండ్ చేశారు. "గంటలు మోగిస్తే, చప్పుట్లు కొట్టినంత మాత్రాన నిరుపేదల సమస్యలు తీరవు. అధిక భారం లేకుండా చేయాల్సిన కేంద్ర ప్రభుత్వం ధరలు పెంచి ప్రజల నడ్డి విరుస్తోంది" అని విమర్శించారు.



'మోడి ఇంటి ముందు ధర్నా చేయండి'

"బీజేపీ నాయకులు వనపర్తిలో ధర్నాలు చేయడం సరికాదు. బాధ్యతగా వ్యవహరించి మోడి ఇంటి ముందు ధర్నాలు చేసి రాష్ట్రానికి మేలు చేస్తే బాగుంటుంది" అని సూచించారు. మాయమాటలు చెప్పే మోడి సర్కార్ ఇప్పటికే మూడు వర్షాలు పెట్రోల్, డీజిల్ పై రూ. 7.50 పెంచినది ఆరోపించారు. ఇంధన ధరలను వెంటనే తగ్గించకపోతే జిల్లా, మండల, గ్రామస్థాయిలో పెద్ద ఎత్తున నిరసన కార్యక్రమాలు చేపట్టి మెడలు వంచాల్సి వస్తుందని హెచ్చరించారు. డి.ఆర్.ఎస్, బీజేపీ పార్టీలు మంచి దోస్తాని మొయింజైన్ చేస్తున్నాయని, వారి కార్యకలాపాలు నిరసిస్తూ పోరాటం చేస్తామన్నారు.

అవసరమైతే ఢిల్లీ ముట్టడి.

దేశంలోని 19 రాష్ట్రాల్లో బీజేపీ ప్రభుత్వమే ఉంది. మరి ప్రజలకు కేంద్రం న్యాయం ఎందుకు చేయడం లేదు? వద్ద కొనుగోలుపై నీతులు చెప్పే నాయకులు, వద్ద రవాణా కష్టాలు పెంచడానికి డీజిల్, పెట్రోల్ ధరలు పెంచలేదా? అని ప్రశ్నించారు. ఎన్.సీ.బి గోదామలకు సంబంధించి చర్యలు చేపట్టకపోగా ఇలాంటి మాటలు సరికాదన్నారు. బీజేపీ నిరంకుశ పాలనను నిరసిస్తూ అవసరమైతే ఢిల్లీ వరకు వెళ్లి మోడి సర్కారును ముట్టడిస్తామని హెచ్చరించారు. తెలంగాణలో రేవంట్ రెడ్డి ఇంజన్ ప్రభుత్వాన్ని నడిపిస్తున్నారని, రానున్న రోజుల్లో కేంద్రంలోనూ రావోల్ గాంధీ మరో ఇంజన్ గా మారతారని, కాంగ్రెస్ పార్టీ బలోపేతానికి ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలని పిలుపునిచ్చారు.

కార్యక్రమంలో మార్కెట్ యార్డ్ చైర్మన్ శ్రీనివాస్ గౌడ్, మున్సిపల్ చైర్మన్ మాధవి రమేష్, జిల్లా యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు వాకిలి ఆదిత్య, మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు, మాజీ కౌన్సిలర్లు, నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, మహిళలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

ప్రతి ఎకరాకు సాగు నీరు అందించాలి

ఇరిగేషన్ పనులకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయండి

వనపర్తి ఎమ్మెల్యే మేఘారెడ్డి.

సీఎం పర్యటన నేపథ్యంలో వట్టెం వద్ద మంత్రి జూపల్లి సమీక్ష, పెట్టేరు చెరువు సామర్థ్యం 5 టీఎంసీలకు పెంపు, డి-5 కెనాల్ బలోపేతంపై దృష్టి.

వనపర్తి బ్యారో మే 26 (వార్త నిర్ణయం)

వనపర్తి జిల్లాలో ప్రతి ఎకరాకు సాగు నీరు, భవిష్యత్తులో తాగు నీటి ఇబ్బందులు రాకుండా ఉండేందుకు అవసరమైన ఇరిగేషన్ పనులకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని వనపర్తి శాసనసభ్యులు తూడి మేఘారెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. త్వరలో రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఉమ్మడి పాలమూరు జిల్లా సందర్శించి సాగు, తాగునీటి ప్రాజెక్టు పనుల పురోగతిపై సమీక్షించనున్న నేపథ్యంలో మంగళవారం నాగర్ కర్నూల్ జిల్లా వట్టెం రిజర్వాయర్ కార్యాలయంలో మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు అధ్యక్షతన పాలమూరు-రంగారెడ్డి, మహాత్మాగాంధీ లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్టు పనులపై సమీక్ష జరిగింది.

పెండింగ్ పనులపై ఎమ్మెల్యే ఫోకస్

సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే మేఘారెడ్డి మాట్లాడుతూ ఇటీవలే గణప సముద్రం భూసేకరణ, కొంకాలపల్లి, బొంకలపల్లి, బండ్రాయిపాకల గ్రామాల పునరావాస కేంద్రాలను పరిహారం చెల్లించామన్నారు. ప్యాకేజీ 27 కింద ఇంకా మిగిలి ఉన్న 68.12 ఎకరాల భూసేకరణ త్వరగా పూర్తి చేయాలని సూచించారు. కల్వకుర్తి లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ ప్యాకేజీ 29 కింద డి-5ను మరింత బలోపేతం చేసి సామర్థ్యం పెంచేందుకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని ఆదేశించారు. బుద్ధారం స్టేజీ 1, 2 కింద డి-5, డి-8 కాలవలు వెదల్చు చేయడంతో పాటు సామర్థ్యం పెంచాలన్నారు.

పాడైన పైపుల మార్పిడి, కొత్త రిజర్వాయర్లు

ప్యాకేజీ 27 కాయపల్లి వద్ద పనులు పూర్తి చేయని కాంట్రాక్టర్లకు 60-సీ కింద నోటీసులు ఇచ్చి మరో కాంట్రాక్టర్ ద్వారా పనులు పూర్తి చేయించాలని సూచించారు. 14.6 కి.మీ మేర బుద్ధారం కుడికాలువ విస్తరించి సామర్థ్యం పెంచేందుకు ప్రతిపాదనలు సమర్పించాలన్నారు.



గట్టఖానాపూర్, బుద్ధారం-2, గొల్లపల్లి రిజర్వాయర్లు, తాడిపర్తి చెరువు అదనపు పనులు, ఘనపూర్ బ్రాండ్ కెనాల్, కర్నూల తాండా లిఫ్ట్, రంగం సముద్రం బ్యాలెన్సింగ్ రిజర్వాయర్ పనులకు ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలన్నారు. రాజేష్ భీమ లిఫ్ట్-2 ఏనుకుంట నుంచి రంగం సముద్రం వరకు మొయి కెనాల్ వెదల్చు పనుల మంజూరుకు చర్యలు తీసుకోవాలన్నారు. ప్యాకేజీ 19 వద్ద పాడైన పైపుల మార్పిడికి, పెట్టేరు చెరువు సామర్థ్యం 5 టీఎంసీలకు పెంచేందుకు అవసరమైన నిధుల ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేయాలని ఇరిగేషన్ అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సమీక్షలో నాగర్ కర్నూల్ ఎమ్మెల్యే రాజేష్ రెడ్డి, కల్వకుర్తి ఎమ్మెల్యే కసిరెడ్డి నారాయణ రెడ్డి, వనపర్తి కలెక్టర్ ఆదర్శ్ సురభి, నాగర్ కర్నూల్ కలెక్టర్ హేమంత్ కేశవ్ పాటిల్, ఎన్.కె.లు చంద్రశేఖర్, పార్లమెంటు, ఈశాఖ అమర్ సింగ్, రవీందర్, శ్రీనివాస్, వనపర్తి ఆర్డీఓ సుబ్రహ్మణ్యం, కొల్లూపూర్ ఆర్డీఓ బిన్సెలార్ పాల్గొన్నారు.

'రేవంట్ రెడ్డి కర్మోటక ముఖ్యమంత్రి'

గవర్నర్ తో భేటీ అయిన కవిత, విశారదన్ మహారాజ్..

బాధితులకు న్యాయం చేయాలని వినతి.

వెలుగుమట్ల, ట్రిపుల్ ఆర్, పరిగి బాధితులతో లోక్ భవన్ లో గవర్నర్ ను కలిసిన టీఆర్ఎస్ చీఫ్.

'రిపోర్ట్ తెప్పించి న్యాయం చేస్తాం' అని హామీ ఇచ్చిన గవర్నర్ శివప్రతాప్ శుక్లా

హైదరాబాద్ మే 26 (వార్త నిర్ణయం)

రేవంట్ రెడ్డి కర్మోటక ముఖ్యమంత్రి అని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం దుర్మార్గపు ప్రభుత్వమని తెలంగాణ రక్షణ సేన (టీఆర్ఎస్) చీఫ్ కల్వకుర్తి కవిత మండిపడ్డారు. ఆడబిడ్డల ఇళ్లను కూల్చుతూ వారికి మనశ్శాంతి లేకుండా చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మంగళవారం ధర్మ సమాజ్ పార్టీ అధ్యక్షుడు విశారదన్ మహారాజ్, వెలుగుమట్ల ఇళ్ల కూల్చివేత బాధితులు, ట్రిపుల్ ఆర్ నిర్వాసితులు, పరిగి మండలం కడ్డాపూర్ ఇండస్ట్రియల్ పార్క్ బాధితులతో కలిసి లోక్ భవన్ లో గవర్నర్ శివప్రతాప్ శుక్లాను కవిత కలిశారు. బాధితుల గోడ విస్ఫోటన కవిత వెలుగుమట్లలో ఇళ్ల కూల్చివేత, ట్రిపుల్ ఆర్ అల్లెనెమ్లెట్ మార్పు, రాయగిరిలో భూసేకరణ, కడ్డాపూర్లో ఇండస్ట్రియల్ పార్క్ పేరుతో భూసేకరణ ప్రయత్నాలను గవర్నర్ కు వివరించారు. బాధితులకు న్యాయం చేయాలని వినతివ్రతం అందజేశారు.

అంతరం మీడియాతో కవిత మాట్లాడుతూ.. "మా పోరాటం కారణంగా వెలుగుమట్లలో బాధితులకు అదే చోట ల్యాండ్ ఇచ్చేందుకు ప్రభుత్వం అంగీకరించింది. పరిగి, ట్రిపుల్ ఆర్ భూసేకరణ పనులను ఆపేసింది. ఇవన్నీ ప్యాకేజీ విజయాలే. పూర్తి స్థాయి న్యాయం కోసం కేంద్రం జోక్యం అవసరం" అని అన్నారు. 'వంద రూపాయల వీర ఇచ్చి కోటీశ్వరులను చేశామంటున్నారు'

"వంద రూపాయల వీర ఇచ్చి ఆడవాళ్లను కోటీశ్వరులు చేస్తున్నామంటూ ఈ కర్మోటక ముఖ్యమంత్రి అబద్ధాలు చెబుతున్నారు. నవ్వ అనే ఆడబిడ్డ ఇళ్లను కూలగొట్టి మనశ్శాంతి లేకుండా చేశారు. వెలుగుమట్లలో ఇళ్ల కూల్చుతుంటే ఓ మహిళకు గర్భస్రావం అయింది" అని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.



ట్రిపుల్ ఆర్ కు సంబంధించి నాలుగు సార్లు అల్లెనెమ్లెట్ మార్పుని విషయం గవర్నర్ దృష్టికి తీసుకెళ్లే ఆయన ఆశ్చర్యపోయారని తెలిపారు. కిషన్ రెడ్డి ఇచ్చిన లెటర్ ను కూడా చూపించామన్నారు.

'రిపోర్ట్ తెప్పించి న్యాయం చేస్తాం'

గవర్నర్ సానుకూలంగా స్పందించి ప్రభుత్వం నుంచి రిపోర్ట్ తెప్పించుకొని న్యాయం చేసే ప్రయత్నం చేస్తానని హామీ ఇచ్చారని కవిత వెల్లడించారు. "ప్రభుత్వానికి కూడా కొంత సమయం ఇస్తాం. అప్పటికే న్యాయం చేయకపోతే మళ్లీ పోరాటబాట పడతాం" అని హెచ్చరించారు. "కల్లాల్ రైతుల ధాన్యం అలాగే ఉంది. సీఎం విమానంలో ఢిల్లీకి వెళ్తూ ప్లెట్ నుంచి చూస్తే ఏమీ కనబడటం లేదేమో? వెంటనే రైతుల ధాన్యం కొనుగోలు చేయాలి" అని డిమాండ్ చేశారు.

ఈ భేటీలో డి.ఆర్.ఎస్, ధర్మ సమాజ్ పార్టీ నేతలు, బాధితుల ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

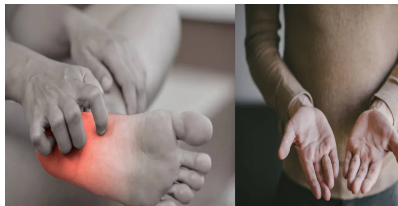
ప్రతిరోజూ 15 నిమిషాలు కేటాయిస్తే బత్తిడిని సులభంగా ఎదుర్కోవచ్చని తెలుసా?



ఈ రోజుల్లో ఒత్తిడి లేని సగటు మనిషి లేదంటే అతిశయోక్తి కాదు. సాంకేతికత, మారిన జీవనశైలి.. ఇలా ఒత్తిడికి ఎన్నో కారణాలు ఉన్నాయి. ఉద్యోగం, కుటుంబం, ఆరోగ్య సమస్యలు, సోషల్ మీడియా.. అన్నీ కలిసి ఒత్తిడిని పెంచేస్తూ శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నాయి. తలనొప్పి, ఆందోళన.. ఈ రోజుల్లో ఒత్తిడి లేని సగటు మనిషి లేదంటే అతిశయోక్తి కాదు. సాంకేతికత, మారిన జీవనశైలి.. ఇలా ఒత్తిడికి ఎన్నో కారణాలు ఉన్నాయి. ఉద్యోగం, కుటుంబం, ఆరోగ్య సమస్యలు, సోషల్ మీడియా.. అన్నీ కలిసి ఒత్తిడిని పెంచేస్తూ శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తున్నాయి. తలనొప్పి, ఆందోళన, నిద్ర లేకపోవడం 90% ఇవన్నీ నిదారణమే అవుతున్నాయి. కానీ వీటిని ఎదుర్కోవే ముఖ్యమైన మార్గం ఏంటంటే? యోగా! ముఖ్యంగా ప్రాణాయామం (శ్వాస వ్యాయామం). రోజుకి ఒక్క గంట కాలేదు, ఒత్తిడిగా ఉన్నప్పుడు 10-15 నిమిషాలు చేసినా మంచి ఫలితం ఉంటుంది. మనసు కూర్చోగా, శరీరం ఫ్రెష్ గా ఉంటాయి. ఏ ఆసనాలు ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయో తెలుసుకుందాం.. వ్యాయాసనయోగా మొదలు పెట్టేందుకు మొదటి ఆసనం ఇది. మామూలుగా కూర్చునే స్థితి. మార్చింగ్ టైంలో ఫ్రెష్ ఎయిర్ ఉన్న ప్లేస్ లో కూర్చోండి. కాళ్ళు క్రాస్ లెగ్ గా పెట్టుకోండి. నీలూరుగా కూర్చుని చేతులు మోకాళ్ళ మీద పెట్టుకోవాలి. కళ్ళు మూసుకుని ప్రాణాయామం చేయాలి. ఇది మనసుకి ప్రశాంతత ఇస్తుంది. శ్వాస తప్ప మరేమీ ఆలోచించకుండా చేస్తుంది. డ్రైస్ వచ్చినప్పుడు ఈ పోజీలో కూర్చొని డీప్ బ్రీత్ తీసుకుంటే మనసు తేలికపడుతుంది.

మార్నింగ్ లేవగానే చేతులు, కాళ్ళల్లో తిమ్మిర్లు వస్తున్నాయా? కారణాలు ఇవే!

%ఎమ్మల్టీప్ల జుతీవ%: మధ్యం సేవించడం వల్ల అతిగా మధ్యం సేవించడం వల్ల కూడా సరాలు, కణజాలం దెబ్బతింటుంది. ఇందులోని విటమిన్ బి12, ఫోలేట్ వంటి ముఖ్యమైన పోషకాలు తగ్గిపోతాయి. ఇది సరాల మీద చాలా చెడు ప్రభావం చూపుతుంది. దీని వల్ల పాదాలు.. శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి రకరకాల ప్రయత్నాలు చేయాల్సి ఉంటుంది. ఆరోగ్యంగా తినడం, సమయానికి వ్యాయామం చేయడం వంటివి. కానీ కొన్నిసార్లు అలాంటి కొన్ని లక్షణాలు శరీరంలో కనిపించడం ప్రారంభమవుతుంది. అసలు కారణం అర్థం చేసుకోవడం కష్టంగా అనిపిస్తుంది. ఈ సమస్యలో ఒకటి చేతులు, కాళ్ళలో జలదరింపు. తరచుగా ఈ సమస్య నిరంతరం కూర్చోవడం లేదా నిలబడి ఉండటం, శరీరంలోని ఏదైనా భాగంపై ఎక్కువసేపు బరువు పెట్టడం వల్ల సంభవిస్తుంది. కానీ మీరు దీన్ని చేరుకోవోకే, ఇప్పటికే ఈ సమస్య సంభవిస్తుంది. అప్పుడు మీరు దానికి కారణాన్ని తెలుసుకోవాలి. చేతులు, కాళ్ళలో జలదరింపుకు కారణమేమిటి? చేతులు, కాళ్ళలో జలదరింపుకు అనేక కారణాలు ఉండవచ్చు. విటమిన్ లోపం వల్ల కూడా ఈ సమస్య రావచ్చు. సరాలు ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే కొన్ని విటమిన్లు అవసరం. విటమిన్ %డి%12, విటమిన్ %డి%6, విటమిన్ %డి%1, విటమిన్ %బి%, విటమిన్ %డి%9 లేదా ఫోలేట్ వంటివి. విటమిన్ %డి%12 కణజాల శక్తిని ఉత్పత్తి చేయడానికి అవసరమైన మూలంగా పరిగణించబడుతుంది. శరీరంలో ఏదైనా విటమిన్ లోపం ఉంటే ఈ సమస్య రావచ్చు. ఇది కూడా చదవండి: %ఎమ్మల్బి% అజియా%: మీ ఇంటి ప్రవేశ ద్వారం వద్ద ఈ పనులు అన్నింటా చేయకూడదు.. వాస్తవి నిపుణుల హెచ్చరికను మేము ముఖ్యమైన వల్ల కాళ్ళు, కాళ్ళలో, కొన్నిసార్లు చేతులు, చేతుల్లో జలదరింపు ఉంటుంది. రక్తంలో చక్కెర అధిక మొత్తంలో సరాల నష్టం కలిగిస్తుంది. ఈ సమస్య వల్ల శరీరంలోని సరాలకు సరఫరా చేసే రక్తనాళాలు కూడా దెబ్బతింటాయి. సరాలకు తగినంత ఆక్సిజన్ లభించనప్పుడు. అవి సరిగ్గా పనిచేయవు. చుట్టూపక్కల కణజాలాల నుండి సరాలపై ఎక్కువ ఒత్తిడి ఉన్నప్పుడు, సరాల ఎండిపోవడం జరగవచ్చు. శరీరంలోని అనేక భాగాలలోని సరాలు కుదించబడి చేతులు లేదా పాదాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. దీనివల్ల జలదరింపు, తిమ్మిర్ లేదా నొప్పి వస్తుంది. కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ కిడ్నీలు శరీరానికి అనుగుణంగా సరిగా పనిచేయనప్పుడు కిడ్నీ ఫెయిల్యూర్ వస్తుంది. అధిక రక్తపోటు, మధుమేహం వంటి సమస్యలు మూత్రపిండాల వైఫల్యానికి కారణమవుతాయి. మూత్రపిండాల సరిగా పనిచేయనప్పుడు, ద్రవం, వ్యర్థ పదార్థాలు శరీరంలో పేరుకుపోతాయి. దీని వలన సరాల దెబ్బతింటుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో చేతులు, కాళ్ళలో జలదరింపు సమస్య వస్తుంది.



పోషకాల గని బెల్లం.. ఇలా తిన్నారంటే తక్షణ శక్తి, రెట్టింపు లాభాలు..



బెల్లం కాల్షియం, మెగ్నీషియం, విటమిన్ లో నిండిన సహజ స్వీటెనర్. ఇది శరీరానికి శక్తినిచ్చి, జీర్ణశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. రక్తపోటు, ఋతు సమస్యలు, మలబద్ధకం వంటి వాటికి సహాయపడుతుంది. సువ్వులు, పసుపు, నెయ్యి వంటి వాటితో కలిపి తీసుకుంటే రోగనిరోధక శక్తి, జుట్టు ఆరోగ్యం, ఎముకల బలం పెరుగుతాయి. అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలతో కూడిన బెల్లం మన పూర్వీకుల గొప్ప కానుక. బెల్లం ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. తియ్యటి బెల్లంలో కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం వంటి ఖనిజాలతో సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. వీటితో పాటు, ఇందులో విటమిన్ బి-కాంప్లెక్స్, సి, డి2, ఇ పుష్కలంగా ఉంటాయి. కాల్షియం, మెగ్నీషియం, పొటాషియం, బి-కాంప్లెక్స్, విటమిన్ సి, డి2, ఇ లతో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. దీన్ని తరచుగా తినడం వల్ల శరీరానికి చాలా మేలు జరుగుతుంది. ఇవి శరీరానికి త్వరగా శక్తిని అందించడంలో సహాయపడతాయి. జీర్ణ సమస్యలు, మలబద్ధకం, ఋతు సౌఖ్యం, రక్తపోటుకు పూర్వీకులు దీనిని ఉపయోగించారు. బెల్లం రక్తపోటు సమస్యను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తపోటును నియంత్రించడంలో కూడా సహాయపడుతుంది. రెట్టింపు ప్రయోజనాల కోసం బెల్లంను కొన్ని పదార్థాలతో కలిపి తీసుకోవచ్చని నిపుణులు అంటున్నారు. సువ్వులు, బెల్లం కలిపి తీసుకోవడం వల్ల దగ్గు, జలుబు, జ్వరం సమస్యలు తగ్గతాయి. పప్పు ధాన్యాలతో కలిపి తినడం వల్ల శరీర శక్తి పెరుగుతుంది. ఆకలిని అదుపులో ఉంచుతుంది. పసుపుతో కలిపి తింటే రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. మెంతుల పొడితో కలిపి తీసుకుంటే, శరీరంలో జ్వరం, మంట తగ్గుతుంది. మెంతులతో కలిపి తింటే..