

సంపాదకీయం

నేతులు... నేల విడిచి సాములు!

ప్రజలు అత్యాకు పోయి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాన్ని తెచ్చుకొని జప్పుడు గోసపదుతున్నారు... అని తెలంగాణ మాటలు ముఖ్యమంత్రి కేసిఆర్ ఇప్పిల వ్యాఖ్యానించారు. రాష్ట్ర ప్రజలందరూ తన పాలనకోసం చూస్తున్నారని కూడా ఆయన వెచ్చుకొన్నారు. 'ఉటస్టు నెక్కడం ద్వారా ప్రజలకు దబ్బు పంచాను. అయినా నన్ను ఎందుకు కింటారు' అన్న అంద్రపదేశ్ మాట ముఖ్యమంత్రి జగన్మోహన్ నెర్దిని వెన్నికల ఘరీతిల అనంతరం తీర్మానం వ్యాఖ్యానించారు. 'ప్రజలకు ఏం తక్కులు చేశాను మరి 23 స్థిలు ఇష్టుడం ఏమిలి? కాపీఎంలను మేనేజ్ చేసి ఉంటారు' అని అంద్రపదేశ్ ప్రస్తుత ముఖ్యమంత్రి పంద్రాబు నాయాదు 2019లో ఓటమి అనంతరం వ్యాఖ్యానించారు. ఈ వ్యాఖ్యలను బట్టి అధికారంలో స్థుస్టుడు తాము ఏ తప్పు చేయలేదని, ప్రజలే తమను ఉండించి తప్పు చేశారని ప్రాంతియు పార్టీలకు నాయకత్వం విమ్మస్తున్న ఈ ముగ్గురు నాయకులు అభిప్రాయపద్ధతిలోంది. ఇది క్రీతంగా ఆత్మపుచ్ఛనే అపుతుంది. ప్రభుత్వాలు మార్యాదాయంతే అందుక కారణం ఉండకుడా ఉండదు. అధికారాలోకి వచ్చినవరు, ముఖ్యంగా ప్రాంతియ పార్టీల అందేతల తమ చుట్టూ ఇనుప తెలుసు ఏర్పాటు వ్యాఖ్యానించారు. ఎవరపరితోనే స్టోలు చేయించాని అంతా బాగుండని తమను తాము మొసాన చేసుకుంటంచారు. ఎన్నికల్ని ఉంటమికి కారణాలేమట్టు తెలుసుకొనే ప్రయత్నం ఎందుక చేయలు. కారణాలు తెలిసినా వాణించి అంగికరించాడని సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది.

'ప్రాప్తమ్మత్తు' తప్పించాలు... 2019లో చంద్రబాబు కింటించి ప్రాంత కేసిఆర్, జగన్మోహన్ నెర్దిని ఉంటమికాగిని స్పృష్టమైన కార్బోన్ ల్యాస్టర్. ఆ కార్బోన్ మయంలు ఒకటిని ఉండిన చంద్రబాబు నేలు విఫిని పాలు చేశారు. తన ప్రభుత్వానికి ప్రాప్తికంగా ఇరుగుతున్న ప్రాప్తమ్మత్తు లేదు. రాజకీయాన్ని విస్తరించి ఎన్నికల్ని మేనేజ్మెంటోలో ఫోరంగా విఫలమయ్యారు. ఈ విషయాలను తెలుగులే శాముకులు అప్పుల్లో బహిరంగానానే చేస్తారు. అయినా వాణించి అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. కేసిఆర్ విషయంలో కూడా ఉంటమికి కారణాలు స్పృష్టంగా ఉన్నాయి. అధికారం ముత్తు తలక్కి అయను ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను సైతం ప్రార్థకుండా వింతగాను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల వచ్చారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల వచ్చారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్ నెర్దిని విషయంలో కొచ్చారు. అంతగానీ అంగికరించాడని ఇష్టుల్లో కంప్రెండ్రులు సిర్డిపడకపోవడం వింతగానూ ఉంటుంది. బట్టి ప్రజలకు మార్యాదాయారు. ప్రజల్లో శ్రీ ప్రశ్నికటను ముఖులగ్గికున్న వెమ్మేలేను ప్రాప్తికి ప్రజల అయను నేలకే కొచ్చారు. అంతగానీ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన పోయిలు నచ్చి, అత్యాకు పోయి కేసిఆర్ను ఉంచించేదు. ఈ జం జగన్మోహన్

ರೆಚ್ಚಿಪ್ಪೆಯನ ಮಟ್ಟಿ ಮಾರ್ಫಿಯಾ

ವಿಲೇಕರಿಪ್ಪೆ ದಾಡಿ



రామగిరి, (పెద్దవల్లి జిల్లా) ఫిబ్రవరి 16 అక్కరం నూన్సీ మట్టి మాఫియా రెచ్చిపోయింది. అక్కమ మట్టి రవాణాను వెలుగులోకి తెచ్చి తెగబడింది. నానా దూరాష్టాలాడుతూ విలేకరిపై దాడికి దిగిన ఘటన ఆదివారి జరిగింది. వివరాల్లోకి వెళ్తే అక్కమంగా శెరువు మట్టి తరలిస్తున్నారన్న సమాచారాన్ని దినపత్రిక విలేఖి పోలు. మధుకర్ బేగంపేట గ్రామంలోనే పెద్దమ్మ తమి మట్టినీ తరలిస్తున్న వాహనాల సంబంధించిన సమాచారాన్ని సేకరించి, అధిక్యాలు వెయిగా, విషయం తెలుసుకున్న మట్టి మాఫియా కు చెందిన దిగబడినట్లు తెలిసింది. ప్రభుత్వ సెలవు దినమైన ఆదివారం రోజునీ, మట్టి మాఫియా మఱుచుకుని, యదేశ్వరు అక్కమ మట్టి తరలింపు జరుపుతున్నారనే నవ్వాపాతలను అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి అక్కమ రవాణా అరికట్టలని విధులు జరిగిన దాడితో, మట్టి మాఫియా ఏ స్థాయిలో తన పోకడను కొనసాగిస్తుండి. సంబంధిత అధికార యంత్రాంగం తన స్థాయిలో వని చేయకపోవడం వల్ల మాఫియా దాడులకు దిగే స్థాయిలో పాతుకపోయిందని పలువురు తమ అభిప్రాయాలు ఏది ఏమైనా విలేకరిపై దాడి చేసిన వ్యక్తిని చట్టపరంగా కలిసంగా శిక్షించాలాయి. వివిధ రాజకీయ పార్టీ నేతులు, ప్రతినిధులు, విద్యావంతులు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

బాల్య మిత్రునికి ఆర్థిక చేయుత

లక్ష్మీ ఇండిక్ వెల్లి ఆర్థిక సాయం అందించారు



గడ్డాల్ జిల్లా/అయిజ మండలం/ఫెబ్రవరి16/అక్షరం స్వాన్స్:
 -మండల పరిధిలోరాజోలి మండలము మాన్ దొడ్డి గ్రామానికి చెందిన లక్ష్మీ వయస్సి 32 సంవత్సరాలు గత నెల రోజుల నుండి పక్షవాతంతో బాధపడుతున్నాడు. లక్ష్మీ కు ఒక కొడుకు ఒక కూతురు సంతానం కలదు. అదివారం నా వాళ్ళ కుటుంబ సభ్యులను కలిసి ఆరోగ్య యోగ్క్షేమాల తెలుసుకొని 10%పై బ్యాచ్ తరఫున 21,500/- రూపాయలు తన యొక్క కుటుంబం అవసరాలకు మరియు మందులకు అందశేయడం జరిగింది. చాలా నిరుపేద కుటుంబం కూచీ పని చేసేకుని జీవనానికి సాగించేవాడు పక్షవాతం దరిచేసి నందున కుటుంబ పోషణ ఖారమైనది. అని వారు అన్నారు..

సుభాబుల్ జమాయల్

ధరను స్తోరకలించండి

అఖీలపక్కం డిమాండ్..



భమ్మం/ స్టాఫ్ రిపోర్టర్ ఫిబ్రవరి 16 (అక్షరంన్యాస్)

ఖమ్మం: సుభాబుల్ జమాయిల్ ధరల ను స్థిరకిరించాలని ఆఫీలపక్ష రైతు సంఘా ల నాయకుల డిమాండ్ చేశారు. అఫీలపక్ష రైతు సంఘాల సమావేశం ఆదివారం ఖమ్మం సిపిఐ కార్యాలయం లో జరిగింది. సమావేశంలో పాల్గొన్న రైతు సంఘాల నాయకులు మాటల్డుతూ రైతుల వద్దనుంచి సుభాబుల్ జమాయిల్ కొనుగోలు విషయం లో సిండికేట్ గా మారి రైతులను తీవ్రంగా నష్టపరస్తున్నారని ఇరోపించారు. అటవీ ప్రభుత్వం వద్దనుంచి టస్టు 17000 లక్ష కొనుగోలు చేస్తున్నారని ఇతర దేశాలనుంచి రు 18000 లక్ష దిగువుతి చేసుకుంటున్నారని రైతుల వద్దనుంచి కేవలం రు 10500లక్ష మాత్రమే కొనుగోలు చేస్తున్నారని తెలిపారు. ఆప్యుడు ఇంకో 300 తగ్గించారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు కంపనిలూ సిండికేట్ గా మారి దోహితికి పాల్గొన్నారని ఆరోపించారు ప్రభుత్వం సుభాబుల్ జమాయిల్ ధరల తగ్గింపు పై తగు చర్యలు తీసుకోవాలని రైతు సంఘాల నాయకులు కోరారు. ఇది పరిస్థితి కొనసాగితే ఆందోళన తప్పదిని కేచ్చరించారు. ఈ సమావేశం లో రైతు సంఘాల నాయకులు భాగం హేమంత రావు దొండపాటీ రమేష్ కొండపర్రి గోవిందరావు అడపా రామకోటయ్య సామినేసి హరిప్రసాద్ మలీదు నాగేశ్వరావు చావా కిరణ్ వేముల పల్లి సుధీర్ వట్టికొండ శ్రీను తదితరులు

ಅಮೆರಿಕಾ ಉತ್ತರಾಂತರ ಭಾರತ ಎಂತ ಸುಂಕಂ ವಿಧಿಸ್ತುಂದಿರ್ ಮೇಮ್ಯಾ ಅಂತೆ ವೆನ್ನೊಂ



ప్రెసిడెంట్ ట్రుంప్ ఎప్పుడూ మాగా (మేక్ అమెరికా గ్రేట్ ఎగ్జెన్) గురించి మాటల్లాడుతుంటారు. మేం మా దేశంలో 'వికసిత్ భారత్' లక్ష్యంతో పనిచేస్తున్నాం. దాన్ని.. 'మేక్ ఇందియా గ్రేట్ ఎగ్జెన్' అన్నామ్చు. రండూ (మాగాంమిగా) కలిస్తే.. అది సౌభాగ్యాన్నికి మెగా భాగస్థ్యం అవుతుంది.'మీ ఇద్దరిలో బాగా బేరసారాలు చేయగలిగేది ఎవరు?' అని విలేకరులు అడిగిన ప్రశ్నకు.. ఆ విషయంలో మోదినే తనకంటే చాలా మెరుగని, అయినకు అసలు పోటీయే లేదని ట్రుంప్ చెప్పారు. భారత ప్రధాని నరేంద్రమోదిని గొప్ప మిత్రుడిగా అభివర్ణించినా.. ఆట్టీయ ఆలింగనాలు, సుదీర్ఘ కరచాలనాలతో ఆహోన్నించినా.. సుంకాల విషయంలో మాత్రం తగ్గేదే తేగని అపోగికూ అగ్రహకూ దొంగార్ ట్రుంప్ నేతులూ మాటల్లాడారు. భేతీల్లో తాము తీసుకున్న పలు నిర్ణయాల గురించి వెల్లడిస్తూ సంయుక్త ప్రకటన చేశారు 2030 నాటికి ఇరు దేశాల మర్యాద 500 బిలియన్ డాలర్ల వాటిజ్యమే లక్ష్మిగంగా 'మిహస్తు ప్రకటించారు 500' 'యూఎస్-ఇండియా 123 పోర్టులు ఒఱు ఒప్పందం' అమలుకు కట్టుబడి ఉన్నామని ఇరువురు నేతులూ వెల్లడించారు అపోగికూ జండిగూలూ పుగు

నికి సంబంధించి 2025 . అంతర్జాతీయ అంతరిక్ష వ్యోమగామిని పంపడానికి ఆయని వెల్లడిం చారు. దేశాలూ సహకారాన్ని నిర్ణయించు కున్నట్టు సంబంధించి కీలకమైన, సంబంధించి కీలకమైన, లభై కలిసి పని చేసేలా.. యటిలైజింగ్ ప్రాప్తికి వ్యక్తమాన్ని ప్రకటించారు. భద్రత సహకారాన్ని యానికి వచ్చారు. భారతీ విధిస్తామంటూ సంయుక్త పండితులు కొడితే.. అదే అమెరికాలో అక్రమంగా గి తీసుకోవడానికి భారతీ కటదించారు. అమెరికాతో వాణిజ్య లోటు ఉండని.. మరికా నుంచి మరింతగా హర్షవేర్ను కొనుగోలు జమేరకు ప్రధాని మోది, మను.. దీనివల్ల భారతీకు, గ్రౌస్ సరఫరాదారుగా ఉం చేశారు. అమెరికాకు తృత్తులపై సుంకాలను వ్యవసాయ ఉత్పత్తులను ఉల తీసుకున్న చర్యలను రక్షణ భాగస్వామ్యాన్ని వాలని నిర్ణయించినట్టు కలిసికట్టగా మందుకెళ్లలన్నది తన కోరిక అని మరో ప్రశ్నకు సమాధానంగా చెప్పారు. భారతీ-మధ్యప్రాచ్యం-యూరోప ఆర్థిక కారిడార్ గురించి ప్రశ్నించగా.. చరిత్రలోనే అత్యంత గొప్ప వాణిజ్య మార్గాల్లో ఒకదాన్ని నిర్మించడానికి కలిసి పనిచేయాలని నిర్ణయించినట్టు తెలిపారు. ప్రటించు మరోసారి అమెరికా అధ్యక్షుడిగా శేత్రసాధంలో చూడడం ఆనందంగా ఉండని ప్రధాని నరేంద్ర మోది హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఆయనకు జాతీయ (అమెరికా) ప్రయోజనాలే ముఖ్యమని, ఆయనుంచి తాను నేర్చుకున్నది అదేనని కొనియాడారు. ప్రంపులాగానే తాను కూడా భారత దేశ ప్రయోజనాలనే అన్నింటికన్నా ముఖ్యంగా భావిస్తానని పేరొన్నారు. రక్షణ రంగానికి సంబంధించి రెండు దేశాలూ వచ్చే దశాక్షాలంపాటు పరస్పర సహకారంతో పనిచేస్తాయని.. ఇరు దేశాల మధ్య సహకార సంబంధాలు మరింత మెర్గైన ప్రపంచాన్ని నిర్మిస్తాయని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ట్రంప్ తెలివిడత పాలన సమయంతో పోలిస్తే ఇప్పుడు రెట్లింపు వేగంతో కలిసి పనిచేస్తామని పేరొన్నారు. 2030 నాటికి ఇరు దేశాల మధ్య ఛైపాట్టిక వాణిజ్యాన్ని రెట్లింపు చేయాలని.. అంటే 500 బిలియన్ డాలర్లకు చేర్చాలన్న ఉమ్మడి లక్ష్యాన్ని పెట్టుకున్నట్టు వెల్లడించారు. ఈపేరకు ఇరుదేశాలకూ ప్రయోజనకరంగా ఉండే ఒప్పందాన్ని రూపొందించేందుకు ఇరు దేశాల యంత్రాలగాలూ కృషి చేస్తాయని తెలిపారు. అమెరికాలో అక్రమంగా ఉంటున్న భారతీయులను వెనక్కి తీసుకోవడానికి అంగీకరిస్తున్నట్టు చెప్పారు. అయితే.. అలా అక్రమంగా ఉంటున్నవారంతా సాధారణ కుటుంబాలకు చెందినవారేనని, వారందరికీ ఎన్నో కలలు ఉంటాయని.. కొందరి మాటలు విని తప్పుదోషం అమెరికాకు వచ్చి ఉంటారని మోది వివరించారు. అలా మానవ అక్రమ రహణాకు పాల్పడే వ్యవస్థను పూర్తిగా నిరూపించాలని.. అందుకు ఇరు దేశాలూ కలిసి పనిచేయాలని అభిప్రాయపడ్డారు

సుచీర్లు కరవాలనం.. గాధ అలింగనంతో ఓవర్ ఆఫ్సులోకి తీసుకెళ్లారు. మోదీని గొప్ప స్నేహితుడిగా, అద్యుతమైన వ్యక్తిగా అభివర్షిస్తా.. తన సిబ్బందికి పరిచయం చేశారు. మళ్ళీ మోదీవైపు తిరిగి.. “మేం మిమ్మల్ని మిన్ అయ్యాం.. చాలా మిన్ అయ్యాం” అన్నారు. మోదీ కూడా.. ట్రుంపు మళ్ళీ కలిసినందుకు సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. తన సందర్భంగా మోదీకి ట్రుంప్ ‘అవర్ జర్నీ టుగిదర్’ పేరిటి.. తమ ఇద్దరి ఫొటోలతో కూడిన పుస్కాన్ని బహుమతిగా ఇచ్చారు. దానిపై “మిస్టర్ ప్రైమ్ మినిస్టర్, యు అర్ట్ గ్రేట్ (మీరు చాలా గొప్పు)” అని రాసి సంతకం పెట్టారు. ట్రుంప్ మొదటిసారి అమెరికా అద్యక్కుడిగా ఉన్న సమయంలో మోదీ అక్కడ పర్యాటించినప్పటి ఫొటోలు, ట్రుంప్ భారతీకు వచ్చినప్పుడు ఇక్కడ మోదీతో కలిసి పలు కార్యక్రమాల్లో పాల్గొన్న ఫొటోలూ అందులో ఉన్నాయి. కుశలప్రశ్నలు, పరస్పర పొగడ్లల అనంతరం.. ఇరువురు నేతులూ వాణిజ్యం, దోత్యం, రక్షణ, ఇంధన భద్రత, హెచ్1వీ వీసాలు, పలన విధానం, కృతిమ మేధ, నవకల్పనలు, తదుపరి తరం టిక్కులజీల సహా పలు రంగాలకు సంబంధించిన కీలక అంశాలపై విస్తరంగా చర్చలు జరిపారు. ఇరు దేశాల ప్రయోజనాలతో ముడిపడి ఉన్న పలు అంతరాష్టీయ అంశాలు కూడా వారి భేతీలో ప్రస్తావనకు వచ్చాయి. అనంతరం వైట్హాసంలోని ఈష్ట రూట్లో నిర్వహించిన 44 నిమిషాల సంయుక్త పత్రికా సమావేశంలో ఇద్దరు

వారెవ్వు అడాళ్ల మజాకా..? మందు తాగే మహిళలు ఈ
రాష్ట్రంలోనే ఎక్కువట.. అస్తకికరమైన సర్వీ

ఆడ మగా తెదా లెకుండా ఎక్కువగా మర్యాద సేవిస్టున్నారనె విషయం గురించి మీరు ఎప్పుడైనా చర్చించి ఉండకపోవచ్చ.. కానీ, ఇలాంటి ప్రశ్నలకు నమాధానాలు ఒక సర్వే ద్వారా వెలువ్చాయి. కేంద్ర ఆరోగ్య మరియు కుటుంబ సంకేమ మంత్రిత్వ శాఖ ఇటీవల నిర్వహించిన సర్వే ద్వారా ఈ ప్రశ్నకు నమాధానం వెల్లడించింది. ఆ సర్వే రిపోర్ట్ ఇప్పుడు అందరిని ఆశ్చర్యానికి గురిచేస్తుంది. ఆ సర్వే పూర్తి వివరాల్లోకి వెళితే.. దేశంలో ఏ

రాష్ట్రం అత్యధికంగా మర్యాద వినియోగిస్తున్ది మీరు ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? ఏ రాష్ట్రంతో ఆడ మగా తేడా లేకుండా ఎక్కువగా మర్యాద సేవిస్టున్నారనే విషయం గురించి మీరు ఎప్పుడైనా చర్చించి ఉండకపోవచ్చు..కానీ, ఇలాంటి ప్రత్యుత్కు నమాధానాలు ఒక సర్వే ద్వారా వెలువడ్డాయి. కేంద్ర అర్థగ్రహ మరియు కుటుంబ సంక్లేషము మంత్రిత్వ శాఖ ఇటీవల నివ్వహించిన సర్వే ద్వారా ఈ ప్రత్యుత్కు నమాధానం వెల్లడించింది. ఆ సర్వే రిపోర్ట్ ఇప్పుడు అందరిని అశ్వర్యానికి గురిచేస్తుంది. ఆ సర్వే పూర్తి వివరాల్లోకి వెళితే..

కెంద్ర అర్గ్యుల్, కుటుంబ సంక్షేప మంత్రిత్వ శాఖ ఇటీవల నిర్వహించిన సర్వతో భారతదేశంలోని ఈశాసన ప్రాధిన్య రాష్ట్రాలు ఈ జాబితాలో అగ్రసొనంలో ఉన్నాయని వెల్లడెంది. సర్వే ప్రకారం, ఇక్కడి మహిళలు ఎక్కువగా మద్యం సేవిస్తున్నారు.

పరస్పర పన్నుతో నష్టమే!

ద్వారా క్రికెట్ వాణిజ్యాన్ని 2030 నాటికి 50,000 కోట్ల దాలర్లకు పెంచాలని అమెరికా, భారత్ నిర్ణయించిన నేపథ్యంలో ఆ భారీ నిర్ణయం భారత్ పై ఎటువంటి ప్రభావం చూపునంది అన్నది ఇప్పుడు మిలియన్ డాలర్ల ప్రశ్నగా మారింది. ఈ నిర్ణయం అనుకూలమా? ప్రతికూలమా? అనే అంశంపై పలు విశేషణలు లెవుడుతున్నాయి. అయితే, అసలు రెండు దేశాల మధ్య వాణిజ్యం ఏ స్థాయిలో ఉండో ముందు తెలుసుకోవటం అవసరం. 2023లో సరుకులు, సేవలకు సంబంధించి అమెరికా-భారత్ ద్వారా క్రికెట్ వాణిజ్యం 19,008 కోట్ల దాలర్లగా నమోదైనది. దీంత్లో సరుకుల వాటా 12,389 కోట్ల డాలర్లు కాగా, సేవల వాటా 6,619 కోట్ల డాలర్లు. ఆ ఏడాది అమెరికాకు భారత్ సుంచి ఎగుమతి అయిన సరుకుల విలువ 8,377 కోట్ల దాలర్లు, దిగుమతుల విలువ 4,012 కోట్ల డాలర్లు. సేవల విషయానికి స్త్రే. ఎగుమతుల విలువ 3,633 కోట్ల దాలర్లు. దిగుమతులు 2,986 కోట్ల దాలర్లు. సరుకులైనా, సేవలైనా భారత్ సుంచి అమెరికాకు ఎగుమతులే ఎక్కువగా ఉన్నాయి. దిగుమతులు తక్కువ. ఇది భారత్కు అనుకూలమైన పరిస్థితి. గత ఏడాది కూడా ఇదే పరిస్థితి వున్నావుతుంది. ఇరుదేశాల వాణిజ్యం 13,000 కోట్ల దాలర్లకు పెరగగా.. 4500 కోట్ల దాలర్ల మేర భారత్కే అనుకూలంగా వాణిజ్యాలోటు (ల్రేడ్స్‌గ్యాప్) ఉంది. అయితే, ప్రస్తుతం ఈ పరిస్థితి మారే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. కారణం, ట్రిప్ప్ ప్రకటించిన పరస్పర పన్చలే (రెసిప్రోకల్ ట్ర్యాప్స్). ప్రస్తుతం అమెరికా ఉత్పత్తులపై (దిగుమతుల మీద) భారత్ సగటున 9.5 శాతం పన్ను విధిస్తున్చే. భారత్ ఉత్పత్తుల మీద అమెరికా సగటున 3 శాతమే విధిస్తోంది. అంటే, దాదాపు ఆరున్నర శాతం పన్ను భారత్



అధికంగా విధిస్తోంది. పరస్పర పన్ను విధానం అమలులోకి వస్తే. ఇక్కడై ఈ రెండూ నమానం అవుతాయి. జిది రెండు రకాలు.. భారత ఉత్సత్తుల మీద అమెరికా పన్ను భారం పెరగవచ్చు లేదా అమెరికా ఉత్సత్తుల మీద భారత్ సుంకాలు తగ్గవచ్చు. దీని ప్రభావం భారతీకు చెందిన ఆటోమ్యూబ్లీస్, హెచ్టీల్ పరిశ్రమల మీద తీప్రంగా ఉంటుందని మార్కెట్ నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఉదాహరణకు, అమెరికా ఆటోమ్యూబ్లీస్ మీద వాటి ఇంజెన్ సామర్థ్యం, విడిభాగాలా లేక పూర్తి వాహనమా అన్న ప్రాతిపదికల ఆధారంగా భారత్ 205 శాతం నుంచి 50 శాతం పరకూ పన్ను విధిస్తోంది. అమెరికాలో తయార్యే హర్టీ డేవిడ్సన్ బైకుల మీద భారత్ భారీస్టాయిలో పన్ను వేస్తోన్న అంశాన్ని ట్రాంప్ గతంలో కూడా ఓపారి లేవనెత్తారు. కేంద్ర ఆర్థికమంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ ఇటీవల ప్రవేశపెట్టిన బిడ్డలో విదేశాల నుంచి దిగువచి అయ్యే శ్రేమియం బైకుల మీద సుంకాలను కొంత తగ్గించారు.

బకప్పుడు ఆపరేషన్ అంటే కత్తులు, కట్టార్లతో పెద్ద కోతలు పెట్టి మరీ చేయాల్సి వచ్చేటి. సర్జలీ అవసరమైన చోట ఆ శరీర భాగంపై కోతపెట్టి లోపలి అవయవాలను సరిచేసే వాళ్ల. కానీ, అధునాతన వైద్యరంగం సంకీర్ణత లేని సర్జలీలను ఆవిష్కరిస్తున్నది. ఈ క్రమంలో వచ్చిందే లాపరోసార్జిపిక్ సర్జలీ. ఇప్పుడు బీనికన్నా ఆధునికమైన రోబోటిక్ సర్జలీలు వచ్చేశాయి. కిడ్డిలకు (మూత్రపిండాలు) సంబంధించిన సమస్యల్లో కూడా రోబోలు చకచకా సర్జలీలు చేసేస్తున్నాయి. అంతే కాదు ఆపరేషన్ చేసేటి రోబోనే అయినప్పటికీ అంతా డాక్టర్ నియంత ణలోనే జరిగిపోతుంది. పైగా రోబోటిక్ సర్జలీలు చాలా కచ్చితత్వంతో, అతి తక్కువ రక్తస్రావంతో అయిపోతాయి. ఈ నేపథ్యంలో కిడ్డి సమస్యల్లో సర్జలీల పసితీరు గురించి తెలుసుకుండాం.

లాపరోస్టిపిక్ సర్జరీ..

లాపరోస్టోఫీ అందుబాటులోకి వచ్చిన తర్వాత శరీరానికి కోతల నాథ తప్పింది. కత్తుల గాట్లు లేకుండా చిన్న చిన్న రంధ్రాలతో లోపలికి కెమో, లాపరోస్టోఫీకి పరికరాన్ని పంపి సర్జరీ కేయపచ్చ. లోపలి అవయవాలను తెర పిండ స్పృష్టిగా చూస్తూ రసరాలీ చేయపచ్చ. లాపరోస్టోఫీకి పరికరం 2డి విజన్సు కలిగి ఉంటుంది. అందువల్ల లోపలి అవయవాలను 2 డైమెసన్లలోగా చూసిపుంది. కోత ఉండదు. కేవలం ఒక్క సెంటీమీటర్ రంధ్రం పడితే చాలా. ఇలాంటి రంధ్రాలు మూడు నాలుగు చేస్తారు. పెద్ద బాట్లు ఏమీ ఉండవు కాబట్టి ఆపరేషన్ సమయంలో జిగ్గె రక్తం ప్రస్తుత చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. లాపరోస్టోఫీ ద్వారా ఆపరేషన్ కేయించుకుంచే హస్పిటల్లో మూడు నాలుగు రోజులుంటే చాలు. ఆ తర్వాత తొందరగా కోలుకుంటారు. అయితే, కొన్ని ప్రాసీనిజరను లాపరోస్టోఫీలో చేయడం చాలా కష్టం. ఉండాపరాణకు కంకనిష్టువిష ప్రాసీనిజరను లాపరోస్టోఫీ ద్వారా చేయడం కష్టం. మూత్రసాగిం బ్లాక్ అయినప్పుడు దాన్ని కత్తిరించి అడ్డు తీసేని మల్లి కలపాల్చి ఉంటుంది. అయితే, లాపరోస్టోఫీలో కుట్టు కేయడం కష్టం అవుతుంది. ఇలాంటప్పుడు ఓపెన్ చేసి సర్జరీ కేయాల్చి వచ్చేది. అదేవిధంగా కిట్టిలో టుయమర్ ఉంటే కణితి రరకే తీసేని మిగిలింది కుట్టు వేయాలి. ఇది లాపరోస్టోఫీతో కష్టం. దీనికి ఎంతో మైపుణ్ణం అవసరం. ఎంతో అనుభవం చాలా. నూలకాయం ఉన్నవాళ్లలో కూడా ఆపరేషన్ లాపరోస్టోఫీతో కష్టమవుతుంది.

రోబోటిక్ సర్జ

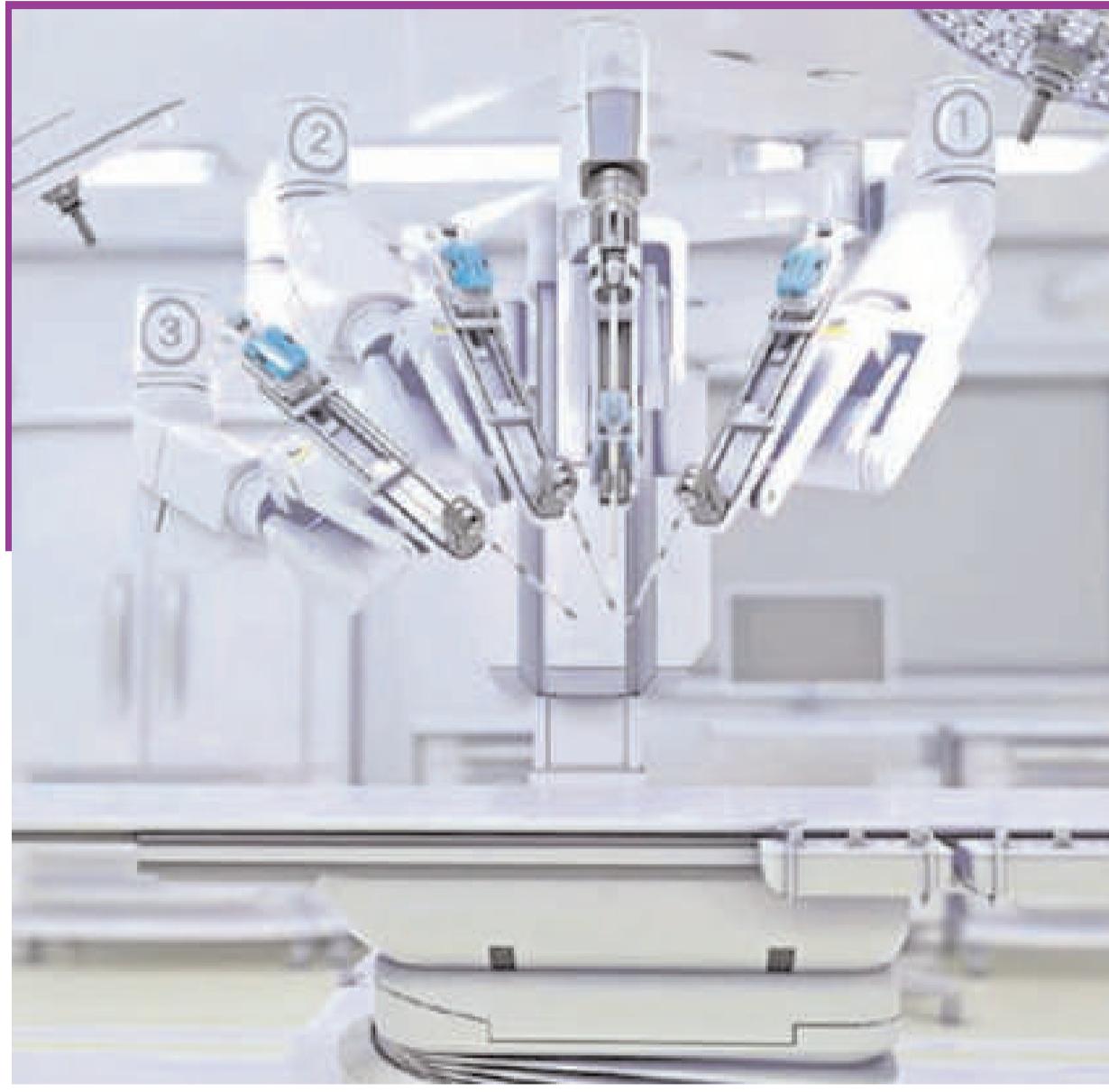
చేసే సర్జరీకి డాక్టర్ చేతులు అవసరం లేదు. రోబో
చేతులతోనే సర్జరీ చేయస్తారు. తెరమీద లోపలి అవయవాలను
మాస్టా రోబో పరికరాన్ని ఎటుటైపు ఎలా తిప్పాలనేడి డాక్టర్
ఱంగోల్ చేస్తుంటారు. అందుకు అనుగుణంగా రోబో చేతులు
రకచక ఆపరేషన్ చేసేస్తుంటాయి. రోబోలోకి సర్జరీకి కూడా పెద్ద
కోత పెట్టాల్సిన అవసరం లేదు. దీనికి కూడా లాపరోస్కోపీ
గాగానే ఒక్క సెంటీమీటర్ ఱండ్రాలు మూడు నాలుగు వేయాలి.
రోబోలోకి సర్జరీ చేయాడానికి పెద్దగా స్క్రీన్ అవసరం లేదు.
ఎక్కులజీ తెలిసి, కొండ్రాగా అనుభవం ఉంటే చాలు. లాపరోస్కోపీ
స్వారా చేయలేని సర్జరీలను రోబోతో చేయుచ్చు. రోబో యంత్రానికి
ఉండి విజన్ ఉంటుంది. అందుకే లోపలి అవయవాలను 3
చెప్పున్నస్తగా చూడవచ్చు. ఓపెన్ సర్జరీలో డాక్టర్ తన చేతులతో
హీలీసినట్టు ఇక్కడ రోబో చేతులతో చేయించవచ్చు. మన చేతులను
సుండ్రంగా తీపుగలిగినట్టుగానే రోబో చేయాలి కూడా 360
ప్రెగ్రిలలో తిప్పవచ్చు. ఒకరకంగా చెప్పాలంటే మనఘల చేయాలి
చెప్పున్నా కూడా బెటల్. అప్పుడువుడు చేయి వాసికి అటు ఇటు
ఫడలిపోవచ్చు. కానీ, రోబో చేయి వంకరు. లాపరోస్కోపీలో
అయితే ఒకరు కెమెరా పట్టుకని ఉండాలి. ఇందులో రోబో
యంత్రానికి కెమెరా అమర్చి ఉంటుంది. లోతుగా ఉండే
గాగాలకు చేసినప్పుడు కూడా సర్జరీ సులువు అవుతంది.
మూలకాయలకు కూడా చాలా సులువుగా కిందీ సర్జరీలను
చేయుచ్చు.

బ్లూడర్ క్యూన్సర్..

ముఖ్యాలూశయరల్ బ్లాదర్ కొన్సెప్ నెన్నివ్యాప్తి దొన్న న్యూబ్రావ్యారా తీసేయాల్చి వస్తుంది. ఇలా బ్లాదర్ను తొలగించినపుడు పకరకాల పద్ధతుల ద్వారా బ్లాదర్ లాంటి నిర్మాణాన్ని తయారుచేస్తారు. ఈ సరళీకి రోఫోలీట్స్ బాగా ఉపయోగపడుతుంది. బ్లాదర్ను తీసేసిన తర్వాత మూత్రనాళాన్ని పేగుకు కలుపుతారు. కొన్సెప్సార్లు పేగులోపలే ఒక సంచిలాంటి నిర్మాణాన్ని అమరుస్తారు. ఇది బ్లాదర్ లాగా పనిచేస్తుంది. అయితే, ఇలాంటపుడు మూడు నాలుగు గంటలకోసారి పైపు ర్వారా మూత్రాన్ని బయటికి తీయాలి. కొండరికి మూత్రనాళాన్ని పేగుకు కలిపిన తర్వాత శరీరం బయట స్థోమా లాగా సంచిని నిర్మాటుచేస్తారు. మరో పద్ధతి పేగుతోనే కొత్త బ్లాదర్ను తయారుచేయడం

ରାଭାଲ୍ଯା.. ନଷ୍ଟ୍ରୋଲ୍ଯା..

రోబ్రో ఒక యంత్రం కాబట్టి దానికి మృదువైన కణజాలమేదో, గట్టిగా ఉన్నదేదో తెలియదు. కానీ, ఇందువల్ల పెద్దగా



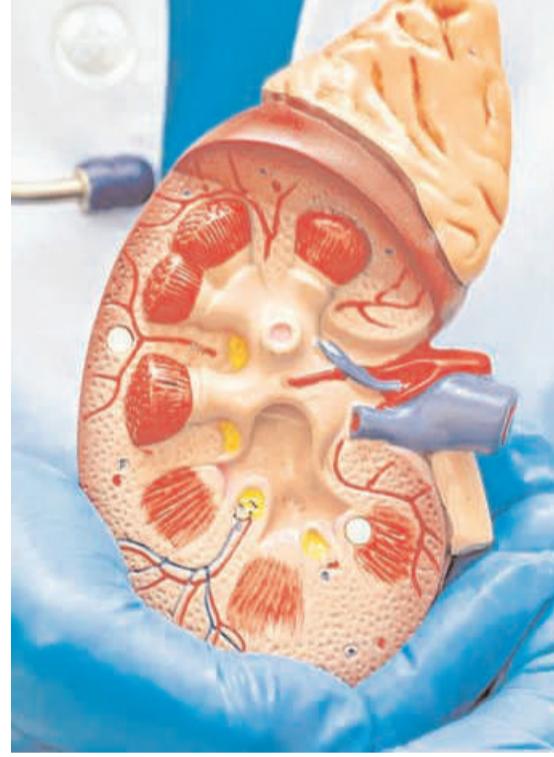
ఓపెన్‌టో చిక్కులు..

ఓపెన్ సర్జరీ విధానంలో కిడ్నీలు, ఇతర మూత్రవ్యవస్థ అవయవాలును చూడాలంటే కూడా పెద్ద కోత తప్పనిసరి. ఇందుకోసం 15 నుంచి 20 సె.మీ. కోత పెట్టాల్సి వచ్చేది. అందువల్ల నొప్పి తీప్రంగ గా ఉండేది. నొప్పి తగ్గడానికి పెయిన్ కిలర్లు ఇస్ట్రేషన్లు, ఈ మూత్రల వల్ల దుష్పిలితాలు ఎదురయ్యే ప్రమాదం ఉండేది. పైగా కోత పెట్టి ఓపెన్ చేస్తారు కాబట్టి శస్త్రవికిత్తు సమయంలో రక్తం ఎక్కువగా పోతు ంది. దీంతో రోగి కోలుకోవడానికి ఎక్కువ కాలం వట్టేది. హోస్పిటల్లోనే 10 రోజులు ఉండాల్సి వచ్చేది. కోలుకోవడానికి 15 నుంచి 20 రోజుల సమయం పట్టేది. ఆపేరేషన్ సమయంలో పెట్టిన గాటు గాయంగా మారే ప్రమాదమూ ఉండేది. ఇది తొందరగా మానకపోతే ఇస్ట్రేషన్లు వచ్చేవి. అంతేకాదు పొర్చియా లాంటి సమస్యలు కూడా ఎదురయ్యేవి. అప్పుడు సమస్య మరింత జిబీలంగా మారేది. ?

గైనిక సర్జరిల తర్వాత..

క్రస్తినార్థు ప్రించంధ సమస్యలు ఉన్నప్పుడు చేసిన గైవిక సరజీల వల్ల ఫిస్టులా ఏర్పడి రాన్ని తొలగించాల్సి వస్తుంది. ఇలాంటప్పుడు రోబోటిక్ సరజీ మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది. ఉదాహరణకు హిస్టోర్క్షీమీ, ప్రైటాయ్డ్ లాంటి సరజీల తర్వాత భూదర్ ద్వారమేళి అయ్యెందుకు అవకాశం ఉంటుంది. భూదర్కు, ఛైనాకు మద్యలో ఫిస్టులా ఏర్పడవచ్చు. దీన్ని వెన్నెకో షైనల్ ఫిస్టులా అంచరు. ఈ సమస్య ఉన్నప్పుడు మూత్రం ఎఱ్పుదూ లీక్ అవుతునే ఉంటుంది. ప్రోట్స్ పెట్టుకోవాల్సి వస్తుంది. ఇది చాలా ఇబ్బందికరమైన సమస్య. రోబో ద్వారా ఫిస్టులాను కత్తిరించి, మిగిలిన భాగాన్ని జయించ్ చేస్తారు. దాంతే మూత్రం లీక్ సమస్య పోతుంది. యురెలైంట్ షైనల్ ఫిస్టులా ఉన్నప్పుడు కూడా ఫిస్టులా కత్తిరించేసి, మూత్రానుకొన్ని మూత్రాశయానికి అట్టావ్ చేస్తారు. గైనకాలజికల్ క్యాస్టర్లు ఉన్నప్పుడు, రెక్లో క్యాస్టర్ ఉన్నప్పుడు కూడా రోబోటిక్ సరజీ మంచి ఫలితాన్ని ఇస్తుంది.

రంబార్బిక్ గాంచు వేయుడు..



లేటు చేయదు..

వైద్యరంగంలో ఎన్ని మార్పులు వచ్చినా రొగి భద్రత అంతిమ లక్ష్యంగా ఉంటుంది. మెరుగైన వైద్యాన్ని, సౌకర్యవంతంగా, సురక్షితంగా అందించే దిశగా నిరంతరం పరిశోధనలు జరుగుతున్న ఉన్నాయి. వాటి ఫలితమే రోబోటిక్ సర్జరీ. మొదట్లో సర్జరీ అంటేనే పెద్ద కోత పెట్టి చేసే ఓపెన్ సర్జరీయే. గుండె, ఊపిరితిత్తులకు సంబంధించినవైతే ఛాతీ తెరిచి ఆపరేషన్ చేయాల్చి వచ్చేది. పొట్టలో అవయవాల సమస్యలకైతే పొట్టపై గాటు పెట్టాలిందే! కానీ, లాపరోస్కోపిక్ సర్జరీ అందుబాటులోకి వచ్చిన తర్వాత పెద్ద కోత అవసరం లేకుండా, మూడు నాలుగు రంధ్రాలు మాత్రమే పెట్టి చేసే 'కీపోల్ సర్జరీ' రోగులకు వరమైంది. కింద్రీకి సంబంధించిన ఆపరేషన్లకు కూడా లాపరోస్కోపీ చేసేవాళ్లు. అయితే లాపరోస్కోపిక్ సర్జరీల్లో ఉండే లోపాలు కూడా లేని సాంకేతికత రోబోటిక్ సర్జరీ.

రీకన్స్ట్రక్షివ్ సర్జ..

పుట్టుకతో మూత్రవిసర్జన వ్యవస్థలో ఏ లోపం ఉన్నా దాన్ని రీకవ్ ప్రక్రియ సర్జరి ద్వారా సరిచే స్తారు. ఈ సమస్యలు పుట్టుకతోనే బయటపడవచ్చు. కొందరిలో పుట్టైన కొన్నాళ్ళ తర్వాత బయటపడవచ్చు. మూత్రవిసర్జనలో ఎక్కడ భ్యాక్ ఉన్నా ఈ సర్జరి ద్వారా సరిచేస్తారు. అలాంటి

ಅಬ್ಲಾಸ್ಟ್‌ವ ಮಗ್ಯಾರಿಂಟಂ..

వ
సమస్యలకు...

ఓపెన్, లాపరోస్టోఫీతో పోలిస్టే మూత్రపిం దాలకు సంబంధించిన సమస్యలకు రోబోటిక్ సరజరీ ఉత్తమమైన పరిష్వారం. అవిప్రాసేట్ క్యాస్టర్ ప్రాసేట్ గ్రింథిలో సమస్యలు ఉన్నప్పుడు, ముఖ్యంగా క్యాస్టర్ ఉన్నప్పుడు దాన్ని తొలగించాలిని వస్తుంది. దీన్ని రాడికల్ ప్రోసెకటమీ అంటారు. లాపరోస్టోఫీ ద్వారా ప్రాసేట్ను తీసేసినవ్వుడు దాని చుట్టుపక్కలున్న చిన్న నాడులు సరిగా కనిపించవు. దీంతో అవి పొరపాటున తెగపోయేందుకు ఆవకాశం ఉంది. అందువల్ల వంధ్యత్వం వస్తుంది. ప్రాసేట్ క్యాస్టర్ తొలగిపోయి, గాణాపాయం లేకపోయినప్పటికీ ఎఱ్లు ఇంపాటెంట్ కావడం బాధాకరంగా ఉంటుంది. ఈ సమస్య రాకుండా సరజరీ దం రోబోటిక్ ద్వారా సాధ్యమవుతుంది.

తిరిగి వెనక్కి కిట్టివుపు వెళ్లిపోతుంది. దీన్ని రిష్టస్క్యూ డిసీఎం అంటారు. ఇలాంటపుడు మూత్రం కిట్టిలోకి చేరి, ఇష్టేక్సన్ అవుతుంది. క్రమంగా కిట్టి దెబ్బతినపుచ్చు. ఈ సమస్యకు కూడా పార్ట్రియల్ నెప్రెక్స్మీ చేయుచ్చు. కానీ రోబోటిక్స్ ద్వారా సమర్థంగా చేయుచ్చు. ట్యూమర్ తీసేసేటపుడు కిట్టిని కట్ చేయాల్సి వస్తుంది. ఇలాంటపుడు రక్తం ఎక్కువగా

కిడ్నీ ట్యూమర్లు

లో	పెద్ద పెద్ద టూముర్లు ఉంటే కొన్ని సందర్భాల్లో కిట్టి మొత్తాన్ని తీసేయాల్సి వస్తుంది. దీన్ని రాడికల్ నెఫ్రోకమీ అంటారు. కానీ, చిన్న సైజు	ఆయహోతాయి. కాబట్టి అధిక రక్తప్రాపం ఉండదు. కిట్టి దెబ్బతినేందుకు ఆస్థారం ఉండదు.
ల్ని)	టూమురు ఉనవురు కణితి వరకు మాత్రమే	



రీ'గ నిరీ'ధక వ్యవస్థ.. అపోర్పాలు-నిజాలు

ఆపోహా: విటమిన్ సి తీసుకుంటే జలుబు తగ్గుతుంది.
ప్రాపువడం: విటమిన్ సి గోగ నీటోగక వువుపు (జుయ్‌పుపు)

వాసుదాయి! ఎటమన న రగ నరధక వ్యాఘ్ర (ఇమ్మూన్) పనితీరుకు అండగా నిలుస్తుంది. కానీ, ఆరోగ్యవంతులైన పెద్దల్లో సొధారణ జలబును నివారించలేదని అధ్యయనాలు తెలుపుతున్నాయి. విటమిన్ సి లోపం రోగ నిరోధక వ్యవస్థను బలహీనవర్పచ్చ కానీ, సప్లిమెంట్లు తీసుకున్నంత మాత్రాన వైరల్ ఇస్ట్రైక్షన్సు అడ్డకోలేదు. అయినప్పటికీ, కొన్ని పరిశోధనల ప్రకారం జలబుగా ఉన్నప్పుడు రోజుకు 2 గ్రాముల విటమిన్ సి తీసుకుంటే దాని తీవ్రత 20 శాతం వరకు తగ్గించగలదు. కాబట్టి, నివారణ చర్యగా ముందుగా తీసుకునే కంటే జబ్బగా ఉన్నప్పుడు విటమిన్ సి తీసుకుంటే మరింత ప్రభావం చూపుతుంది.

అపోహ: పరిశుద్ధత (ప్రైజీన్) రోగ నిరోధక వ్యవస్థను బలహీన పరుస్తుంది. వాస్తవం: మన శరీరం లోపల, శరీరంపై ఉండే సూక్ష్మతీవుల సమూహంలో మార్పులకు అలిష్టో వచ్చే వ్యాధులు పెరగడానికి లంక ఉంటుంది. మంచి బ్యాక్టీరియాను తెల్పునిస శంఖల నిపాజ నిరోధకత కొన్ని ఇఖ్యందులతో వస్తుంది. పైగా ఒక వ్యక్తి నుంచి మరో వ్యక్తికి వేస్తేరుగా ఉంటుంది. అధ్యయనాల ప్రకారం టీకాలు వ్యాధుల ప్రమాదం లేకుండా బిలమైన, లాటిం రోగ నిరోధకతను అందిస్తాయి. కాబట్టి, ఇస్ట్రైక్షన్ మీద ఆధారపడటం కంటే టీకాలతో సురక్షితమైన, నమ్మకమైన ఇమ్మూనిటీని సమకూర్చుకోవచ్చ. అపోహ: వయసు పెరుగుతుంటే రోగ నిరోధకత తగ్గుతుంది. వాస్తవం: రోగ నిరోధకత అనిసొర్లూ వయసుతోపాటు తగ్గిపోదు. వయసుతోపాటు ఇమ్మూనిటీ వైఫల్యానికి కారణమయ్యే ఇమ్మూనోసెనెస్స్ కారణంగా కొత్త ఇస్ట్రైక్షన్కు వ్యతిరేకంగా ప్రతిస్పందించే సామర్థ్యం తగ్గాచ్చ. కానీ, పెద్దలు పాత ఇస్ట్రైక్షన్, టీకాల కారణంగా అభివృద్ధి చెందిన జ్ఞాపి కణాలను (ఎమరీ సెల్స్) నిలిచి ఉంచుకోగలదు. అలా ఇవి గతంలో పోరాడిన రోగ కారక క్రిములకు వ్యతిరేకంగా రక్షణ కల్పిస్తాయి.

రజు వాల్ను తనలు
వ సమయంలో తాగాలి..?



పాలలో మన శరీరానికి ఉపయోగపడే దాదాపు అన్ని పోషకాలు ఉంటాయి. ఒక్క విధమిన్ సి తప్ప పాలలో అన్ని పోషకాలు ఉంటాయి. అందుకనే పాలను సంపూర్ణ పొషికాపోరంగా పిలుస్తారు. ఈ క్రమంలోనే రోజుం ఒక గ్లాస్ పాలను తాగితే శరీరానికి కావల్సిన పోషకాలు అన్నింటినీ పొందవచ్చిన పోషకాపోర నిపుణులు చెబుతున్నారు. పాలను రోజుం తాగడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. పాలను తాగితే అందులో ఉండ క్యాల్చిల్యూయం మన ఎముకలు, దంతాలను దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. పాల ద్వారా మనకు సహజసిద్ధంగా క్యాల్చిల్యం లభిస్తుంది. ఇక ప్రస్తుతం చాలా మంది విధమిన్ డి లోపం బారిన పడుతున్నారు. అలాంటి వారు రోజుం పాలను తాగితే ఈ విధమిన్ సమ్మధిగా లభిస్తుంది. దీంతో ఎముకలు ఆరోగ్యంగా ఉండడమే కాదు, శరీర రోగ నిరోధక శక్తి సైతం పెరుగుతుంది.

కండరాలు నిర్మాణమవుతాయి.
 గుండె ఆరోగ్యానికి.. పాలలో ఉండే పొటుషియం శరీరం
 సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. దీంతో ప్రాచీపీ తగ్గుతుంది.
 కండరాల కదలికలు నరిగ్గా ఉండేలా చేస్తుంది. దీంతో రా-
 పిక్కలు పట్టుకుపోవడం వంటి నమస్యలు ఉండవు. అలాగే నాడీ
 వ్యవస్థ కూడా చూర్గు పనిచేస్తుంది. పాలలో విటమిన్ ఎ న
 ఉంటుంది. ఇది కండరాలను నిర్మాణం చేయడతోపాటు
 ర్ధృత్వాన్నికి పనిచేస్తుంది. అలాగే రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచ
 సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి రక్షణను అందిస్తుంది. కంటి చూపును
 పరుస్తుంది. పాలలో ఉండే బ్రైఫ్స్టోవీన్ చర్చాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉండవ
 చెర్చు పగలకుండా చూస్తుంది. ఇలా పాలను తాగడం వ
 అధ్యుతమైన ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. అయితే పాల
 సమయంలో తాగాలి అని చాలా మంది సందేహిస్తాంటారు.
 నివ్వణలు ఏమని సమాధానం చెబుతున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకు
 ఏ సమయంలో తాగాలి.. పాలను ఉదయం లైక్స్పాష్ట్ ఆ
 తాగవచ్చు. లేదా రాత్రి నిద్రకు ముందు తాగవచ్చు. నిద్రలేమి
 ఉన్నవారు రాత్రి నిద్రకు ముందు పాలను తాగాలి. ఇక మిగిలిన
 సరే ఉదయం తాగితే మంచిది. దీంతో శరీరానికి కావల్చిన ఉ
 దయమే లభిస్తాయి. ఉదయం వ్యాయామం చేసిన అనంతరం
 తాగవచ్చు. లేదా ట్రైక్స్పాష్ట్ చేసిన అనంతరం పాలను తాగవ
 పాలను తాగితే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. వ
 ఉంటుంది. రోగాల నుంచి రక్షణ లభిస్తుంది. ఇమ్మూనిటీ పె
 విధాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉంటారు. కాబట్టి రోజు పాలను

వి పోలు వుంచివి?

పాలు.. అద్భుతమైన పోషికాపోరం. చిన్నపుటి నుంచీ తాగుతూనే ఉంటాం. ఎక్కువగా ఆపు, గేద, మేక పాలను తీసుకుంటాం. అయితే, వీటిలో ఏ పాలు మంచివి? అనేవిషయంలో ఇప్పటికీ అయ్యామయమే! ఈ విషయంపై ఆయుర్జేద నిపుణులు స్వప్తత ఇస్తున్నారు. ఏ పాలలో ఎలాంటి పోషకాలు ఉంటాయో.. ఆరోగ్యానికి ఎలాంటి మేలు చేస్తాయో

వివరస్తున్నారు.
శిశువుకు తల్లి పాలే ఉత్తమం. ఆ తర్వాతి స్థానం అవు పాలదేని
చెబుతున్నారు ఆయుర్వేద వైద్యులు. కొవ్వు తక్కువగా ఉండే ఆవశ్యాలు...
జీర్ణట్రియకు మంచివి. నవజాత శిశువులకూ ఇట్టే జీర్ణమపుతాయి. గేద
పాలలో కొవ్వు ఎక్కువగా ఉంటుంది. దాంతో అవి జీర్ణం కావడానికి
ఎక్కువ సమయం వడుతుంది. అందుకే, చిన్నారులకు అవుపాలు
తాగించడమే మంచిది. అవు పాల తర్వాత ఎక్కువ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు
అందించేవి.. మేక పాలు. ఇందులో యాంటి ఇన్స్ప్లష్మేటరీ లక్షణాలు
పుపులంగా ఉంటాయి. శరీరంలోని వాపును తగ్గించడంలో
సహాయపడుతాయి. మేక పాలు తాగడం వల్ల బీటీ, డెంగ్యా, కొన్నిరకాల
పేగు వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మేక పాలు శరీరంలో
సంతోషకరమైన హర్షిస్తును విడురల చేస్తాయి. కీళ్లనాప్పులతోపాటు
ఆర్థరిటిస్ నొప్పుల నుంచి బయటపడేస్తాయి. ఇక కొవ్వు అభికంగా ఉండే
గేద పాలు.. శరీర ఎదుగుదలకు, శరీరంలో మాంసం, కొవ్వు అభివృద్ధికి
చేయాలే కేపాలు. శరీర ఇంధాలీ తెంచుతాయి

న్యాషించుకోవడం అత్యవసరం. అయితే, అతినారు
 కపాడుకోవడానికి చేతులు కడుకోవడం, నాట్యమైన ఆపోర
 తినడం లాంటి పరిశుద్ధతకు సంబంధించిన అలపాట
 పాటించాల్సిందే. అలాగని అతికి పోకుండా కనీస పుట్ట
 పాటించడం మాత్రం మర్చిపోకండి. ఆపోహా: తీకల కండ
 సహజ రోగ నిరోధకతే మంచిది. వాస్తవం: ఇస్కోన్ సోకిల
 తర్వాతనే శరీరంలో సహజ నిరోధకత అభిఖ్వాది చెందుతుంది
 అయితే సహజ నిరోధకత కొన్ని ఇబ్బందులతో వస్తుంది. పైగు
 ఒక వ్యక్తి నుంచి మరో వ్యక్తికి వేర్పేరుగా ఉంటుంది
 అధ్యయనాల ప్రకారం టీకాలు వ్యాధుల ప్రమాదం లేకుండ
 బలమైన, లిక్షిత రోగ నిరోధకతను అందిస్తాయి. కాబట్టి, ఇస్కోన్
 మీద ఆధారపడటం కంతే టీకాలతో సురక్షితమైన, నమ్మకమైన
 ఇమ్మూనిటీని సమకూర్చుకోవచ్చు. ఆపోహా: వయస్సి
 పెరుగుతుంటే రోగ నిరోధకత తగ్గుతుంది. వాస్తవం: రోగ
 నిరోధకత అన్నిసార్లూ వయసుతోపాటు తగ్గిపోద
 వయసుతోపాటు ఇమ్మూనిటీ ఔషధాన్నికి కారణమయ్యే
 ఇమ్మూనోసెనెన్స్ కారణంగా కొత్త ఇస్కోన్కు వ్యతిశేకంగా
 ప్రతిస్పందించే సామర్థ్యం తగ్గామ్చు. కానీ, పెద్దలు పాత ఇస్కోన్కు
 టీకాల కారణంగా అభిఖ్వాది చెందిన జ్ఞాపి కణాలను (మెము
 సెల్స్) నిలిచి ఉంచుకోగలరు. అలా ఇవి గతంలో పోరాడిన రోగ
 కారక క్రిములకు వ్యతిశేకంగా రక్షణ కల్పిస్తాయి.



క్రీడిగుడ్నను తీంత మంచిది..?

ఆపోరాలను తినాల్సి ఉంటుందన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. కానీ నేచి ఉరుకుల పరుగుల బిజీ యుగంలో చాలా మంది జంక్ ఫుడ్స్ అలవాటు వద్దరు. ఉదయం బ్రైఫ్ ఫాస్ట్ మొదలుకొని రాత్రి తినే దిన్నీర పరుకు జంక్ ఫుడ్స్ ఎక్కువగా తింటున్నారు. అలాగే వేళ తప్పించి భోజనం చేస్తున్నారు. రాత్రి పూట కూడా అలస్యంగా అపోరం తీసుకుంటున్నారు. ఇంతా అస్తవ్యస్తమైన జీవస్తేలి కిందకు వస్తుంది. దీంతో ఆరోగ్య సమస్యలను చేసేతులా కొని తెచ్చుకుంటున్నారు. అందుకనే ఆరోగ్యవంతమైన ఆపోరాలను తినాలని పోషకాపోర నిపుణులతో పాటు ఆరోగ్య నిపుణులు కూడా మనకు సూచిస్తుంటారు. ఇక ఆరోగ్యవంతమైన ఆపోరాల విషయానికి వస్తే కోడిగుడ్లు ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయిని చెప్పవచ్చు. ప్రోటీన్స్ అధికం.. రోజుకు కనీసం ఒక కోడిగుడ్లను ఉడకబెట్టి తింటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కోడిగుడ్లలో ప్రోటీన్స్ అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. ఒక కోడిగుడ్లను తింటే మనకు సుమారుగా 6 గ్రాముల మేర ప్రొటోట్రోప్పులు లభిస్తాయి. ఇవ కండరాలకు శక్తిన, పొణిన అందిస్తేయి. దీంతో మనం ఘర్గా ఉంటాం. ఉత్సాహంగా పనిచేస్తాం. ఉదయం బ్రైఫ్ ఫాస్ట్ రూపంలో కోడిగుడ్లను తింటే రోజంతా యాక్టివ్ గా ఉండవచ్చు. ఎంత పనిచేసినా అలిసిపోకుండా ఉంటారు. అలాగే కోడిగుడ్లలో కోలిన్ అనే పోషక వదార్థం సమ్మద్దిగా ఉంటుంది. ఇది కణాల పనితీరుకు సహకరిస్తుంది. లివర్ పనితీరును మెరుగు పరుస్తుంది. శరీరంలోని కాలప్రాల్సు నియంత్రిస్తుంది. కోలిన్ వల్ల శరీరంలో అసిటైల్ కోలిన్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇది మన మెదడు పనితీరుకు, జ్ఞానపక్షతీకి, ఏకాగ్రతకు, కండరాల పనితీరుకు ఎంతగానో సహా య పడుతుంది. కనుక కోడిగుడ్లను తింటే మెదడును యాక్టివ్ గా ఉంచుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా లటీన్, జియాజాంతిన్ అనే యాంటి ఆక్సిడెంట్లు గుడ్లలో సమ్మద్దిగా ఉంటాయి. ఇవి కళ్ళను సూర్యుని నుంచి వచ్చే అతినీలలోహిత కిరణాల బారి నుంచి రచ్చిస్తాయి. దీంతో కళ్ళలో పు క్లాలు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. వయస్సు మీద పడడం వల్ల కంటి చూపు తగ్గడం అనే సమస్య వస్తుంది. దీన్ని కూడా రాకుండా నిపాంచవచ్చు. కాదుడ్లలో నెలనుండి తాడక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది శరీర రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. దీంతో సీజనల్ వ్యాధుల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. ఇలా కోడిగుడ్లను రోజువారి ఆపోరంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు).

ರಾತ್ರಿ ಪೂರ್ಣ ಈ ಅವಾರಾಲನು ತನಿಂದ..
ಹಡುಕುನ್ನ ವೆಂಟನೆ ಗಾಥಂಗಾ ನಿದ್ರೆ ಹಣ್ಣಿಸ್ತುಂದಿ..

ప్రస్తుత తరణంలో చాలా మంది నిద్రలేమి సవస్యతో బాధపడుతున్నారు. ఇందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నాయి. నిత్యం అనేక సందర్భాల్లో ఒత్తిడిని ఎదురోపడంతో పాటు ఆలస్యంగా భోజనం చేయడం, మెడిసిన్సను వాడడం వంటి కారణాల వల్ల చాలా మందికి సరిగ్గా నిద్ర పట్టడం లేదు. దీంతో రాత్రి పూట అలస్యంగా నిరపోతున్నారు. ఉదయం కూడా ఆలస్యంగా నిద్ర లేస్తున్నారు. అయితే కొన్ని రకాల ఆహారాలను రోషా రాత్రి భోజనం అనుంతరం తీసుకున్నట్టయితే దాంతో మైండ్ రిలాక్స్ అవడమే కాకుండా పడుకున్న వెంటనే గాఢ నిద్రలోకి జారుకుంటారని, నిద్ర కూడా చక్కగా పడుతుందని పోవకపోర నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిద్ర బాగా



పెరుగుతుంది. ఇది హ్యో పోర్స్‌న్. కనుక మన మూడు మారుతుంది. మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. దింతో నిద్ర గాఢంగా వచ్చేస్తుంది. ఒక అధ్యయనం ప్రకారం రాత్రి పూట భోజనం చేసిన తరువాత కివిని నాలుగు వారాల పాటు తిన్న వేషణిల్లో నిద్ర బాగా పట్టిందట. కివి పండ్చను తినని వారిలో నిద్ర సరిగ్గా పట్టలేదట. అలాగే కివి పండ్చను తిన్నవారు రాత్రి పూట నిద్ర లేచే సంఖ్య కూడా తగ్గిందని సైంటిస్టులు చెబుతున్నారు. కివి పండ్చలో ఉండే యాంటీ ఆసిడెంట్లు నిద్ర బాగా వచ్చేలా ఏమి కాదు. (161-162)

రోజుకు ఎన్ని తినాలి..

నిపుణులు ఏమని సమాధానం చెబుతున్నారంటే.. ఆరోగ్యవంత్ర ఉత్సవులు కొఱుకు 1 నుంచి 2 క్లోడిగ్రాగ్ కు ఉదశ్వరమి తిన్నాడు.

వ్యక్తులు రోజుకు 1 నుంచి 2 కొడిగుడ్నను ఉడకబెట్టి తినవచ్చ. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు, కొలస్టాల్ సమస్య ఉన్నవారు దార్కెర్ సలహు మేరకు గుడ్నను తినాలి. వీరు కోడిగుడ్న తెల్లుసూన మాత్రమే తినాలి. అలాగే శారీరక శ్రమ లేదా వ్యాయామం ఎక్కువగా చేసేవారు రోజుకు 2 నుంచి 4 కోడిగుడ్నను తినవచ్చ. ఇలా కోడిగుడ్నను తింటే అన్ని విధాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చ.

វេសលស៊ុ ទំនាក់ទំនង និង ការបង្កើតរំភាព នៃ ក្រសួង ពេទ្យ នគរបាល និង ក្រសួង សំគាល់ សំខាន់ នគរបាល..

మనకు తినేందుకు ఎన్నో రకాల ఆరోగ్యకరమైన ఆపోరాలు అందుబాటు ఉన్నాయి. కానీ చాలా మంది మాత్రం జంక్ పుడ్నే తింటున్నారు సాయంత్రం అయిందంటే చాలు బేకరీలలో ఐటమ్స్ లేదా బిట్లులు, పునగులు వంటి చిరు తిండ్లను తింటున్నారు. వీటి వల్ల తాత్కాలికంగా మనకు జిప్పో చావల్యం అయితే తీరుతుంది. కానీ ఇవి మన ఆరోగ్యానికి ఏమాత్రం మేలు చేయవు సరికదా.. అనారోగ్య సమస్యలనే కలిగిస్తాయి. దురదృష్టప్రవాత్తూ చాలా మంది అనారోగ్య కరమైన ఆపోరాలేనే రోజు తింటున్నారు. అయితే సాయంత్రం సమయంలో అలాంటి జంక్ పుడ్నుకు బదులుగా ఆరోగ్యకరమైన స్నౌక్ తింటే దీంతో ఆరోగ్యానికి ఆరోగ్యం, పోషకాలకు పోషకాలు రెండూ లభిస్తాయి. ఇక ఈ రెండింటినీ అందించే ఆపోరాల్లో పెనలు చాలా ముఖ్యమైనవని చెప్పవచ్చు. పెనలను రోజు మొలకెత్తించి తినవచ్చు. లేదా ఉడకబెట్టి తినవచ్చు. ఎలా తిన్నా సరే పెనల వల్ల మనకు అనేక అద్భుతమైన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని పోషకాహిర నివ్వటలు చెబుతునారు.

అధిక బరువు తగ్గిందకు..పెనలను రోజుా తినడం వల్ల బరువు తగ్గచుచ్చు. వీటిల్లో క్యాలరిలు తక్కువగా ఉంటాయి. ప్రోటీన్స్, ఫ్యూబర్ మినరల్స్ అధికంగా ఉంటాయి. జివి శరీరంలోని కొవ్వును కరిగిస్తాయి దీంతో అధిక బరువు తగ్గాలారు. పెనలను రోజువారి అహిరంలో భచేసుకోవడం వల్ల ఘగర్ లెవల్స్ను తగ్గించుకోవచ్చు. పెనలలో ఉండే ఘగర్ లెవల్స్ను తగ్గిచేందుకు దోహదపుతుంది. పెనలను తిని శరీరంలోని కొలాస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గిపోతాయి. కొలాస్ట్రాల్ అధికంగా ఉన్న పెనలను ఉడకచెట్టి తింటే ఎంతో ఘలితం ఉంటుంది. రక్త నాళాల్లో కడిగేసినట్లు కీన్ అవుతుంది. దీంతో గుండె వనితీరు మెరుగు వడి ఆర్

హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. జీర్జ్ సమస్యలకు.. పెనలను రోజూ తినడం వల్ల జీర్జ్ సమస్యల నుంచి బయట పడవచ్చు. ముఖ్యంగా తిన్న ఆపోరం సులభంగా జీర్జ్ మమవతుంది. అజేర్తి సమస్య ఉండదు. అలాగే మలబద్దకం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. గ్రాన్స్, అసిదీబీ సమస్యలు తగ్గుతాయి. పెనలలో ఉండే పైబర్ జీర్జ్ సమస్యలను తగిస్తుంది. దీంతో జీర్జ్ వ్యవస్థ పనిశీరు మెరుగు పడుతుంది. పెనలను తింటే శరీరానికి పొట్టాపియం సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఇది బీఫీని తగిస్తుంది. దీంతో పైశీపీ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. గుండా కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

పెనలను

వల్ల	రోజూ	తినడం
మగర్		లెవ్ట్

వారికి అది వచ్చే రిస్క్ తగ్గుతుందని సైంటిస్టులు
యు. వీటిని తింటే గర్భంతో ఉన్న మహిళలకు ఎంతో
గున పోషకాలు లభిస్తాయి. ఇవి శిశువు ఎదుగుదలకు
వల్ల లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. లివర్లోని వ్యాధాలు
పొట్టి లివర్ నమ్ము నుంచి బయట పడవచ్చు. ఇలా పెనలను
స్థిరం చేసుకును.

రాజ్యము ప్రతిభా పురస్కారం..



సేవాఘుడ్, సేవాలాల్ మహారాజ్ జయంతోత్సవాలు

భద్రాది కొత్తగూడెం / కొత్తగూడెం / ఫిబ్రవరి 17/ అక్కరం న్యాస్ -

కొత్తగూడెం పట్టణానికి చెందిన కవి, చిత్రకారుడు భూక్యో రాజ్యేశ్వరును అనంతపురం సేవా ఘుడ్, సేవా లాల్ మహరాజ్ జయంతోప్తవాలలో “ప్రతిభా పురస్కారం”తో సన్మానించారు.ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర అరోగ్యం, కుటుంబ సంకేమం, విద్య వైద్య శాఖల మంత్రి శ్రీ సత్యకుమార్ యాదవ్ అనంతపురం ఎమ్మెల్యే శ్రీ గుమ్మనూరు జయరాం, మాస్టర్ డా గజల్ శ్రీనివాస్ సేవాలాల్ ఆటమ ట్రిస్ట్ అధ్యక్షులు శ్రీ క. జగన్నాథరావు

బహుమతి అవార్డు గ్రహిత శ్రీ కేతావత్ సోమ్యాల్ చేతుల మీదుగా రాజీవ్ కు ఈ పురస్కారాన్ని అందజేశారు. గేయ రచన, గజల్ రచన, చిత్రలేఖనం, భాష, సంస్కృతి సాహిత్య రంగాలలో రాజీవ్ చేసును కపితి గాను ఈ పురస్కారం అందజేశారు.

రాజీవ్ ను భద్రాది కొత్తగూడం జిల్లా కపులు, కళాకారులు, పురః ప్రముఖులు అభినందించారు.

కాంగ్రెస్ ఎమ్ముఖీ అభ్యర్థి నరేందర్ రెడ్డికి మద్దతుగా ప్రచారం

- కాంగ్రెస్ మండల అధ్యక్షులు ఇప్పు శ్రీనివాస్ అధ్యక్షుంలో

•ಪ್ರಚಾರಂ ಚೇಸಿನ ಕಾಂಗಡ್‌ನ ಶೈಲು



చొపుదండి/ కరీంనగర్, ఫ్లాట్‌వరి 16(అక్షరం న్యూస్టోర్మ్)

కరీంగర్, ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్, మెదక్ పట్టభూరులు ఎవ్వుల్ని అభ్యర్థిగా కాంగ్రెస్ పార్టీ బలపరచిన ఆలోర్న్ నరేందర్ రెడ్డి కి మద్దతుగా చొప్పదండి పట్టణాలే మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు ఇప్పు శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆధ్యర్థంలో ఇంటింబి ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మార్కెట్ క్లెర్కును కొత్తారు మహేష్, పట్టణాలు నిజానపురం చందు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పెరుమాండ్ల గంగయ్య గౌడ్, గుర్రం రమేష్ గౌడ్, కడారి శంకర్, మాపురపు రాములు, దూస కెలాసపతి, గుంటీ స్వరూప, యామ తిరుపతి, పాలురు ప్రసాద్, ఎండీ రజాక్, మహ్మద్ చాంద్ పాపా, చీకట్ల గంగరాజు, కళ్యాణపు శ్రీనివాస్, గుండెబి విజయ్, రాజేందర్, తదితరులు పాలొన్నారు.

ದೇಶಂ ದಾಟಿನಾ ಅಭಿಮಾನಂ ಜರ್ವೀಸ್‌ಲೋ ಕೆ.ಸಿ.ಆರ್ ಜನ್ಮಾದಿನ ವೇದುಕಲು



పులబాల సైదేశ్వర్ రావు ను ఆశీర్వదించిన మండల కాంగ్రెస్ నాయకులు



ఖముం/ప్రాప్త రిపోర్టర్ పొబవరి/ తలాడు 16 (ఆకరంపూన్సీ)

ఫుమ్మిల్నెప్ప పొడ్డుర ఘుమ్మువు, తల్లూడు 16 (అక్కిపరనుస్తున్) తల్లూడు మండలం జగన్నాథపురం గ్రామానికి చెందిన పులబాల వెంకటేశ్వరరావు కృష్ణపుటుమారి దంపతుల కుమారుడు పులబాల సైదేశ్వర్ రావు మంగళ స్వానాల వేదుక కార్యక్రమంలో పొల్గొని కాబోయే నూతన వరుడుని అక్కింతలు వేసితల్లూడు మండలం కాంగ్రెస్ పొర్టీ నాయకులు ఆశీర్వదించారు. ఈ కార్యక్రమంలో తల్లూడు మండల కాంగ్రెస్ పొర్టీ అధ్యక్షులు కాపా సుధాకర్ బిల్లిపాడు గ్రామ కాంగ్రెస్ పొర్టీ నాయకులు జక్కురపూడి కిషోర్, సామినేని రామప్పారావు, రమేష్, నాగుల హేచ్, వడ్డే రామారావు యూత్ కాంగ్రెస్ ఉపాధ్యక్షులు వారాల అజయ్, హేచ్ జమాల్ . బుజ్జి బాబు , తదితరులు పొల్గొనారు

సీఎం లలిఫ్ ఫండ్ చెక్కులను లబిదారులకు పంపిణీ..

— 6 —

మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు..
ఖమ్మం/ సాఫ్ రిపోర్ట్ ఫిబ్రవరి

16 (ఆక్షరంన్యాస్) తల్లడ మండలంలో ఆదివారం
 ప్రతి గ్రామంలో సత్తుపల్లి
 నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు శ్రీమతి
 దాకర్ మట్ట రాగమయి దయానంద్
 విజయ్ కుమార్ ఆదేశాల మేరకు
 ప్రతి గ్రామంలో తల్లడ మండల
 కాంగ్రెస్ పార్టీ అద్యాచ్ఛలు కాపా



నుండి కలవాలు జూరిపోవాలి తెలుక వచ్చి స్వమేపిక జలాఖపకా
చేశారు. అనంతరం బోనాల తీశారు. రాత్రి ఒగ్గు కథ కార్యక్రమానికి వివిధ
గ్రామాల నుండి ప్రజలు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



