www.toliadugudaily.com
www.epaper.toliadugudaily.com

తొలిఅడుగు

తెలుగు దిన పత్రిక

ఎస్బీఐ ఎండీగా రామమోహన్ రావు

4

హైదరాబాద్ సంపుటి : 01 సంచిక : 206 గురువారం 19 - 12 - 2024 ఎడిటర్ : పి. జయరాం పేజీలు : 8 వెల : 4

ప్రభుత్వ ఉగ్రరూపం

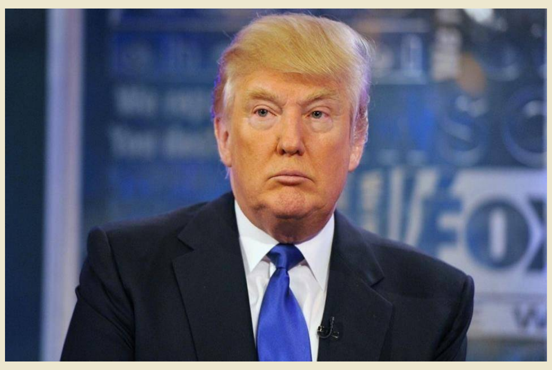
తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : హైదరాబాద్ ఆర్టీసీ క్రాస్ రోడ్స్ లో ఉన్న సంధ్య థియేటర్ లో జరిగిన తొక్కిసలాటలో రేవతి అనే 35 సంవత్సరాల మహిళ మృతి చెందగా, ఆమె తొమ్మిదేళ్ళ కుమారుడు బ్రెయిన్ డెత్ కు గురయ్యాడు. ఈ కేసులో అల్లు అర్జున్ ఒకరాత్రి జైలు జీవితం గడిపాడు. సినీ ప్రముఖులంతా అల్లు అర్జున్ ను పరామర్శిస్తున్నారేకానీ బాధిత కుటుంబాన్ని ఎవరూ పరామర్శించడంలేదు. క్వాష్

2

లైంగిక వేధింపుల కేసులో అరెస్టు

2

ఇండియాకు వార్నింగ్



తొలిఅడుగు డెస్క్ : ఇండియాకు వార్నింగ్ ఇచ్చాడు ట్రంప్. కాబోయే అమెరికా అధ్యక్షుడిగా ఎన్నికైన ట్రంప్.. పన్నుల అంశంలో భారత విధానాన్ని తప్పుపట్టారు. అమెరికా ఉత్పత్తులపై భారీగా దిగుమతి సుంకాన్ని భారత్ వసూల్ చేస్తున్నదని, దానికి ప్రతీకారంగా

2

భూమికి భరోసా..

భూ భారతి

- సామాన్యుల భూహక్కులను పరిరక్షిస్తాం
- ధరణితో అన్యాక్రాంతమైన భూముల గుట్టు రట్టు చేస్తాం
- సభలో 'భూభారతి' బిల్లు ప్రవేశపెట్టిన పొంగులేటి
- మళ్లీ రెవెన్యూ సదస్సులు, భూసమస్యల పరిష్కారం
- ఆ భూముల్ని స్వాధీనం చేసుకుని పేదలకిస్తామని వెల్లడి
- ప్రభుత్వ ఆస్తుల్ని తారుమారు చేసే అధికారులకు శిక్షలు

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : ప్రభుత్వ భూములను ఆక్రమించినవారు ఎంత పెద్దవారైనా వదిలేది లేదని.. ఆ భూములను స్వాధీనం చేసుకుని, పేదలకు పంచుతామని రాష్ట్ర రెవెన్యూ శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి అన్నారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వంలో ఇద్దరు వ్యక్తులు రెవెన్యూ చట్టం-2020ను ప్రజలపై రుద్దారని, పూర్తి అవినీతితో నిండిపోయిన ఆ చట్టానికి మూడేళ్లకే నూరేళ్లు నిండిపోయేలా ప్రజలు మార్గ నిర్దేశం చేశారని వ్యాఖ్యానించారు. దాని స్థానంలో తాము అందరికీ ఆమోదయోగ్యమైన చట్టాన్ని తెస్తున్నామని పేర్కొంటూ.. 'తెలంగాణ భూభారతి (భూమిపై హక్కుల రికార్డు) బిల్లు-2024'ను బుధవారం ఆయన అసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టారు. ఆ చట్టంలోని కీలక అంశాలు వెల్లడించారు. గత ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన చట్టంలో అనేక పొరపాట్లు ఉన్నాయని, 'ధరణి'తో రైతులకు అన్యాయం జరిగిందని ధ్వజమెత్తారు.

అందులోని పొరపాట్లు, లోపాలన్నింటినీ సరిదిద్ది, మేధావులతో చర్చించి కొత్త చట్టాన్ని రూపొందించామని, కాస్త

2

ముంబై తీరంలో ఘోరం

60 మందితో వెళ్తున్న బోటు మునక

తొలిఅడుగు డెస్క్ : ముంబై తీరంలో ఘోర పడవ ప్రమాదం జరిగింది. 60 మంది ప్రయాణికులతో వెళ్తున్న ఓ బోటు ప్రమాదవశాత్తు మునిగిపోయింది. సమాచారం అందిన వెంటనే రంగంలోకి దిగిన

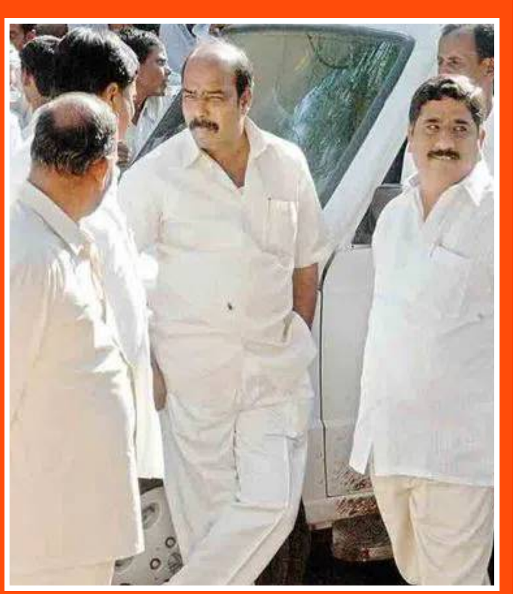
2

సునీత విలియమ్స్ రాక మరింత ఆలస్యం..!

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : భారత సంతతి వ్యోమగామి సునీత విలియమ్స్ రాక మరింత ఆలస్యం కానున్నది. షెడ్యూల్ ప్రకారం వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరిలో భూమిపైకి చేరాల్సి ఉంది. అయితే, ప్రస్తుతం నాసా షెడ్యూల్‌ను సవరించింది. దాంతో ఆమె మరోనెల

2

18 ఏండ్ల తర్వాత బెయిల్



తొలిఅడుగు, అమరావతి : ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని అనంతపురం జిల్లాలో సంచలన సృష్టించిన మాజీ మంత్రి, టీడీపీ నేత పరిటాల రవి హత్య కేసులో ఐదుగురు నిందితులకు హైకోర్ట్ నేడు బెయిల్ మంజూర్ చేసింది. ఈ కేసులో నిందితులుగా ఉన్న పండుగ నారాయణరెడ్డి (ఏ-3), రేఖమయ్య (ఏ-4), రంగనాయకులు (ఏ-5), వడ్డే కొండ (ఏ-6), ఓబిరెడ్డి (ఏ-8)లకు.. 18 ఏండ్ల తర్వాత ఏపీ హైకోర్టు బెయిల్‌ను మంజూరు చేసింది. అనంతపురం జిల్లా పెనుకొండలో 2005 జనవరి 24న పరిటాల రవి హత్య జరిగిన విషయం తెలిసిందే. ఈ కేసు అప్పట్లో సంచలనం సృష్టించింది. ఈ కేసులో ప్రధాన నిందితుడైన మద్దెలచెరువు సూరిని భాను కిరణ్ అనే వ్యక్తి కాల్చి

2

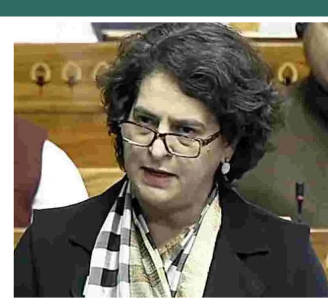
జల్‌జీవన్'లో జనం భాగస్వామ్యం

- వర్క్‌షాపులో డిప్యూటీ సీఎం పవన్‌కల్యాణ్ పిలుపు

తొలిఅడుగు, అమరావతి : జల్‌జీవన్ మిషన్ పనుల్లో ప్రజలను భాగస్వాములను చేయాలని అధికారులకు ఉపముఖ్యమంత్రి పవన్‌కల్యాణ్ సూచించారు. ఇప్పుడున్న నీటి వనరులకు కొత్త రూపు తీసుకురావడంతో పాటు కొత్త నీటి వనరులను సృష్టించుకోవడం ఈ పథకం లక్ష్యం కావాలని వివరించారు. బుధవారం విజయవాడలోని ఓ ప్రైవేట్ హోటల్‌లో ఏర్పాటుచేసిన జల్‌జీవన్ మిషన్

2

జమిలీ జేపీసీ కమిటీలో ప్రియాంక



తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : జమిలి ఎన్నికల రాజ్యాంగ సవరణ బిల్లును సంయుక్త పార్లమెంటరీ కమిటీకి పంపిన నేపథ్యంలో బిల్లును పరిశీలించే జేపీసీ నామినీ జాబితాలో కాంగ్రెస్ తరఫున ఆ పార్టీ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ పేరు ఉన్నట్టు తెలుస్తోంది. లోక్‌సభ నుంచి ప్రియాంక గాంధీ వాద్రా, మనీష్ తివారీ, సుఖ్‌దేవ్ భగవత్, రాజ్యసభ

2

ఇండియాకు వార్నింగ్

మొదటిపేజీ తరువాయి మేం కూడా ట్యాక్స్‌ను వసూల్ చేయనున్నట్లు ట్రంప్ తెలిపారు. ఒకవేళ భారత్ పన్ను వసూల్ చేస్తే, వాళ్లకు కూడా మేం ట్యాక్స్ వేస్తామని, ఇది ప్రతిచర్యగా ఉంటుందని, దాదాపు అన్ని అంశాల్లో భారత్ అధిక దిగుమతి సుంకాన్ని వసూల్ చేస్తున్నదని, కానీ తామేమీ ట్యాక్స్ వసూల్ చేయడం లేదని ట్రంప్ తెలిపారు. చైనాతో జరిగిన వాణిజ్య ఒప్పందంపై ప్రశ్న వేసిన సమయంలో.. ట్రంప్ ఈ సమాధానం ఇచ్చారు. ఇండియాతో పాటు బ్రెజిల్ కూడా తమ ఉత్పత్తులపై అధిక దిగుమతి సుంకాన్ని వసూల్ చేస్తున్నట్లు ట్రంప్ ఆరోపించారు.

ముంబై తీరంలో ఘోరం

మొదటిపేజీ తరువాయి ఇండియన్ కోస్ట్‌గార్డ్స్ రెస్క్యూ ఆపరేషన్ చేపట్టారు. 20 మందిని రక్షించారు. ఒక మృతదేహాన్ని కూడా వెలికి తీశారు. మిగతావారు గల్లంతయ్యారు. గల్లంతైన వారి ఆచూకీ కోసం రెస్క్యూ ఆపరేషన్ కొనసాగిస్తున్నారు. ప్రమాదం నుంచి బయటపడ్డ 20 మంది ప్రస్తుతం ఇండియన్ కోస్ట్‌గార్డ్ షిప్ సుభద్ర కుమారి చౌహాన్‌లో ఉన్నారు. ఘటనకు సంబంధించి మరిన్ని వివరాలు తెలియాల్సి ఉందని భారత తీర రక్షక దళం అధికారులు తెలిపారు. కాగా ఘటనపై మహారాష్ట్ర సీఎం దేవేంద్ర ఫడ్నవీస్ దిగ్భ్రాంతి వ్యక్తం చేశారు. ఘటనపై పూర్తి వివరాలు తెలుసుకుని త్వరలో ప్రకటన చేస్తానని చెప్పారు.

సునీత విలియమ్స్ రాక మరింత ఆలస్యం..!

మొదటిపేజీ తరువాయి రోజుల పాటు ఇంటర్‌నేషనల్ స్పేస్ స్టేషన్‌లోనే నిరీక్షించాల్సిన పరిస్థితి ఎదురైంది. మార్చిలో తిరిగి భూమిపైకి చేరుకునే అవకాశాలున్నాయి. స్పేస్‌ఎక్స్ క్రూ-10 మిషన్‌లో ఆలస్యం నేపథ్యంలో ఆలస్యమవుతున్నట్లు నాసా పేర్కొంది. వారం రోజుల మిషన్ కోసం సునీతా విలియమ్స్, బుచ్ విల్మోర్ జూన్‌లో బోయింగ్‌కు చెందిన స్టార్‌లైనర్ షిప్‌లో ఐఎస్‌ఎస్‌కు వెళ్లారు. అయితే, సాంకేతిక కారణాలతో అక్కడే చిక్కుకుపోయారు. జూన్ 6న ఇద్దరూ వ్యోమగాములు ఐఎస్‌ఎస్‌లోకి వెళ్లగా.. అదే నెల 14న తిరిగి భూమిపైకి రావాలి. కానీ, స్టార్ లైనర్‌లో హీలియం లీకేజీ నేపథ్యంలో ప్రయాణం వాయిదా పడింది. ఆ తర్వాత స్టార్‌లైనర్ షిప్ వ్యోమగాములను ఐఎస్‌ఎస్‌లోనే వదిలి.. ఒంటరిగా తిరిగి భూమిపైకి చేరింది. ఐఎస్-ఎస్‌లో చిక్కుకుపోయిన వ్యోమగాములను సురక్షితంగా భూమిపైకి తిరిగి తీసుకువచ్చేందుకు నాసా.. స్పేస్‌ఎక్స్ క్రూ-9ని సిద్ధం చేస్తున్నది. ఈ మిషన్ ఈ ఏడాది సెప్టెంబర్‌ను లాంచ్ చేసింది. క్రూ-9 అంతరిక్ష నౌకలో విలియమ్స్, విల్మోర్‌కు రెండు ఖాళీ సీట్లను ఖాళీగా ఉంచింది. క్రూ-9కి బదులుగా.. క్రూ-10లో తీసుకువచ్చేందుకు ఏర్పాట్లు చేస్తున్నది. కొత్త స్పేస్‌క్రాఫ్ట్‌ని సిద్ధం చేసేందుకు స్పేస్‌ఎక్స్‌కు సమయం పట్టే అవకాశం ఉన్న నేపథ్యంలో ప్రయోగాన్ని మార్చి 2025కి వాయిదా వేసింది. సునీతా విలియమ్స్, బుచ్ విల్మోర్ ఎనిమిది రోజుల ప్రయాణం కాస్త తొమ్మిది నెలలపాటు ఐఎస్‌ఎస్‌లోనే ఉండాల్సిన పరిస్థితి ఎదురైంది. ఇదిలా ఉండగా.. నాసా అడ్మినిస్ట్రేటర్ బిల్ నెల్సన్ మాట్లాడుతూ వ్యోమగాముల భద్రతకు ప్రాధాన్యత ఇస్తామన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఛాలెంజర్, కొలంబియా ఘటనలను గుర్తు చేశారు.

జమిలీ జేపీసీ కమిటీలో ప్రియాంక

మొదటిపేజీ తరువాయి నుంచి రణ్‌దీప్ సూర్జేవాలా పేర్లు ఉన్నట్టు విశ్వసనీయ వర్గాలు తెలిపాయి. కమిటీలో సభ్యులుగా కల్యాణ్ బెనర్జీ, సాకేత్ గోఖలేల పేర్లను తృణమూల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రతిపాదించినట్టు సమాచారం. జమిలీ ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు రెండు బిల్లులను (129వ రాజ్యాంగ సవరణ) కేంద్ర న్యాయశాఖ మంత్రి అర్జున్ మేఘవాల్ మంగళవారంనాడు లోక్‌సభలో ప్రవేశపెట్టారు. ఈ బిల్లు నియంతృత్వానికి దారితీస్తుందని విపక్షాలు వ్యతిరేకించగా, రాష్ట్రాల హక్కులకు ఎలాంటి భంగం కలగదని మేఘవాల్ స్పష్టం చేశారు.

ప్రభుత్వ ఉగ్రరూపం

మొదటిపేజీ తరువాయి

పిటిషన్ లో బెయిల్ ఎలా ఇస్తారంటూ ప్రభుత్వ న్యాయవాది హైకోర్టు జడ్జిని ప్రశ్నించారు. అయినప్పటికీ మధ్యంతర బెయిల్ మంజూరైంది. నాలుగువారాల తర్వాత నాంపల్లి కోర్టులో తేల్చుకోమని తెలంగాణ హైకోర్టు సూచించింది. ఈ కేసులో తెలంగాణ ప్రభుత్వాన్ని దూషిస్తూ అల్లు అర్జున్ అభిమానులు పోస్టులు పెట్టారు. అలాగే అరెస్ట్ ను సమర్థించినవారిని, వారి కుటుంబ సభ్యులను కూడా దూసిస్తూ అనుచితంగా వ్యాఖ్యలు చేయడమే కాకుండా దుర్భాషలాడుతూ పోస్టులు పెట్టారు. వీరందరినీ తెలంగాణ ప్రభుత్వం గుర్తించి త్వరలోనే అరెస్ట్ చేయబోతోంది. చాలామంది బన్నీ అభిమానులు తాము పెట్టిన పోస్టులను ఇప్పటికే తొలగించారు. రాజకీయ ముసుగులో అల్లు అర్జున్ కు మద్దతు ప్రకటిస్తూ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని నిందించినవారిని, ప్రభుత్వాన్ని దుర్భాషలాడుతూ, ప్రభుత్వంపైనే దుష్ప్రచారం చేసినవారిని మాత్రం వదిలే ప్రసక్తే లేదని ప్రభుత్వ వర్గాలు వెల్లడించాయి. సైబర్ క్రైమ్ పోలీసులు త్వరలోనే కేసులు నమోదు చేయబోతున్నారు. అల్లు అర్జున్ కు ఇచ్చిన మధ్యంతర బెయిన్ ను రద్దు చేయాలంటూ తెలంగాణ పోలీసులు సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించబోతున్నారు. సంధ్య థియేటర్ ను ఎందుకు సీజ్ చేయకూడదో 10 రోజుల్లో వివరణ ఇవ్వాలని ప్రభుత్వం యాజమాన్యాన్ని ఆదేశించింది. దీనికి సంబంధించి ఉత్తర్వులు కూడా జారీచేశారు. జాతీయస్థాయిలో సంచలనంగా మారిన ఈ కేసులో రాబోయే రోజుల్లో ఉత్కంఠభరితమైన పరిణామాలు చోటుచేసుకోబోతున్నాయని అర్థమవుతోంది. నాంపల్లి కోర్టులో నాలుగు వారాల తర్వాత బెయిల్ కోసం పిటిషన్ వేయాల్సి ఉంటుంది. కోర్టు బన్నీకి బెయిలిస్తుందా? రిమాండ్ కు పంపిస్తుందా? అనే విషయం అప్పుడే తేలుతుంది. ఏదేమైనప్పటికీ అల్లు అర్జున్ కు మాత్రం పుష్ప2 ఘనవిజయం సాధించిన ఆనందం మాత్రం నిలవలేదు.

లైంగిక వేధింపుల కేసులో అరెస్టు

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : లైంగిక వేధింపుల కేసులో ప్రముఖ యూట్యూబర్ ప్రసాద్ బెహరాను జూబ్లీహిల్స్ పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ఓ వెబ్ సిరీస్ షూటింగ్ సమయంలో హీరోయిన్‌తో అసభ్యంగా ప్రవర్తించాడనే ఆరోపణలపై కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. షూటింగ్ సమయంలో తనను అందరి ముందు పలుమార్లు అసభ్య పదజాలంతో దూషించాడని, అలాగే ప్రైవేటు భాగాలను తాకాడని, చెప్పలేని పదాలతో అవమానించాడని జూబ్లీహిల్స్ పోలీసులకు బాధిత యువతి ఫిర్యాదు చేసింది. ఈ మేరకు ప్రసాద్ బెహరాపై 75(2),79, 351(2) బీఎన్ఎస్ సెక్షన్స్ కింద పోలీసులు కేసు నమోదు చేశారు. అనంతరం అతన్ని అరెస్ట్ చేసి కోర్టులో హాజరుపరిచి రిమాండ్‌కు తరలించారు. మా విడాకులు, పెళ్లి వారమండి, మెకానిక్ వెబ్ సిరీస్‌లతో నిందితుడు ప్రసాద్ బెహరా మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకున్నారు. ఇటీవల రిలీజైన కమిటీ కుర్రాళ్లు సినిమాతోనూ నటుడిగా మంచి గుర్తింపే వచ్చింది. కాగా, లైంగిక వేధింపుల కేసులో ప్రసాద్ అరెస్ట్ కావడంతో తెలుగు సినిమా ఇండస్ట్రీ ఒక్కసారిగా ఉలిక్కిపడింది.

18 ఏండ్ల తర్వాత బెయిల్

మొదటిపేజీ తరువాయి చంపిన విషయం తెలిసిందే. టీడీపీ ఎమ్మెల్యే పరిటాల రవి హత్య కేసులో ప్రధాన నిందితుడు మద్దెలచెరువు సూరి. తన కుటుంబంలో ఉన్న అందరిని హత్య చేశాడు అన్న కోపంతో పరిటాల రవి చంపాలని నిర్ణయించుకున్నాడు సూరి. ఈ క్రమంలోనే 2005లో పరిటాల రవిని కాల్చి చంపాడు. ఇక పరిటాల రవిని హత్య చేసిన కేసులో జైలు జీవితం గడిపి బెయిల్ మీద బయటకు వచ్చిన సూరిని 2011 జనవరి 4న భాను కిరణ్ కాల్చి చంపాడు. అనంతపురం ఫ్యాక్షన్ పేరు చెప్పగానే ముందుగా గుర్తోచ్చే పేర్లు పరిటాల రవి, మద్దెలచెరువు సూరి, మొద్దు శీను, ఓం ప్రకాశ్, భాను కిరణ్. దీనిపైనే ప్రముఖ దర్శకుడు రామ్ గోపాల్ వర్మ 2010లో రక్త చరిత్ర అనే సినిమా కూడా తీశాడు.

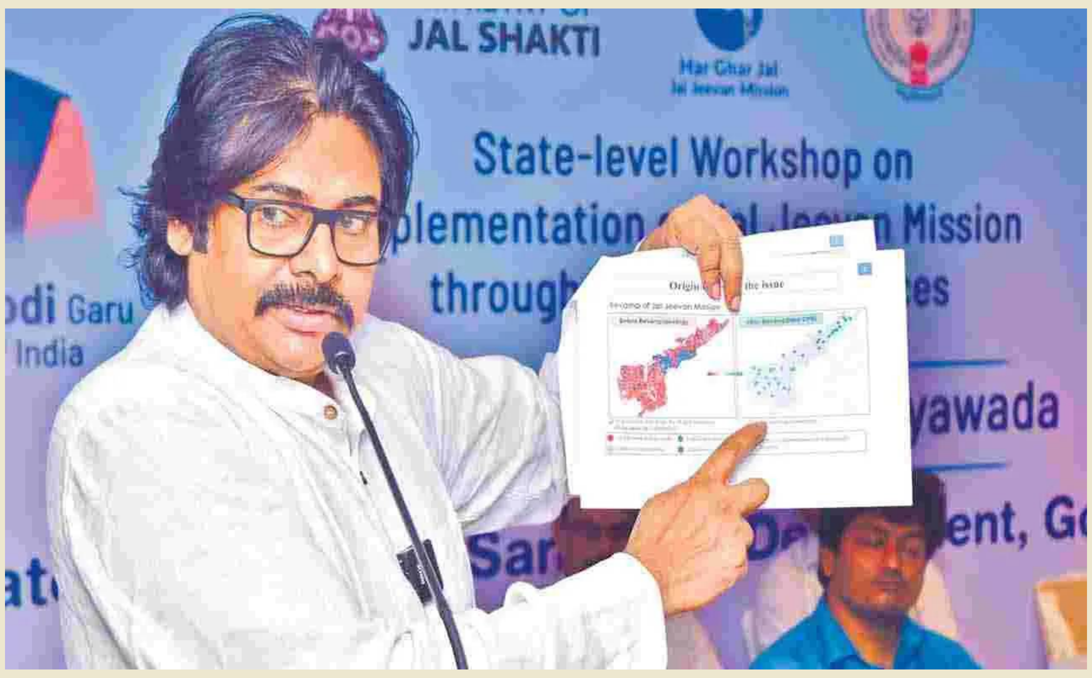
భూమికి భరోసా...‘భూభారతి’

మొదటిపేజీ తరువాయి ఆలస్యమైనా సమగ్రంగా తీసుకొచ్చామని పొంగులేటి వివరించారు. భూములున్న ప్రతి వ్యక్తికీ భద్రత కల్పించేలా, సామాన్యుల హక్కులను పరిరక్షించడమే ధ్యేయంగా ఈ చట్టాన్ని రూపొందించామని.. భూభారతి చట్టం వందేళ్లు వర్ధిల్లుతుందని పేర్కొన్నారు. 1971లో అప్పటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ఆర్వోఆర్ చట్టం 49 ఏళ్లపాటు ఉపయోగపడిందని, ముఖ్యంగా రాష్ట్ర విభజన తర్వాత ఏడేళ్ల పాటు ప్రజలకు ఉపయోగపడే విధంగా కొనసాగిందని అన్నారు.. అర్ధరాత్రి వేళ నాలుగు గోడల మధ్య రూపొందించిన ధరణి చట్టం వల్ల సమస్యలు పరిష్కారం కాకపోగా లక్షలాది సమస్యలను తెచ్చిపెట్టిందని ఆరోపించారు. ప్రజల నమ్మకాన్ని నిలబెట్టేందుకే ఆర్వోఆర్ చట్టం- 2020ను ప్రక్షాళన చేసి భూభారతి చట్టాన్ని రూపొందించామన్నారు. ఆగస్టు 2న ముసాయిదాను ప్రవేశపెట్టడమే కాకుండా, 40 రోజుల పాటు వెబ్‌సైట్‌లో పెట్టి ప్రజాప్రతినిధులు, కవులు, మేధావులు, అధికారుల సలహాలు సూచనలు స్వీకరించి కొత్త చట్టానికి రూపకల్పన చేశామన్నారు. ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు 7 పేజీల సలహాలు, సూచనలు ఇచ్చారని, వాటిని కూడా పరిగణలోకి తీసుకుంటామని చెప్పారు.

జల్‌జీవన్’లో జనం భాగస్వామ్యం

మొదటిపేజీ తరువాయి వర్క్‌షాపును ఆయన ప్రారంభించారు. నీటి నిర్వహణ, సరఫరా విషయంలో పటిష్ఠమైన ప్రణాళిక ఉండాలని అధికారులకు పవన్ కల్యాణ్ సూచించారు. రాష్ట్రంలో ప్రతి ఇంటికీ స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందించాలనే బృహత్తర ప్రణాళికతో అంతాకలిసి ముందుకు సాగుదామని పిలుపునిచ్చారు. జల్‌జీవన్ మిషన్ పనులు ఎలా మొదలుపెట్టాలి, ఎలాముందుకు తీసుకెళ్లాలి, పటిష్ఠంగా ఎలా పూర్తి చేయాలనే విషయాలపై అధికార యంత్రాంగం సమన్వయం చేసుకుంటూ పనిచేయాలని, పనులు చేసి వదిలేయడం కాకుండా ప్రజల నుంచి వచ్చే ఫిర్యాదులు, సూచనలు వినడానికి ప్రత్యేకంగా సమయాన్ని కేటాయించాలన్నారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో నివశించే ప్రజల తాగునీటి అవసరాలను గుర్తించి ముందుకెళ్లాలని కోరారు. జల వనరుల లభ్యత, వాటి నుంచి పొందాల్సిన ప్రయోజనం, ఇతర అంశాలను నిశితంగా పరిశీలించి శాశ్వతంగా ఫలితాలు అందేలా జల్‌జీవన్ మిషన్ పనులను మొదలుపెట్టాలన్నారు.

స్వాతంత్ర్యానంతరం తాగునీటిని అందించేందుకు రూ.లక్షల కోట్లు ప్రభుత్వాలు



ఖర్చు చేశాయి. అయినా ఇప్పటికీ తాగునీటి వెతలు తప్పడం లేదు. దీనిని దృష్టిలో ఉంచుకునే 2019లో జల్‌జీవన్ మిషన్ పథకం మేరకు మొదలైంది. ప్రతి మనిషికీ సగటున 55 లీటర్లు రక్షిత తాగునీరు అందించాలనేది పథకం లక్ష్యం. నేను ఏ జిల్లా పర్యటనకు వెళ్లినా.. తాగునీరు అందడం లేదని జనం చెబుతున్నారు. జల్‌జీవన్ పనుల్లో గత ప్రభుత్వం అసలేం చేసిందనేదానిపై పల్స్ సర్వేను యుద్ధ ప్రాతిపదికన చేయాలని అధికారులకు చెప్పాం. గత పాలకులు చెప్పిన లెక్కల్లో 70.04 లక్షల కుటుంబాలకు నీటి కుళాయిలు ఇచ్చారు... ఇంకా 25.40 లక్షల కుటుంబాలకు కనెక్షన్లు ఇవ్వాలి. కానీ, 85.22లక్షల కుటుంబాలకుగాను 55.37 లక్షల కుటుంబాలకు ఇంకా కుళాయిలు బిగించాల్సి ఉన్నదని పల్స్ సర్వేలో తేలింది.

జనగామ జిల్లాలో సీఎం కప్ టైక్వాండో కాంపిటీషన్

తొలి అడుగు, జనగామ, డిసెంబర్ 18 : జనగామ జిల్లాలో సీఎం కప్ టైక్వాండో కాంపిటీషన్ మినీ స్టేడియంలో బుదవారం నిర్వహించడం జరిగింది. ఇందులో 50 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. అండర్ 12 ఇయర్స్, అండర్ 14 ఇయర్స్, అండర్ 17 ఇయర్స్, గర్ల్స్ అండ్ బాయ్స్ పాల్గొన్నారు. ముఖ్యఅతిథిగా జనగామ జిల్లా డి.ఓ.వై.ఎస్ స్పోర్ట్స్ ఆఫీసర్, మై మాస్టర్స్ పబ్లిక్ స్కూల్ ప్రిన్సిపల్ ఖదీర్ పాషా సార్ ప్రారంభించడం జరిగింది. ఇందులో గెలిచిన విద్యార్థులకు ఈనెల 21న మెడల్స్ అండ్ సర్టిఫికెట్స్ అందజేస్తామని తెలియజేశారు. టైక్వాండో మాస్టర్ ఎండి అబ్బాస్ మాట్లాడుతూ.... డిస్ట్రిక్ట్ లెవెల్ లో సెలెక్ట్ అయినవారు 22వ రోజున ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా టైక్వాండో కాంపిటీషన్లో పాల్గొంటారని ఇందులో గెలిచిన వాళ్లు రాష్ట్ర స్థాయిలో పాల్గొంటారని తెలిపారు. గెలిచిన వాళ్లు వైవిజ్ఞ, స్ప్రింక్లీ రూత్, వైష్ణవి, అమూల్య, సంజన, గౌస్ పాషా, శివాని,సాత్విక్, ఉదయ్ చరణ్, అమన్, బాలాజీ తదితరులు ఎంపికయ్యారు. అఫీషియల్ జడ్జెస్ రెఫ్రీ సిహెచ్. అనూష, చిన్నాల.మణిదీప్, ఎం.క్రాంతి కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

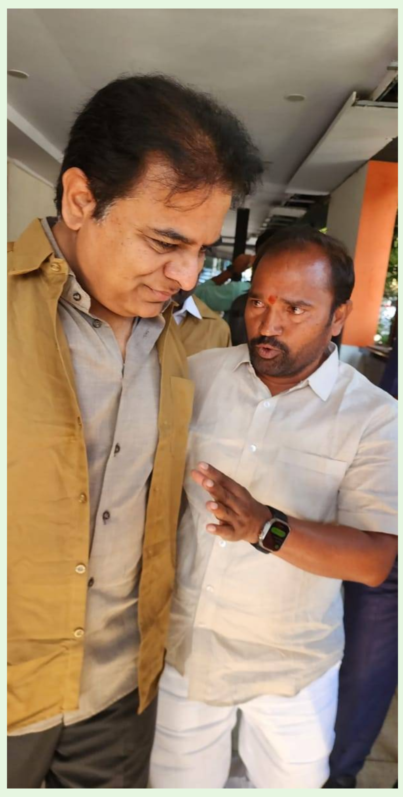
మెడికల్ షాప్ ను ప్రారంభించిన దశరథ్ నాయక్:

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : కడ్తాల్ మండలంలోని కర్కల్పహాడ్ లో ఎల్ హెచ్ పిఎస్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు, మాజీ జెడ్పిటిసి జర్పుల దశరథ్ నాయక్ చేతుల మీదుగా స్వప్న మెడికల్ షాప్ ను బుదవారం ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ... ఈరోజుల్లో సామాన్యులకు వైద్యం అనేది పేద ప్రజలకు వైద్య సేవలు అందుబాటులో లేక అనేక ఇబ్బంది పడుతున్నారు. గ్రామంలో ప్రజల సమస్యలు దృష్టిలో ఉంచుకొని గ్రామం లో మెడికల్ షాప్ ప్రారంభిచడం ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. గ్రామీణ ప్రాంతంలో వైద్య సేవలు అందించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎంపిటిసి లచ్చిరామ్ నాయక్ మాజీ సర్పంచ్ నాగమణి వెంకోబా సోనా శ్రీను నాయక్ నాయకులు రామ్ చందర్ యాదయ్య నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అయ్యప్ప స్వాముల మహా పడి పూజ ఘనంగా నిర్వహించారు :

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : తలకొండపల్లి మండలంలోని పడకల్ గ్రామంలో అయ్యప్ప స్వాముల మహా పడిపూజ కార్యక్రమాన్ని అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అయ్యప్ప స్వాముల పడిపూజ కార్యక్రమంలో భాగంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు డోకూరు ప్రభాకర్ రెడ్డి దంపతులు (అన్నదానం) అన్న ప్రసాదం చేశారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా బ్లాక్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు యాట నర్సింహ ముదిరాజ్ విచ్చేసి మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు కలిసి అన్నప్రసాద కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. వివిధ గ్రామాల నుంచి భక్తులు అయ్యప్ప స్వాములు విచ్చేసి పరిపూజలో పాల్గొన్నారు. పడకల గ్రామంలో అయ్యప్ప పడిపూజ జరగడంతో గ్రామంలో పండుగ వాతావరణం నెలకొంది. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ శ్రీశైలం వెల్జాల్ మాజీ ఎంపీటీసీ జి శ్రీనివాస్ మూర్తి జగ్గారెడ్డి జక్కు శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాజీ ఎంపీటీసీ నర్సమ్మ, రాఘవులు సుధాకర్ రెడ్డి సాకలి సత్తయ్య, మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు నిలకాన్తం తుమ్మ నరసింహ బోల యాదగిరి నరసింహ రెడ్డి వెంకటేష్ గౌస్ అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్న గ్రామస్తులు మరియు వివిధ గ్రామాల స్వాములు గురు స్వామి ముకుంద భక్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కేటీఆర్ ను కలిసిన ఎల్ హెచ్ పిఎస్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు దశరథ్ నాయక్



తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : కడ్తల్ మండల పరిధిలో ముద్విన్ గ్రామ పంచాయతీ లో పేద కుంటుంబానికి తమ ట్రస్ట్ ద్వార ఇల్లు నిర్మించారు.ఇల్లు ప్రారంభోత్సవానికి అవ్వాణించడానికి బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ మాజీ మంత్రివర్యులు కల్వకుంట్ల తారక రామారావును లంబాడి హక్కుల పోరాట సమితి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు, కడ్తాల్ మాజీ జెడ్పిటిసి జర్పుల దశరథ్ నాయక్ హైదరాబాద్ లో మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. త్వరలో కడ్తాల్ మండలలో పర్యటించేందుకు సమయం కేటాయించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. అలాగే కడ్తాల్ మండలంలో జర్పుల రాధాకృష్ణ మెమోరియల్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ఆధ్వర్యంలో ముద్విన్ గ్రామంలో నిరుపేదరాలికి నిర్మించిన నూతన ఇంటిని ప్రారంభించేందుకు రావాలని కోరారు. దీనిపై సానుకూలంగా స్పందించిన కేటీఆర్ త్వరలోనే కడ్తాల్ మండలంలో పర్యటిస్తానని హామీ ఇచ్చారని ఆయన తెలిపారు.

ఘనంగా పోతుగంటి అశోక్ రాణి పెళ్లి రోజు వేడుకలు

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : కడ్తల్ మండల కేంద్రంలో వివాహ వార్షికోత్సవ వేడుకలు వారి కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి అదేవిదంగా కడ్తాల్ మండల నాయకులతో కలసి కేక్ కట్ చేయడం జరిగింది. తలకొడపల్లి మాజీ ఎస్సీ సెల్ మండల అధ్యక్షులు ఎదుల శంకర్.కలిసి వారికి శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు.ఈ కార్యక్రమం లో పోతుగంటి వంశీ. దశరథ్ మహేష్. కంబాలపల్లి జంగయ్య బుచ్చయ్య యాదయ్య శివ శ్రీకాంత్ శ్రీనాథ్ రాఖీ నాయకులు కుటుంబ సభ్యులు నాయకులు పాలుగోన్నారు.

పోతుగంటి అశోక్ ఆధ్వర్యంలో గాంధీ భవన్ లో గ్రాండ్ క్రిస్మస్ వేడుకలు:

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : గాంధీ భవన్ లో నిర్వహించే గ్రాండ్ క్రిస్మస్ వేడుకలకు కడ్తాల్ మండలం నుండి అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని విజయవంతం చేశారు. కడ్తాల్ మండలం నుంచి తెలంగాణ రాష్ట్ర ఎస్సీ ఎస్సీ సెల్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మరియు ఎస్సీ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ నాగరిగారి ప్రీతం ఆధ్వర్యంలో గాంధీ భవన్ లో నిర్వహించే గ్రాండ్ క్రిస్మస్ సెలబ్రేషన్ కి కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎస్సీ సెల్ కడ్తాల్ మండల అధ్యక్షులు పోతుగంటి అశోక్ ఆధ్వర్యంలో కడ్తాల్ మండలం నుండి భారీగా వెళ్లడం జరిగింది. రంగారెడ్డి జిల్లా ఎస్సీ సెల్ చెర్మన్ పత్తి పెంటయ్య నూతనం గా ఏనుకోబడిన సందర్భంగా శాలువా తో సత్కరించి శుభాకాంక్షలు తెలియజేయడం జరిగింది. కార్యక్రమంలో. ఈర్ల పల్లి మల్లేష్ పురుషోత్తం శ్రీశైలం శివ లడ్డు నాయకులు పాల్గొన్నారు. అదేవిదంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి ని కలిసి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

రైతులతో ప్రజాధనాన్ని దుర్వినియోగం వ్యాపారులు

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 18 : బుదవారం సమావేశంలో రాష్ట్ర నాయకులు మాట్లాడుతూ నియోజకవర్గంలో ఏర్పాటు చేసినటువంటి సి సి ఐ, వడ్ల కొనుగోలు కేంద్రంలో బినామీ రైతులతో వ్యాపారులు విచ్చలవిడిగా అమ్ముతూ ప్రజాధనాన్ని దుర్వినియోగం చేసినారని తెలియజేయడం జరిగింది. దీనిపై రాష్ట్ర, కేంద్ర ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడికి బినామీ పేర్లతో పెట్టిన వ్యాపారంపై చర్యలు తీసుకునేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామని తెలియజేయడం జరిగింది. అలాగే స్థానిక అధికారులు కూడా వ్యాపారులకు వత్తాసు పలకడం జరిగిందని ఆయా మండలాల శాఖ అధ్యక్షులు జిల్లా, రాష్ట్ర అధ్యక్షులకు తెలియజేయడం జరిగింది. దీనిపై సమగ్ర విచారణ జరిపించి వ్యాపారులపై చర్యలు తీసుకునేందుకు తీర్మానం చేయడం జరిగింది. భారతీయ కిసాన్ సంగ్ జిల్లా సమావేశంలో రాష్ట్ర నాయకులు వెంకట్ రెడ్డి, మల్లారెడ్డి, రెండు రాష్ట్రాల ఇన్చార్జి రాము, జిల్లా అధ్యక్షులు జస్వంత్ రెడ్డి, హుస్నాబాద్ డివిజన్ ఇంచార్జ్ వేణుగోపాల్ రెడ్డి,గోపాల్ రెడ్డి,అక్కన్నపేట ఇంచార్జ్ శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముద్విన్ లో హెల్త్ క్యాంప్ ను పరిశీలించిన ఎల్ హెచ్ పిఎస్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు దశరథ్ నాయక్:

తొలిఅడుగు, కల్వకుర్తి, డిసెంబర్ 18 : కడ్తాల్ మండలంలోని ముదివెన్ గ్రామంలో బుధవారం ఎల్ హెచ్ పిఎస్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు, జర్పుల రాధాకృష్ణ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ చైర్మన్, కడ్తాల్ మాజీ జెడ్పిటిసి జర్పుల దశరథ్ నాయక్ ఆధ్వర్యంలో హెల్త్ క్యాంప్ ను పరిశీలించారు . ఉప్పల చారిటబుల్ ట్రస్ట్ మరియు జర్పుల రాధాకృష్ణ మెమోరియల్ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ సహకారంతో కామినేని హాస్పిటల్ వారి సౌజన్యంతో కడ్తాల్ మండలంలో కొనసాగుతున్న హెల్త్ క్యాంప్ మూడో రోజుకు చేరింది. ఈ సందర్భంగా దశరథ్ నాయక్ మాట్లాడుతూ వైద్యానికి నోచుకోలేని బడుగు బలహీన వర్గాల కోసం వారికి వైద్యం అందుబాటులో ఉండాలని ఉద్దేశంతో ఈ క్యాంపులను ఏర్పాటు చేస్తున్నామని తెలిపారు. అనంతరం ఆయన చేతుల మీదుగా రోగులకు మందులు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షుడు రాజు

నాయకులు పొట్టి శ్రీను వినోద్ శంకరయ్య జంగయ్య జగన్ గ్రామ పెద్దలు నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎస్బీఐ ఎండీగా రామమోహన్ రావు

న్యూఢిల్లీ, తొలిఅడుగు, : దేశీయ బ్యాంకింగ్ దిగ్గజం స్టేట్ బ్యాంక్ ఆఫ్ ఇండియా(ఎస్బీఐ) మేనేజింగ్ డైరెక్టర్‌గా

రామమోహన్‌రావు అమర నియమితులయ్యారు. గుంటూరు జిల్లాకు చెందిన రామ మోహన్ రావు.. ఈ పదవిలో మూడేండ్లపాటు కొనసాగనున్నారు. ఇప్పటికే బ్యాంక్ డిప్యూటీ ఎండీగా విధులు నిర్వహిస్తున్న రావుకు పదొన్నతి లభించినట్లు అయింది. గతంలో ఎండీగా విధులు నిర్వహించిన సీఎస్ శెట్టి చైర్మన్‌గా పదొన్నతి పొందడంతో ఈ పోస్ట్ ఖాలీ అయింది. దీంతో శెట్టి స్థానంలో కొత్తగా రామ మోహన్ రావు ఎంపికచేసింది బ్యాంక్ బోర్డు.

కదం తొక్కిన యువజన కాంగ్రెస్...

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 18 : ఛలో రాజ్ భవన్ కు సిద్దిపేట యువజన కాంగ్రెస్ జిల్లా కార్యదర్శి ఎర్రబోలు రాజారెడ్డి నారాయణరావుపేట్ మండల యూత్ అధ్యక్షుడు బాగన్న కర్ణాకర్ నంగునూరు మండల నాయకులు బాగు శ్రీకాంత్ యాదవ్ తదితరులు తరలివెళ్లారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడారు.. దేశ ప్రతిష్టతను దెబ్బతీసేలా గౌతమ్ అదానీ ఆర్థిక అవకతవకలు, మణిపూర్ అల్లర్లపై ప్రధాని మోడీ నిర్లక్ష్య వైఖరికి నిరసనగా నేడు టిపిసిసి ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన ఛలో రాజ్ భవన్ కార్యక్రమంలోతెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రివర్యులు ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి, టిపిసిసి అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ ఏఐసీసీ ఇంచార్జి దీపదాస్ మున్షి, ఇతర మంత్రులతో కలిసి ఛలో రాజ్ భవన్ కార్యక్రమంలో యువజన కాంగ్రెస్ నాయకులతో పాల్గొనడం జరిగింది.

కష్టపడి ఇష్టపడి చదివితే ఫలితం తప్పకుండా ఉంటుంది.

– చదువుకునే సమయంలో ఎలాంటి చెడు ఆలోచనలకు తావియ్యకూడదులి – సైబర్ నేరాలపై విద్యార్థులకు అవగాహన

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 18 : సిద్దిపేట రూరల్ సీఐ శ్రీను మాట్లాడుతూ... కమ్యూనిటీ పోలీసింగ్ లో భాగంగా మహిళల రక్షణకు పోలీస్ కమిషనర్ ఆదేశానుసారం ప్రత్యేక షెడ్యూల్లో భాగంగా ఈరోజు కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుతుందన్నారు.

పోలీస్ డిపార్ట్మెంట్ ప్రజలకు ఏ విధంగా సేవలు అందిస్తుంది జిల్లాలో ఏ స్థాయి అధికారులు ఉంటారు తదితర అంశాల గురించి విద్యార్థిని విద్యార్థులకు వివరించారు, సోషల్ మీడియా, సైబర్ నేరాలతో జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

సైబర్ నేరాలు మన తప్పిదాల వల్లే జరుగుతున్నాయి గుర్తుతెలియని వ్యక్తులు పంపించే లింకులు ఓపెన్ చేయవద్దు, గూగుల్ పే ఫోన్ పే ద్వారా డబ్బులు పంపించేటప్పుడు తగు జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలి, బ్యాంకు అధికారులు ఎవరూ మన వివరాలు ఎప్పుడు కూడా అడగరు, బ్యాంకు ఖాతా ఓకే ఓపెన్ చేసేటప్పుడే మన ఆధార్ కార్డు పాన్ కార్డు అన్ని వివరాలు ఐడి ప్రూఫ్ తీసుకొని మనకు అకౌంట్ ఇస్తారు, వాళ్లు ఎప్పుడు కూడా ఆ వివరాలు అడగరు, ప్రతి ఒక్కరూ ఇది గమనించాలి. ఇలా అడిగి ఎవరైనా ఫోన్ చేస్తే తప్పకుండా సైబర్ నేరమని వెంటనే ఆ ఫోన్ కట్ చేసి వచ్చిన నెంబర్ ను బ్లాక్ చేయాలి. ఫైబర్ నేరాల బారిన పడకుండా జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలి. మీరు కానీ మీకు తెలిసిన వారు కానీ మీ బంధువులు కానీ ఎవరైనా సైబర్ నేరాల బారిన పడితే వెంటనే జాతీయ సైబర్ సెల్ హెల్ప్ లైన్ నెంబర్ 1930 కాల్ చేసి ఫిర్యాదు చేయాలని సూచించారు. షీటీమ్ దాని యొక్క ప్రాముఖ్యత నిర్వహించే విధుల గురించి, ఫోక్సో చట్టాలు మరియు బాల్య వివాహాలు దాని యొక్క పరిణామాల గురించి, ఇవి టీజింగ్, గుడ్ టచ్, బాడ్ టచ్ తదితర అంశాల గురించి, సోషల్ మీడియా దాని యొక్క పరిణామాల గురించి, సైబర్ సెక్యూరిటీ, మైనర్ డ్రైవింగ్, డయల్ 100 ప్రాముఖ్యత, సమాజంలో జరుగుతున్న నేరాలు వాటి నుండి ఎలా రక్షణ పొందాలి అనే అంశాల గురించి, సెల్ఫ్ కాన్ఫిడెన్స్, సెల్ఫ్ డిఫెన్స్, మహిళల పిల్లల రక్షణకు ఉన్న చట్టాల గురించి, ఎవరైనా వేధించిన రోడ్డుపై వెళ్లేటప్పుడు అవహేలనగా మాట్లాడిన ఉద్దేశపూర్వకంగా వెంబడించిన వెంటనే డయల్ 100, లేదా సిద్దిపేట షీ టీమ్ నెంబర్ 8712667434 కాల్ చేసి సమాచారం అందించాలని సమాచారం అందించిన వారి పేర్లు గోప్యంగా ఉంచడం జరుగుతుందని తెలిపారు.

ఈ కార్యక్రమంలో స్కూల్ ప్రిన్సిపల్ జానయ్య మరియు ఉపాధ్యాయులు సిద్దిపేట షీటీమ్ బృందం కిషన్, ఏఎస్ఐ, మహిళా కానిస్టేబుల్ మమత, కానిస్టేబుళ్లు ప్రవీణ్, లక్ష్మీనారాయణ మరియు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అక్కన్నపేట మండల కాంగ్రెస్ ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశం

– కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంతోనే అభివృద్ధి

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 18 : అక్కన్నపేట మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో అక్కన్నపేట పంతులు తండా కేశనాయక్ తండ మైసమ్మ వారు అంతకుపేట కట్కూరు దుబ్బ తండా చపగనితండా కన్నారం కుందనవన్పల్లి గ్రామాల ఆధ్వర్యంలో ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశం ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది.ఈ కార్యక్రమానికి జంగపల్లి ఐలయ్య మాట్లాడుతూ రవాణా శాఖ మరియు బీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పోన్నం ప్రభాకర్ ఆధ్వర్యంలో అక్కన్నపేట మండలం అభివృద్ధిలో ముందంజలో ఉందని తెలిపారు.అలాగే మన ప్రాంతానికి ఎన్నో నిధులు తెచ్చి అభివృద్ధి చేస్తున్నారని తెలిపారు ఇండస్ట్రియల్ పార్క్ కొత్త ఎంపీడీవో కార్యాలయం ఉందని వివిధ గ్రామంలో సిసి రోడ్లు ఓపెన్ జిమ్ములు గ్రామ పంచాయతీలు భవనం నిర్మాణాలు అంగన్వాడి భవన నిర్మాణాలు అనేక నిర్మాణాలు చేపట్టరాని తెలిపారు అలాగే మన వెనుకబడిన మండలాన్ని అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధిలో దూసుకుపోతుందని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో సిద్దిపేట జిల్లా గ్రంథాలయ చైర్మన్ లింగమూర్తిగారు, అక్కనపేట మండల ఇంచార్జ్ పెద్ది ప్రవీణ్,యువజన కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు పాంద్రాల దాము, సొసైటీ వైస్ చైర్మన్ జంగపల్లి ఐలయ్య, మరియు ముకుంద రెడ్డి, వ్యవసాయ మార్కెట్ డైరెక్టర్ కరెంటు రవి,పత్తిపాక త్రిమూర్తి, బైకన్ శ్రీనివాస్, ముత్యాల సంజీవరెడ్డి,బెజ్జంకి సారయ్య,సారయ్య,సుజాత, ధరావత్ తిరుపతి,మంద పరశు రాములు,పంగ రాకేష్ మునిరాజు తదితర కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

అక్రమ అరెస్టులకు నిరసనగా నల్ల బ్యాడ్జీలతో నిరసన

- అక్రమ అరెస్టులతో ఉద్యమాన్ని ఆపలేరు

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, డిసెంబర్ 18 : గ్రామపంచాయతీ కార్మికుల సమస్యలు పరిష్కరించాలని కోరుతూ మంగళవారం రోజున శాంతియుత ధర్నాకు బయలుదేరిన కార్మికులను ఎక్కడికక్కడ అక్రమ అరెస్టులు చేయడంతో బుధవారం రోజున నల్ల బ్యాడ్జీలు ధరించి దుద్దెడలో నిరసన తెలియజేయడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా సిఐటియు జిల్లా కమిటీ సభ్యులు అమ్ముల బాలనర్సయ్య గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షులు బర్మ కొమురయ్యలు మాట్లాడుతూ అక్రమ అరెస్టులు చేయడమంటే ఉన్న కొన్ని కాళ్ల రాయడమే అవుతుందన్నారు ఇలాంటి రాజరిక పరిపాలన వదిలి ప్రజా ప్రజా కార్మిక హక్కుల కోసం పనిచేయాలని అన్నారు అరెస్టులు చేసి ఉద్యమాన్ని ఆపాలనుకోవడం అవివేకం అని అన్నారు సమస్యల పరిష్కారం కోసం సంఘాలు ప్రతినిధులతో చర్చలు జరిపి న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.ప్రభుత్వం ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీలను తుంగలో తొక్కి కార్మికులపై ఉక్కు పాదం పెట్టడం ఏంటని మండిపడ్డారు.గత ప్రభుత్వ అడుగుజాడల్లోనే ఈ ప్రభుత్వం నడుస్తుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు అక్రమ అరెస్టులు చేసి నిర్బంధాలను విధిస్తే ఉద్యమాలు ఆగుతాయనుకోవడం సరికాదన్నారు. ఇప్పటికైనా గ్రామ పంచాయతీ కార్మికుల ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.మల్టీ పర్పస్ విధానాన్ని రద్దు చేసి పనిచేస్తున్న కార్మికులందరినీ గుర్తించి కనీస వేతనం రూ. 26వేలు అమలు చేసి ప్రభుత్వమే గ్రాండ్ విడుదల చేసి కార్మికుల అకౌంట్లో వేయాలని కోరారు. కార్మికులందరినీ పర్మినెంట్ చేయాలని, మల్టీ పర్పస్ విధానాన్ని రద్దు చేయాలని, ప్రమాద బీమా ప్రభుత్వమే చెల్లించాలని, రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ కల్పించి కార్మికులందరికీ గుర్తింపు కార్డులు ఇవ్వాలని ప్రమాద బీమా 10 లక్షలు వెంటనే చెల్లించాలని, తదితర సమస్యలపై ప్రభుత్వం స్పందించి పరిష్కారం చేయాలని లేని పక్షంలో 27 తేదీన మండల కార్యాలయం ముందు నిరసన కార్యక్రమాలు ఉంటాయని 28వ తేదీన జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా ఉంటుందని అన్నారు భవిష్యత్తు ఉద్యమాలకు కార్మికులు ఐక్యంగా పోరాడాలని పిలుపునిచ్చారు ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామపంచాయతీ వర్కర్స్ యూనియన్ మండల అధ్యక్ష కార్యదర్శి పల్లె శ్రీనివాస్, జాలిగామ ప్రభాకర్,మండల నాయకులు కొమ్ము నరసింహులు, పిల్లి లచ్చవ్వ, మల్లవ్వ, బాలవ్వ,లక్ష్మి, నరసవ్వ, ఆంజనేయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డీమార్ట్ టాప్

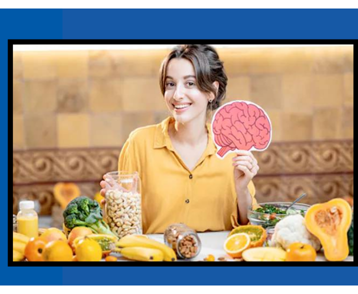
ఆ తర్వాత జొమాటో, స్విగ్గీ

ముంబై, తొలిఅడుగు : రాధాకిషన్ దమానీ నేతృత్వంలోని సూపర్‌మార్కెట్ బ్రాండ్ డీమార్ట్.. దేశంలోనే స్వయంకృషితో ఎదిగిన సంస్థల్లో అత్యంత విలువైనదని బుధవారం విడుదలైన జాబితాలో ఐడీఎఫ్‌సీ ఫస్ట్ ప్రైవేట్, హురున్ ఇండియా పేర్కొన్నాయి. సెల్ఫ్-మేడ్ ఎంటర్‌ప్రెన్యూర్ ద్వారా 2000వ సంవత్సరం తర్వాత ఏర్పడ్డ 200 కంపెనీలతో ఓ లిస్ట్‌ను ఐడీఎఫ్‌సీ ఫస్ట్, హురున్ తయారు చేశాయి. ఇందులో రూ.3.42 లక్షల కోట్ల విలువతో డీమార్ట్ అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. ఈ ఏడాది డీమార్ట్ యాజమాన్య సంస్థ అవెన్యూ సూపర్‌మార్కెట్స్ విలువ 44 శాతం పుంజుకున్నట్టు తెలిపింది. ఇక డీమార్ట్ తర్వాత ఫుడ్ డెలివరీ యాప్స్ జొమాటో, స్విగ్గీ ఉన్నాయి.

తోపుడు బండ్లు చిరు వ్యాపారులతో వెండింగ్ కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలి

తొలి అడుగు, జనగామ, డిసెంబర్ 18 : తోపుడు బండ్లు చిరు వ్యాపారులతో వెండింగ్ కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలి హాకర్స్ జోన్స్ ఏర్పాటు చేసి ప్రభుత్వ గుర్తింపు కార్డులు ఇవ్వాలి కలెక్టరేట్ ధర్నాలో సిఐటియు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సుంచు విజేందర్ డిమాండ్... జనగామ పట్టణ కేంద్రంలో తోపుడు బండ్లు పండ్లు కూరగాయలు,పుల దుకాణాలు సోడా బండ్లు ఇతర వస్తువులు అమ్ముకునే చిరు వ్యాపారులతో వెండింగ్ కమిటీ వేసి హాకర్స్ జోన్స్ ఏర్పాటుచేసి వెండర్లకు ప్రభుత్వ గుర్తింపు కార్డులు ఇవ్వాలని సిఐటియు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. బుధవారం రోజున సిఐటియు పట్టణ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక అంబేద్కర్ చౌరస్తా నుండి కలెక్టర్ కార్యాలయం వరకు ర్యాలీ నిర్వహించి కలెక్టర్ కార్యాలయం ముందు ధర్నా చేశారు. ఈధర్నాకు సిఐటియు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి సుంచు విజేందర్ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడుతూ జనగామ పట్టణ అభివృద్ధి పేరుతో మున్సిపల్,పోలీస్ అధికారులు పోలీసులు రోడ్లపై ట్రాఫిక్ అంశాల పేరుతో చిరు వ్యాపాలను బండ్లు పెట్టనివ్వకుండ వ్యాపారాలు చేసుకునే కడు పేదలకు ప్రత్యామ్నాయ ఏర్పాటు చేయకుండా వారి బండ్లను తొలగించడం వారిని ఇబ్బంది పెట్టడం సరైంది కాదన్నారు. జనగామ పట్టణానికి ప్రణాళిక ఏర్పాటు చేయడంలో మున్సిపల్ అధికారులు విఫలం చెందారని పట్టణంలో హాకర్స్ జోన్స్ ఏర్పాటు చేయకుండా చిరు వ్యాపారులపై మున్సిపల్ ,పోలీస్ అధికారులు వేధింపులకు పాల్పడడం సరైంది కాదన్నారు. సుప్రీం కోర్ట్ హైకోర్టు మార్గదర్శకాల ప్రకారం మున్సిపల్ అధికారులు చిరు వ్యాపారం చేసే వారిని గుర్తించి వారికి ప్రభుత్వ గుర్తింపు కార్డులు మంజూరు చేయడంలో నిర్లక్ష్యం చేస్తున్నారన్నారు. అదేవిధంగా వెండర్సతో జిల్లా కలెక్టర్ పర్యవేక్షణలో వెండర్స్ కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలని మార్గదర్శకాలు ఉన్న జనగామ మున్సిపల్ అధికారులు కమిటీ వేయకుండా కాలయాపన చేయడం చిరు వ్యాపారుల పట్ల నిర్లక్ష ధోరణి ప్రదర్శించడమే అన్నారు. ప్రభుత్వ వైపు నుండి ఎలాంటి సహకారం లేకున్నా చేసుకోవడానికి పనులు దొరకక ప్రైవేటు వ్యక్తుల వద్ద ఫైనాన్స్ అప్పులు తెచ్చి పండ్లు కూరగాయలు ఆకుకూరలు పుల దుకాణాలు సోడా బండ్లు చెప్పులు కుట్టుకొని జనగామ పట్టణంలో రోడ్ల పైన వందలాదిమంది వారి కుటుంబాన్ని సాదుకుంటున్నారని ఈ వ్యాపారమే తప్ప వేరే పనులు దొరకక గత్యంతరం లేని పరిస్థితులలో వారి జీవనం కొనసాగిస్తూ వారి పిల్లల భవిష్యత్తు కోసం వారి చదువుల కోసం అనేక అగచాట్లు పడుతున్నారని అన్నారు. చిరు వ్యాపారం చేసుకునే వారిలో ఇందులో చాలామంది వంటరి మహిళలు భర్త చనిపోయిన వితంతువులు మద్యానికి బానిసై బాధ్యతారహితంగా వ్యవహరిస్తున్న వారి భార్యాపిల్లలు రోడ్డుపై చిరు వ్యాపారాలు చేసుకుని జీవనం కొనసాగిస్తుంటే ఈ కొద్దిపాటి ఉపాధిని కూడా మున్సిపల్ అధికారులు దెబ్బతీసే విధంగా వ్యవహరిస్తున్నారు అన్నారు. కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు చిరు వ్యాపారులకు వెండర్ గుర్తింపు కార్డు కలిగిన వారందరికీ లక్ష రూపాయల ఆర్థిక సహాయం అందించి ఆదుకోవాలని వారు కోరారు.

పట్టణంలోని మెయిన్ రోడ్డుకు ఆనుకొని రైల్వే స్టేషన్ నుండి నెహ్రూ పార్క్ మీదుగా బస్టాండ్ వరకు ఆకర్ష జోన్స్ ఏర్పాటు చేసి మార్కింగ్ పెట్టాలన్నారు. ఇప్పటికైనా మున్సిపల్ పోలీస్ అధికారులు చిరు వ్యాపారులపై వేధింపులు ఆపి వారు వ్యాపారాలు సజావుగా సాగే విధంగా సహకరించాలని వారు కోరారు. ఇట్టి సమస్యలను పరిష్కరించకుంటే జిల్లా వ్యాప్తంగా అన్ని మండల కేంద్రాలలో పట్టణాలలో గ్రామాలలో సంతలు నిర్వహించుకుంటున్న వారందరినీ చైతన్యం చేసి ఐక్యం చేసి జిల్లా వ్యాప్తంగా ప్రణాళిక రూపొందించి ఉద్యమాలను ఉదృతం చేస్తామని వారు హెచ్చరించారు. ఈ ధర్నా అనంతరం వివిధ డిమాండ్లతో కూడిన వినతి పత్రాన్ని కలెక్టరేట్ ఏవో మన్సూర్ గారికి అందించారు. కార్యక్రమంలో తోపుడుబండ్ల చెరువు వ్యాపారుల సంక్షేమ సంఘం కన్వీనర్ మెండే రమేష్ కో కన్వీనర్ మధు సునీత పద్మ దానమ్మ షరీఫుద్దీన్ పిట్టల చిన్ని నీల పద్మ రమ్య వరలక్ష్మి ప్రమీల మార్తమ్మ కృష్ణవేణి చంద్రకళ లక్ష్మి మాధవి కవిత, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



చపాతీ మెత్తగా రావాలంటే.. పిండి కలిపేటప్పుడు ఈ ఒక్క మార్పు చేయండి

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : డైట్ ఫుడ్స్‌లో చపాతీ ఒకటి. చాలా మంది ఆహారంలో చపాతీ తప్పనిసరిగా ఉంటుంది. ఫిట్‌నెస్‌పై ఎక్కువ శ్రద్ధ పెట్టేవారు చపాతీలు తప్పకుండా తింటారు. అయితే కొందరికి ఎంత ప్రయత్నించినా మెత్తని చపాతీలు తయారు చేయడం చేతకాదు. అయితే చపాతీలు మెత్తగా రావాలంటే కొన్ని విషయాలను గుర్తుంచుకోవాలంటున్నారు నిపుణులు. అవేంటో తెలుసుకుందాం.. పిండిని బాగా పిసికి కలుపుకోవడానికి మంచి పాత్రను ఎంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. పిండిని మెత్తగా చేయడానికి ఎప్పుడూ చిన్న గిన్నెని ఉపయోగించవద్దు. కొంచెం వెడల్పుగా, సులభంగా హ్యాండిల్ చేయగల కంటైనర్‌ను ఎంచుకోవాలి. చపాతీ పిండిని మెత్తగా కలుపుకోవాలంటే చాలా మంది చల్లటి నీటిని ఉపయోగిస్తారు. కొన్నిసార్లు నీటి పరిమాణం ఎక్కువ లేదా తక్కువ అయినా చపాతీ గట్టిగా మారవచ్చు. నీరు తక్కువగా ఉంటే పిండి గట్టిగా ఉంటుంది. దీంతో చపాతీ మెత్తగా రాదు. కాబట్టి గోరువెచ్చని నీటిని ఉపయోగించి పిండిని పిసికి కలుపుకోవాలి. ఇలా చేస్తే చపాతీ మెత్తగా ఉబ్బుతుంది. నీటి పరిమాణంలో తేడా వల్ల చపాతీ పిండి మెత్తగా మారుతుంది. నీళ్లు ఎక్కువైనట్లు అనిపిస్తే కొందరు అందులో మళ్లీ గోధుమపిండి వేసి బాగా కలుపుతారు. ఇలా చేస్తే చపాతీ మెత్తగా రాదు. పిండిలో నీటిశాతం ఎక్కువగా ఉంటే వెంటనే అందులో నూనె రాసి మళ్లీ మెత్తగా కలుపుకోవాలి. ఉదయం అల్పాహారంగా చపాతీ చేయడానికి తొందరగా పిండిని పిసికి చేసేస్తారు. దీంతో చపాతీ గట్టిపడుతుంది. కనీసం 10 నిమిషాలు పిండిని బాగా కలపాలి. బాగా మెత్తగా కలిపితేనే చపాతీ గుండ్రంగా మెత్తగా వస్తుంది. మిక్సింగ్ తర్వాత వెంటనే చపాతీ చేయవద్దు. పిండిని అరగంట అలాగే ఉంచడం మంచిది. లేదంటే చపాతీ పిండిని రాత్రి కలుపుకుని అలాగే ఉంచి, ఉదయాన్నే చపాతీలు సులభంగా చేసుకోవచ్చు.

ఉల్లికాడలు రుచి కోసం మాత్రమే కాదు..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : చాలా మంది ఉపయోగించే ఆహారాల్లో స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్ కూడా ఒకటి. వీటినే ఉల్లి కాడలు అని కూడా అంటారు. ఈ మధ్య కాలంలో వీటి వాడకం బాగా ఎక్కువగా పెరిగింది. స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్‌తో ఎన్నో రుచికరమైన వంటలు తయారు చేస్తూ ఉంటారు. ఉల్లికాడలు తినడం వల్ల కలిగే లాభాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు. వీటిని కేవలం రుచి కోసం మాత్రమే ఉపయోగిస్తున్నారు అనుకుంటే పప్పులో కాలు వేసినట్లే. ఉల్లి కాడల్లో పోషకాలు అధికంగా లభిస్తాయి. స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్‌తో తయారు చేసిన సూప్స్, వంటకాలు తినడం వల్ల శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తి ఎక్కువగా పెరుగుతుంది. జలుబు, దగ్గు, జ్వరం వంటి వాటిని తగ్గించడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. వీటిల్లో ఎక్కువగా యాంటీ వైరల్, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. శ్లేష్మాన్ని కూడా తగ్గించడంలో ఉల్లి కాడలు హెల్ప్ చేస్తాయి. జీవక్రియకు సహాయ పడుతుంది. వీటిని తినడం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి. పొట్టలో గ్యాస్, పుండ్లు, అసిడిటీ సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. స్టూల్ మూమెంట్ చక్కగా ఉంటుంది. ప్రేగుల్లో ఉండే మలినాలను బయటకు పంపిస్తుంది. స్ప్రింగ్ ఆనియన్స్ తినడం వల్ల పెద్ద ప్రేగు క్యాన్సర్‌ను నివారిస్తుంది. ఫ్రీ రాడికల్స్‌ను నాశనం చేస్తుంది. దృష్టి లోపాలను నివారిస్తుంది. కళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో కీల పాత్ర పోషిస్తుంది. గుండెను కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

కోడి గుడ్లు పచ్చివి తాగవచ్చా..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : కోడిగుడ్లు ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిదన్న విషయం ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పని లేదు. గుడ్లు పోషకాహారం నిండిన ఆహారం. ప్రతి రోజూ ఒక గుడ్డు తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి జరిగే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. ఇందులో ఉండే పోషకాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు. గుడ్లు తినడం వల్ల శరీరం బలంగా, దృఢంగా తయారవుతుంది. శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు చక్కగా అందుతాయి. కోడిగుడ్డును ఎవరి ఇష్టానికి తగ్గట్టుగా వారు తింటూ ఉంటారు. చాలా మంది ఎక్కువగా ఆమ్లెట్ తినేందుకు ఇష్టపడతారు. అయితే మరికొంత మంది పచ్చి గుడ్లనే తాగుతూ ఉంటారు. ఇలా పచ్చి గుడ్లను తాగవచ్చా? అలా తినడం మంచిదేనా! అనే డౌట్ చాలా మందిలో వచ్చే ఉంటుంది. మరి పచ్చి గుడ్లు తాగడం వల్ల ఆరోగ్యానికి మంచిదేనా? అనేదానిపై నిపుణులు ఏం అంటున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.

తాగవచ్చు:

పచ్చి గుడ్డును నేరుగా తాగవచ్చు. ఇలా తీసుకున్నా ఆరోగ్యానికి మంచిదే. కానీ ఒకటి లేదా రెండు వరకు ఓకే. మరీ ఎక్కువగా తాగితే మాత్రం ఆరోగ్య సమస్యలు రావడం గ్యారెంటీ అని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే ఇందులో సాల్మొనెల్లా అనే బ్యాక్టీరియా ఉంటుంది. కానీ తక్కువ పరిమాణంలో ఉంటుంది. కాబట్టి ఎక్కువగా తీసుకుంటే మాత్రం అనారోగ్య సమస్యలు రావచ్చు. వేడి చేసి, ఉడికించి తింటే ఈ బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది. కాబట్టి ఎలాంటి సమస్య ఉండదు.

ఈ సమస్యలు తలెత్తవచ్చు:

జిమ్‌కి వెళ్లేవారు ఎక్కువగా పచ్చి గుడ్లను తీసుకుంటూ ఉంటారు. ఎందుకంటే వారిలో శక్తిని నింపడానికి. కానీ తరచూ పచ్చి గుడ్లను తీసుకుంటే మాత్రం సమస్యలు తప్పవు. రోగ నిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉండేవారు గుడ్లను ఉడికించి లేదా ఆమ్లెట్ రూపంలోనే తీసుకోవాలి. లేదంటే ఇమ్యూనిటీ మరింత నశించి.. అనారోగ్య సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. సాల్మొనెల్లా అనే బ్యాక్టీరియా కారణంగా జీర్ణ సమస్యలు, ఇన్ఫెక్షన్లు, వాంతులు, జ్వరం వస్తాయి. బయోటిన్ లోపిస్తుంది. దురద, వెంట్రుకలు రాలిపోవడం, నరాల బలహీనత వంటి సమస్యలు వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయి. కాబట్టి వైద్యుల సలహా మేరకు మాత్రమే పచ్చి గుడ్లను తీసుకోవడం మంచిది.

వింటర్‌లో నల్ల ద్రాక్ష తింటే..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : నల్ల ద్రాక్షలో సీ-విటమిన్ సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. అందువల్ల చలి కాలం ప్రతి రోజు ఈ ద్రాక్షను తీసుకోవడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీంతో వ్యాధులు దరిచేరకుండా ఉంటుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. తరచుగా సీజనల్ వ్యాధులతో బాధపడేవారు తప్పకుండా ద్రాక్షను ఆహారాల్లో తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. నల్ల ద్రాక్షలో సీ-విటమిన్, ఏ-విటమిన్, బీ6, ఫోలిక్ ఆమ్లం పుష్కలంగా ఉంటాయి. నల్ల ద్రాక్షను క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం వల్ల ఊబకాయాన్ని నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. నల్లటి ద్రాక్షలు రక్తంలో నైట్రిన్ ఆక్సైడ్ మోతాదును పెంచుతాయి, నైట్రిక్ ఆక్సైడ్ రక్తం గడ్డలుగా ఏర్పడకుండా నివారిస్తాయి. బరువు తగ్గడంలో సహాయపడుతుంది. ఊబకాయంతో బాధపడుతున్నవారు నల్ల ద్రాక్షను తరచుగా తీసుకుంటే.. రక్తంలో కొలెస్ట్రాల్ ఏర్పడకుండా ఆపుతుంది. ఊబకాయం వంటి ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలను కూడా నివారిస్తుంది. మధుమేహం, రక్తపోటు, గుండె జబ్బులు, చర్మం, జుట్టుకు సంబంధించిన సమస్యలను అధిగమించవచ్చు. గుండెపోటు నివారణకు దోహదపడుతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. నల్ల ద్రాక్షలో ఉండే కొన్ని రకాల పోషకాలు క్యాన్సర్ కారకాలతో పోరాడతాయి. నల్లద్రాక్షలో ఉండే ఫైటోకెమికల్స్ గుండెలో పేరుకునే చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ని తగ్గించి అక్కడి కండరాలకు మేలుచేస్తాయి. ద్రాక్షలో ఫ్లేవనాయిడ్స్‌లాంటి శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు వృద్ధాప్య ఛాయలను తొలగిస్తాయి. యవ్వనంగా కనిపించేందుకు దోహదం చేస్తుంది. నల్లద్రాక్షలో డైటరీ ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణక్రియకి మేలు చేస్తుంది. మలబద్ధకం, అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సమస్యల్ని కూడా తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు..నల్ల ద్రాక్షను తీసుకోవడం వల్ల ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి కూడా పెరుగుతుంది. మానసిక కార్యకలాపాలను నయం చేసుకోవచ్చు. మైగ్రేన్ వంటి వ్యాధుల నుంచి కూడా బయటపడవచ్చు.

పెదాలు నల్లగా మారి పగిలిపోయాయా..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం :ముఖం, జుట్టుపై పెట్టే శ్రద్ధ చాలా మంది లిప్స్‌పై పెట్టరు. అందంగా కనిపించాలంటే లిప్స్ కూడా ముఖ్యమే. అందులోనూ చలి కాలంలో పెదాలు పగిలిపోతూ ఉంటాయి. మరికొందరికి నల్లగా మారతాయి. పెదాలు పగలడం వల్ల చిరాకుగా కనిపిస్తాయి. ఈ సమస్యలను చాలా మంది ఫేస్ చేసే ఉంటారు. ఇందు కోసం డబ్బు ఖర్చు చేసి మరీ కాస్ట్‌లీ లిప్ కేర్ ప్రొడెక్ట్స్ ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. వీటి వలన క్యాన్సర్ వంటి ప్రమాదకర వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నాయని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ధూమ పానం, మధ్య పానం, వాతావరణ మార్పులు, ఆహారపు అలవాట్ల కారణంగా కూడా పెదాలు అనేవి నల్లగా మారుతూ ఉంటాయి. ఒంట్లో వేడి ఎక్కువగా ఉన్నా కూడా పెదాలు నల్లగా మారుతూ ఉంటాయి. చాలా మంది ఈ సమస్యలో ఇబ్బంది పడే ఉంటారు. ఇలాంటి సమస్యలతో బాధ పడేవారు ఇంటి వద్దనే ఈజీ చిట్కాలతో పెదాలను ఎర్రగా, అందంగా మార్చుకోవచ్చు. మరి అవేంటో ఇప్పుడు చూడండి.

కొబ్బరి నూనె:

చాలా మంది మనకు ఈజీగా లభించే వస్తువులను పక్కకు పెట్టి ఖర్చు పెట్టి మరీ కాస్ట్‌లీ ప్రొడెక్ట్స్ ఉపయోగిస్తారు. మనకు ఈజీగా లభించే వాటిల్లో కొబ్బరి నూనె ఒకటి. రాత్రి పడుకునే ముందు కొబ్బరి నూనె రాసి పడుకోండి. కొబ్బరి నూనెలో అనేక రకాల పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి పెదాలను మృదువుగా, కోమలంగా మార్చుతాయి.

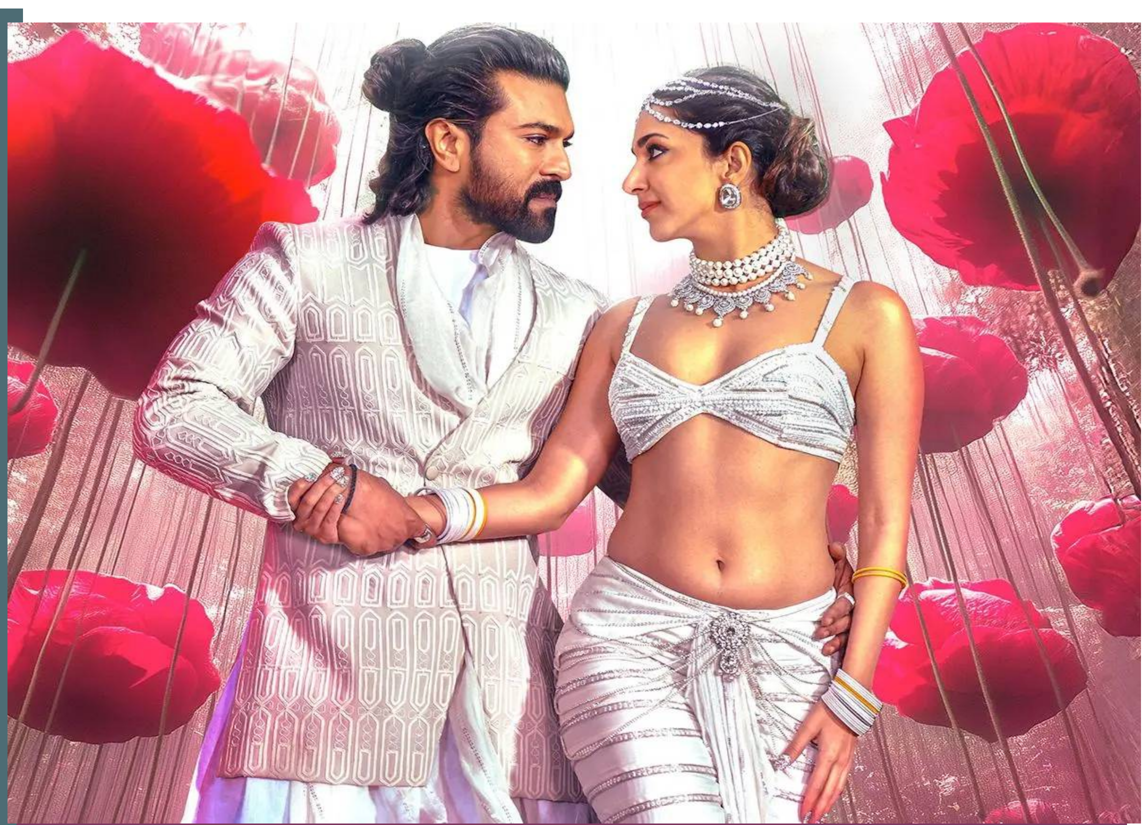
పంచదార , నెయ్యి:

నెయ్యి కూడా ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇందులో కూడా అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. మీ పెదాలు నల్లగా మారి, పగిలిపోతే నెయ్యిలో కొద్దిగా పంచదార కలిపి పెదాలపై రబ్ చేయండి. ఇలా ఓరెండు నిమిషాలు చేసిన తర్వాత గోరు వెచ్చని నీళ్లతో కడగండి. ఆ తర్వాత కొబ్బరినూనె లేదా వాజెలీన్ లేదా లిప్ బామ్ రాసినా చాలు.

తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

పవన్ కల్యాణ్ ఓజీ సాంగ్‌లో డీజే టిల్లు భామ..!

తొలిఅడుగు, సినిమా : టాలీవుడ్ స్టార్ హీరో పవన్ కల్యాణ్ నటిస్తోన్న మోస్ట్ క్రేజీయెస్ట్ సినిమా ఓజీ. సుజిత్ దర్శకత్వం వహిస్తున్నాడు. ప్రస్తుతం థాయ్‌లాండ్‌లో షూటింగ్ కొనసాగుతోంది. ఇప్పటికే షూటింగ్‌కు సంబంధించిన స్టిల్స్ నెట్టింట వైరల్ అవుతున్నాయి. కాగా ఈ సినిమాకు సంబంధించిన ఆసక్తికర వార్త ఒకటి నెట్టింట రౌండప్ చేస్తోంది. ఈ చిత్రంలో స్పెషల్ సాంగ్ ఉండబోతుందట.. ఈ పాటలో డీజే టిల్లు భామ నేహాశెట్టి మెస్మరైజ్ చేయబోతుందట. పవన్ కల్యాణ్‌తో నేహాశెట్టి స్టెప్పులేయబోతుందన్న వార్తలపై ప్రస్తుతానికి అధికారిక ప్రకటన ఏం రాకున్నా.. ఈ అప్‌డేట్‌ను మాత్రం ఫుల్ ఎంజాయ్ చేస్తున్నారు మూవీ లవర్స్ అండ్ ఫ్యాన్స్. ఈ చిత్రంలో గ్యాంగ్ లీడర్ ఫేం ప్రియాంకా ఆరుళ్ మోహన్ ఫీ మేల్ లీడ్ రోల్‌లో నటిస్తోంది. శ్రియారెడ్డి కీలక పాత్రలో నటిస్తున్న ఈ చిత్రానికి ఎస్ థమన్ మ్యూజిక్, బ్యాక్ గ్రౌండ్ స్కోర్ అందిస్తున్నాడు. ఈ చిత్రాన్ని డీవీవీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ బ్యానర్‌పై డీవీవీ దానయ్య తెరకెక్కిస్తున్నారు. మేకర్స్ ఇప్పటికే లాంచ్ చేసిన ఓజీ గ్లింప్స్.. పవన్ కల్యాణ్ పూర్తిగా నయా అవతార్‌లో చూపిస్తూ సినిమాపై అంచనాలు పెంచేస్తున్నాడు. ఈ చిత్రంలో పాపులర్ జపనీస్ నటుడు కజుకి కిటముర, ప్రముఖ థాయ్ యాక్టర్ కీలక పాత్రల్లో నటిస్తున్నారు.



'గేమ్ ఛేంజర్' నుంచి మరో సాంగ్.. 'ధోప్' ప్రోమో రిలీజ్

తొలిఅడుగు, సినిమా : గ్లోబల్ స్టార్ రామ్ చరణ్ తేజ్ నటిస్తున్న హై వోల్టేజ్ యాక్షన్ మూవీ గేమ్ ఛేంజర్. తమిళ స్టార్ డైరెక్టర్ శంకర్ ఈ సినిమాకు దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. కార్తీక్ సుబ్బరాజు కథను అందిస్తున్నాడు. ఆర్ఆర్ఆర్ వంటి బ్లాక్ బస్టర్ తర్వాత రామ్ చరణ్ మూవీ కోసం మెగా అభిమానులు ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఆచార్య సినిమా వచ్చిన ఈ సినిమా డిజాస్టర్ అవ్వడంతో వారి ఆశలన్నీ ప్రస్తుతం వస్తున్న గేమ్‌ఛేంజర్ పైనే ఉన్నాయి. పొలిటికల్ బ్యాక్‌డ్రాప్‌లో వస్తున్న ఈ సినిమాను భారీ బడ్జెట్‌తో శ్రీ వెంకటేశ్వర క్రియేషన్స్ బ్యానర్‌పై దిల్ రాజు తెరకెక్కిస్తున్నారు. ఇక ఈ సినిమాను సంక్రాంతి? కానుకగా జనవరి 10న ప్రేక్షకుల ముందుకు తీసుకురానున్నారు మేకర్స్. ఇప్పటికే మూవీ నుంచి టీజర్‌తో పాటు మూడు పాటలను విడుదల చేయగా.. మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. తాజాగా మూవీ నుంచి మరోసాంగ్‌ను విడుదల చేయబోతున్నారు మేకర్స్. ఈ మూవీ నుంచి 'ధోప్' అనే పార్టీ సాంగ్‌ను డిసెంబర్ 21న రిలీజ్ చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు మేకర్స్. ఈ సందర్భంగా సాంగ్ ప్రోమోను పంచుకున్నారు.

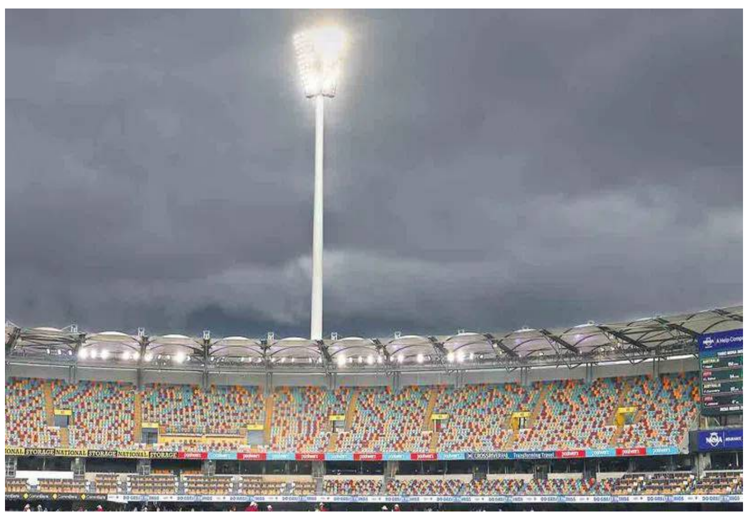
క్షణం ఖాళీ లేదంటున్న కిస్సిక్ బ్యూటీ

తొలిఅడుగు, సినిమా :ఒక్కడుగు వెనక్కి వేశామంటే పదడుగులు ముందుకు దూసుకుపోవడానికే అని చేతల్లో చూపించేస్తున్నారు కిస్సిక్ బ్యూటీ శ్రీలీల. అగ్రిమెంట్ పేపర్లు ఎక్కడున్నాయి.. పెన్ అందుకోండి అంటూ దూకుడు చూపించేస్తున్నారు. అన్నా తమ్ముళ్లయినా, ఏ లాంగ్వేజ్ మూవీ అయినా... చకాచకా సైన్ చేసేస్తున్నారు. కెరీర్ ఊపుమీదున్నప్పుడు కామా పెట్టేసి, పాజ్ చేసేయాల్సిన అవసరం ఏం వచ్చింది? తప్పు చేస్తున్నారు శ్రీలీల... అంటూ మొన్న మొన్నటిదాకా ఫ్యాన్స్ ఒకింత ఫీల్‌అయిన విషయం తెలిసిందే... ఆ మాటలు ఈ బ్యూటీ చెవిలో పడ్డాయి. 'అర్రే... మీరేం ఆలోచించకండబ్బా.. ఈ గ్యాప్‌ని మర్చిపోయేటన్ని సినిమాలు నేను చేస్తాగా" అని భరోసా ఇచ్చేస్తున్నారు ఈ బ్యూటీ. తెలుగులో ఆల్రెడీ రాబిన్ హుడ్ రిలీజ్‌కి రెడీ అవుతోంది. ఉస్తాద్ భగత్‌సింగ్ ఉంది. ఇప్పుడు నాగచైతన్య హీరోగా నటిస్తున్న సినిమాలో శ్రీలీల నాయిక అనే ప్రచారం జరుగుతోంది. అంతే కాదు, నెక్ట్స్ అఖిల్ సినిమాలోనూ హీరోయిన్‌గా శ్రీలీలనే తీసుకుంటున్నారన్నది లేటెస్ట్ ఖబర్. ఎప్పుడొచ్చాం అన్నది కాదన్నాయ్.. బుల్లెట్ దిగిందా? లేదా? అని కాస్త మాస్‌గానే అంటున్నారు కిస్సిక్ బ్యూటీ శ్రీలీల. అందం ఉంది, మంచి పెర్ఫార్మర్ అనే పేరుంది.. స్పీడు స్టెప్పులకి, గ్లామర్ రోల్స్ కీ కేరాఫ్ అవుతారనుకుంటే ఎందుకు గ్యాప్ తీసుకున్నారని ఆ మధ్య శ్రీలీల విషయంలో తెగ ఫీలయిపోయారు ఫ్యాన్స్. తన సినిమాల్లో లేడీ కేరక్టర్లను సూపర్బ్ గా రాసే సుధ కొంగర, శివకార్తికేయన్ సినిమాలో శ్రీలీల కేరక్టర్‌ని ఎలా డిజైన్ చేశారోననే ఆసక్తి కనిపిస్తోంది. ఆల్రెడీ భగవంత్ కేసరిలో పెర్ఫార్మెర్‌గా ప్రూవ్ చేసుకున్న కిస్సిక్ బ్యూటీకి సుధ సినిమాలో చాలెంజింగ్ రోల్ రెడీ అన్నమాట. గ్లామరస్ యాక్ట్రెస్ ప్లస్ బెస్ట్ పెర్ఫార్మర్‌గా దూసుకుపోవాలనుకుంటున్నారు ఈ లేడీ

సిద్ధు జొన్నలగడ్డ 'జాక్' రిలీజ్ డేట్ ఫిక్స్..

తొలిఅడుగు, సినిమా :సిద్ధు జొన్నలగడ్డ ప్రస్తుతం మంచి ఫాంలో ఉన్నారు. డీజే టిల్లు, టిల్లు స్క్వేర్ అంటూ యూత్, మాస్ ఆడియెన్స్‌లో క్రేజీ ఫాలోయింగ్‌ను సంపాదించుకున్నారు. ఈయన కథాయకుడిగా బ్లాక్ బస్టర్ డైరెక్టర్ బొమ్మరిల్లు భాస్కర్ దర్శకత్వంలో రూపొందుతోన్న తాజా చిత్రం 'జాక్'. 'కొంచెం క్రాక్' అనేది ట్యాగ్ లైన్. శ్రీవెంకటేశ్వర సినీ చిత్ర బ్యానర్‌పై సీనియర్ ప్రొడ్యూసర్ బివిఎస్ఎన్ ప్రసాద్ ఈ మూవీని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ చిత్రంలో సిద్ధు జొన్నలగడ్డ సరసన బేబీ ఫేమ్ వైష్ణవి చైతన్య నటిస్తున్నారు. కీలక పాత్రలో ప్రకాష్ రాజ్, నరేష్, బ్రహ్మాజీ వంటి వారు కనిపించనున్నారు. ఇప్పటికే సినిమా షూటింగ్ 80 శాతం పైగానే పూర్తయ్యింది. శరవేగంగా షూటింగ్ చేస్తున్న చిత్రయూనిట్ తాజాగా ఓ అప్డేట్ ఇచ్చింది. ఈ చిత్రానికి సంబంధించిన రిలీజ్ డేట్‌ను మేకర్లు రిలీజ్ చేశారు. వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ 10న ఈ మూవీని గ్రాండ్‌గా విడుదల చేయబోతోన్నారు. సమ్మర్ కానుకగా రాబోతోన్న ఈ సినిమా షూటింగ్ త్వరలోనే పూర్తి కానుంది. ఈ చిత్రంలో సిద్దు పాత్ర అందరినీ ఆకట్టుకునేలా ఉండబోతోంది. పూర్తి వినోదాత్మకంగా రాబోతోన్న ఈచిత్రానికి అచ్చు రాజమణి సంగీతాన్ని అందిస్తున్నారు. త్వరలోనే సినిమా ప్రమోషన్స్‌లో యూనిట్ ప్రారంభించనుంది. 52 ఏళ్లలోనూ కుర్ర హీరోలకు పోటీ.. 25 ఏళ్లుగా స్వీట్స్ కు దూరంగా.. కాగా పాన్ ఇండియా సూపర్ స్టార్ ప్రభాస్ ' ది రాజాసాబ్' సినిమా కూడా వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ 10న రిలీజ్ కావాలి. ఈ విషయాన్ని ఇదివరకే అధికారికంగా ప్రకటించారు మేకర్స్. అయితే గత కొన్ని రోజులుగా ది రాజా సాబ్ రిలీజ్ వాయిదా పడిందని ప్రచారం జరుగుతోంది. దీనిపై చిత్ర బృందం అధికారికంగా ఏ విషయాన్ని ప్రకటించలేదు కానీ.. ఇప్పుడు దాదాపు వాయిదా కన్ఫర్మ్ అయినట్లే. ఎందుకంటే ఇప్పుడు సిద్ధు జొన్నల్లగడ్డ.. అదే తేదీకి తన కొత్త సినిమాని రిలీజ్ చేస్తున్నట్లు ప్రకటించాడు.

గబ్బా పోరు డ్రా



తొలిఅడుగు, బ్రిస్బేన్: బోర్డర్-గవాస్కర్ ట్రోఫీ(బీజీటీ) సిరీస్‌లో కీలకమైన మూడో టెస్టు డ్రాగా ముగిసింది. వరుణుడు అంతరాయం కల్గించిన మ్యాచ్‌లో ఎలాంటి ఫలితం వెలువడలేదు. దీంతో ఐదు మ్యాచ్‌ల సిరీస్‌లో ప్రస్తుతం ఇరు జట్లు 1-1తో సమంగా ఉన్నాయి. ఆస్ట్రేలియా నిర్దేశించిన 275 పరుగుల లక్ష్యఛేదనకు దిగిన టీమ్ఇండియా 2.1 ఓవర్లలో వికెట్ కోల్పోకుండా 8 పరుగులు చేసింది. సాఫీగా సాగుతున్న మ్యాచ్‌కు వర్షం ఆటంకం కల్గించింది. ఎడతెరిపిలేని వానతో మైదానం మొత్తం చిత్తడిగా మారిపోయింది. ఆటకు ఏ మాత్రం అనుకూలంగా లేకపోవడంతో అంపైర్లు రద్దు చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు.

జైస్వాల్(4), రాహుల్(4) నాటౌట్‌గా నిలిచారు. అంతకుముందు ఓవర్‌నైట్ స్కోరు 252-9తో ఐదో రోజు తొలి ఇన్నింగ్స్‌కు దిగిన భారత్..మరో 8 పరుగులు జోడించి 260 పరుగులకు ఆలౌటైంది. బుమ్రా (10)నాటౌట్‌గా నిలిచాడు. కమిన్స్(4-81), స్టార్క్ (3-83) రాణించారు. ఆ తర్వాత రెండో ఇన్నింగ్స్‌కు దిగిన ఆసీస్..89-7 స్కోరు వద్ద డిక్లేర్ చేసింది. బుమ్రా(3-18), సిరాజ్(2-36), ఆకాశ్‌దీప్(2-28) ధాటికి కంగారూలు వరుస విరామాల్లో వికెట్లు కోల్పోయారు. భారత్ ముందు భారీ లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించాలనుకున్న తొందరలో త్వరత్వరగా వికెట్లు చేజార్చుకున్నారు. మెక్‌స్వీని(4), ఖవాజ(8), లబుషేన్ (1), మార్ష్ (2), స్మిత్ (4) సింగిల్ డిజిట్ స్కోర్లకు పరిమితమయ్యారు. కెప్టెన్ కమిన్స్ (22), క్యారీ (20 నాటౌట్), హెడ్ (17) అంతోఇంతో ఫర్వాలేదనిపించారు. తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో సెంచరీ చేసిన హెడ్‌కు 'మ్యాన్ ఆఫ్ ద మ్యాచ్' దక్కింది. ఇరు జట్ల మధ్య ఈనెల 26 నుంచి 'బాక్సింగ్ డే' టెస్టు మొదలుకానుంది.

సంక్షిప్త స్కోర్లు

ఆస్ట్రేలియా తొలి ఇన్నింగ్స్: 445 ఆలౌట్, భారత్ తొలి ఇన్నింగ్స్: 260 ఆలౌట్, ఆస్ట్రేలియా రెండో ఇన్నింగ్స్: 89-7 డిక్లేర్డ్ (కమిన్స్ 22, క్యారీ 20 నాటౌట్, బుమ్రా3-18, సిరాజ్ 2-36), భారత్ రెండో ఇన్నింగ్స్: 8-0(జైస్వాల్ 4 నాటౌట్, రాహుల్ 4 నాటౌట్)

పాక్‌దే తొలి వన్డే

తొలిఅడుగు పార్ల్ : దక్షిణాఫ్రికాతో మూడు మ్యాచ్‌ల వన్డే సిరీస్‌లో పాకిస్థాన్ అదిరిపోయే బోణీ కొట్టింది. బుధవారం జరిగిన తొలి వన్డేలో పాక్ 3 వికెట్ల తేడాతో విజయం సాధించింది. సఫారీలు నిర్దేశించిన 240 పరుగుల లక్ష్యఛేదనలో పాక్ 49.3 ఓవర్లలో 242-7 స్కోరు చేసింది. సయిమ్ అయూబ్ (109), సల్మాన్ ఆగా(82 నాటౌట్) రాణించగా, మిగతావారు విఫలమయ్యారు. రబాడ (2-48), బార్ట్‌మన్ (2-37) రెండేసి వికెట్లు తీశారు. క్లాసెన్ (86), రికల్టన్ (36) ఆకట్టుకున్నారు. అంతకుముందు దక్షిణాఫ్రికా 50 ఓవర్లలో 239-9 స్కోరు చేసింది.

బంగ్లాదే సిరీస్

తొలిఅడుగు ఎకింగ్స్‌టౌన్ : వెస్టిండీస్‌తో మూడు మ్యాచ్‌ల టీ20 సిరీస్‌ను బంగ్లాదేశ్ మరో మ్యాచ్ మిగిలుండగానే కైవసం చేసుకుంది. బుధవారం జరిగిన రెండో టీ20 మ్యాచ్‌లో బంగ్లా 27 పరుగుల తేడాతో విండీస్‌పై గెలిచింది. తొలుత బ్యాటింగ్‌కు దిగిన 20 ఓవర్లలో 129-7 స్కోరు చేసింది. షమీమ్ (35 నాటౌట్), మెహదీహసన్(26) రాణించారు. గుడకేశ్ మోతీ (2-25) రెండు వికెట్లు ఖాతాలో వేసుకున్నాడు. ఆ తర్వాత లక్ష్యఛేదనకు దిగిన విండీస్..18.3 ఓవర్లలో 102 పరుగులకు కుప్పకూలింది. రోస్టన్ చేజ్ (32), హొసెన్ (31) ఆకట్టుకోగా, మిగతావారు విఫలమయ్యారు. తస్కిన్ అహ్మద్ (3-16) మూడు వికెట్లు తీయగా, మెహదీ, తంజిమ్, రిషాద్ రెండేసి వికెట్లు తీశారు. షమీమ్ హుస్సేన్‌కు 'మ్యాన్ ఆఫ్ ద మ్యాచ్' దక్కింది.

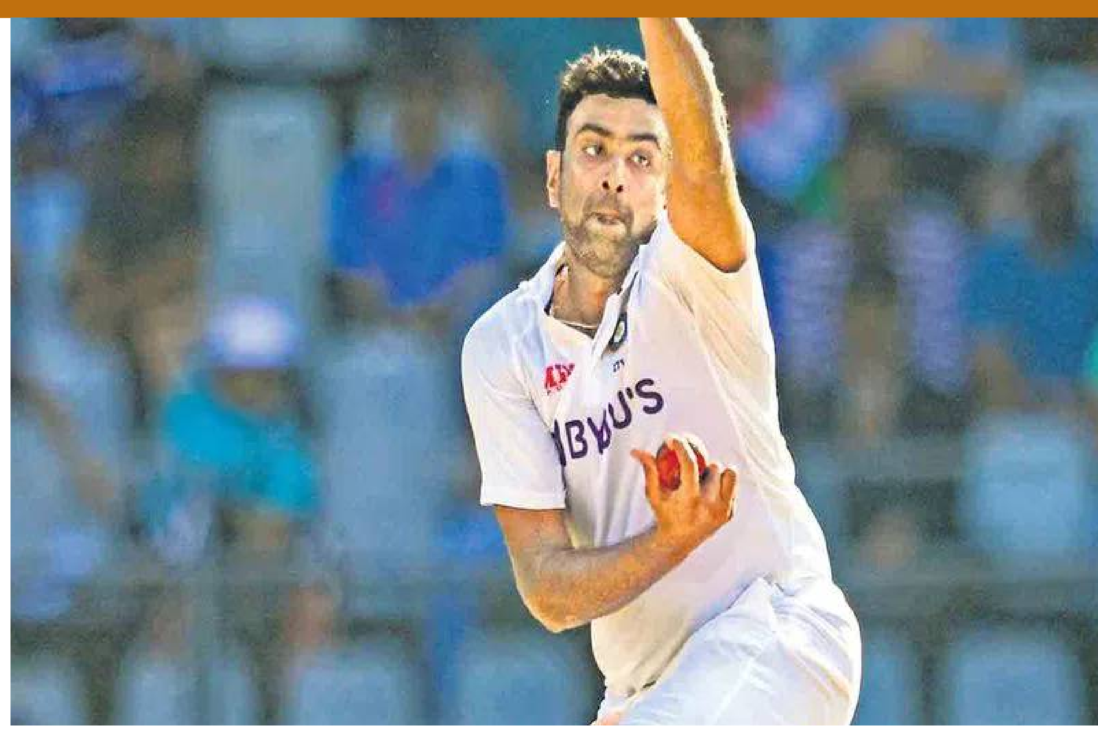
అశ్విన్ అల్విదా అంతర్జాతీయ క్రికెట్‌కు అనూహ్య వీడ్కోలు

తొలిఅడుగు ,బ్రిస్బేన్ : డిసెంబర్ 18, 2024 భారత క్రికెట్‌లో అనూహ్య పరిణామాలు చోటు చేసుకున్నాయి. చివరి వరకు రసవత్తరంగా సాగిన గబ్బా టెస్టు డ్రాగా ముగియగా, అంతే నాటకీయ పరిణామాల మధ్య దిగ్గజ స్పిన్నర్ రవిచంద్రన్ అశ్విన్ తన సుదీర్ఘ క్రికెట్ కెరీర్‌కు రిటైర్మెంట్ ప్రకటించి అందరినీ ఆశ్చర్యంలో పడేశాడు. వర్షం అంతరాయం కారణంగా అర్ధాంతరంగా ముగిసిన మూడో టెస్టులో డ్రా ఎదురొవ్వడం ఓవైపు అయితే అశ్విన్ రిటైర్మెంట్ వార్త సంచలనంగా మారింది. ఆసీస్‌తో టెస్టు సిరీస్‌లో తుది జట్టులో చోటు ప్రశ్నార్థకంగా మారిన వేళ అశ్విన్ ఈ నిర్ణయానికి వచ్చినట్లు తెలిసింది. దీనికి తోడు ఇటీవల స్వదేశంలో న్యూజిలాండ్‌తో జరిగిన టెస్టు సిరీస్‌లోనూ అశ్విన్ స్థాయికి తగ్గ ఆటతీరు కనబర్చలేకపోయాడు. కెప్టెన్ రోహిత్‌తో కలిసి మీడియా సమావేశానికి వచ్చిన అశ్విన్ మాట్లాడుతూ 'భారత క్రికెటర్‌గా అన్ని ఫార్మాట్లలో ఇదే నాకు చివరి రోజు. నాలో క్రికెట్ ఇంకా మిగిలే ఉన్నా..క్లబ్ క్రికెట్‌లో కొనసాగేందుకు ఆసక్తిగా ఉన్నాను. ప్రతీ ఒక్కరికి సమయం వస్తుంది. అది ఈ రోజు నాకు వచ్చింది. ఈ సుదీర్ఘ ప్రయాణంలో నాకు అండగా నిలిచిన బీసీసీఐ, సహచర క్రికెటర్లు రోహిత్, విరాట్, అ జింకా, పుజారా అం దరికీ కృతజ్ఞతలు. వాళ్లు పట్టిన క్యాచ్‌ల వల్లే టెస్టుల్లో వందలాది వికెట్లు ఖాతా లో వేసుకోగలిగాను' అని అన్నాడు.

సాహో స్పిన్ గురు

ఘనమైన భారత క్రికెట్ చరిత్రలో ఒక విలువైన అధ్యాయం ముగిసింది. తన స్పిన్ నైపుణ్యంతో ప్రత్యర్థికి పిచ్‌తో సంబంధం లేకుండా చుక్కలు చూపెట్టిన మహజ్ఞాని అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కెరీర్‌కు వీడ్కోలు పలికాడు. సహచరులను ఆశ్చర్యంలో పడేస్తూ రవిచంద్రన్ అశ్విన్ అనూహ్య నిర్ణయం తీసుకున్నాడు. దిగ్గజ అనిల్‌కుంబ్లే(619) తర్వాత భారత్ తరపున అత్యధిక వికెట్లు తీసిన అశ్విన్(537) తన ప్రస్థానాన్ని ముగించాడు. తన 14 ఏండ్ల సుదీర్ఘ కెరీర్‌లో దేశానికి ఎన్నో చిరస్మరణీయ విజయాలు అందించిన అశ్విన్ యువ క్రికెటర్లకు ఆదర్శంగా నిలిచాడు. పిన్న వయసులో తొలుత మీడియం పేసర్‌గా కెరీర్ మొదలుపెట్టిన అశ్విన్.. ఆ తర్వాత కోచ్ సలహాతో స్పిన్నర్‌గా మారి ప్రపంచ యవనికపై తనకంటూ ప్రత్యేకమైన పేజీని లిఖించుకున్నాడు. అండర్-16 జాతీయ టోర్నీలో మొదలైన అతని కెరీర్ అచిరకాలంలోనే జాతీయ జట్టులోకి వచ్చేలా చేసింది. 2010లో టీమ్ఇండియా తరపున వన్డేల్లో అరంగేట్రం చేసిన 38 ఏండ్ల అశ్విన్..ఏడాది తేడాతో టెస్టుల్లోకి వచ్చేశాడు. వైవిధ్యమైన స్పిన్‌తో బ్యాటర్లకు ఎప్పుడూ చిక్కు ప్రశ్నగా కనిపించే ఈ తమిళ తంబి..ఎన్నో వైవిధ్యమైన టెక్నిక్‌లతో ముప్పుతిప్పలు పెట్టేవాడు.

పెట్టని కోటలాంటి స్వదేశీ పిచ్‌లపై బంతిని గింగిరాలు తిప్పుతూ వికెట్ల వేట కొనసాగించాడు. సహచర స్పిన్నర్ రవీంద్ర జడేజాతో కలిసి ప్రత్యర్థి బ్యాటర్లకు కళ్లెం వేయడంలో కీలకమయ్యాడు. దీంతో తక్కువ టెస్టుల్లోనే 200 వికెట్ల మైలురాయిని చేరుకోగలిగాడు. బ్యాటర్ తగ్గట్లు వ్యూహాన్ని రచించే ఈ స్పిన్ మేధావి పిచ్‌తో సంబంధం లేకుండా వికెట్లు తీయడంలో నేర్పరి. టెస్టుల్లో ఎక్కువ కాలం రాణించాలన్న పట్టుదలతో నిత్య విద్యార్థిని తలపిస్తూ తన యాక్షన్‌ను మార్చుకున్న అశ్విన్ వికెట్ల వేటలో మరింత ఆరితేరాడు. సేనా



దేశాల(దక్షిణాఫ్రికా, ఇంగ్లండ్, న్యూజిలాండ్, ఆస్ట్రేలియా) పిచ్‌లపై భారత్‌కు ఆయువుపట్టుగా నిలిచాడు. స్పిన్‌తో కాకుండా లోయార్డర్‌లో కీలకమైన భాగస్వామ్యాల్లో భాగమవుతూ టీమ్ఇండియా విజయాల్లో పాలుపంచుకున్నాడు. కుంబ్లే తర్వాత టెస్టుల్లో 500 వికెట్ల మైలురాయిని అందుకున్న రెండో భారత స్పిన్నర్‌గా అరుదైన రికార్డు అందుకున్నాడు. ఇలా ఒక టెస్టులకే పరిమితం కాకుండా పరిమిత ఓవర్ల ఫార్మాట్‌లోనూ అశ్విన్ తనదైన ముద్ర వేశాడు. 2011 వన్డే ప్రపంచకప్‌తో పాటు 2013 చాంపియన్స్ ట్రోఫీని భారత్ గెలువడంలో అశ్విన్ పాత్ర కీలకం. దూస్రా, క్యారమ్ లాంటి వైవిధ్యమైన స్పిన్ మాయాజాలంతో దిగ్గజ స్పిన్నర్ అశ్విన్ ఖ్యాతికెక్కాడు. ఇంజినీర్ గ్రాడ్యుయేట్ అయిన అశ్విన్..పరిస్థితులకు తగ్గట్లు ఆటను అంచనా వేయడంలో పేరుగాంచాడు.