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

తొలిఅడుగు

తెలుగు దిన పత్రిక

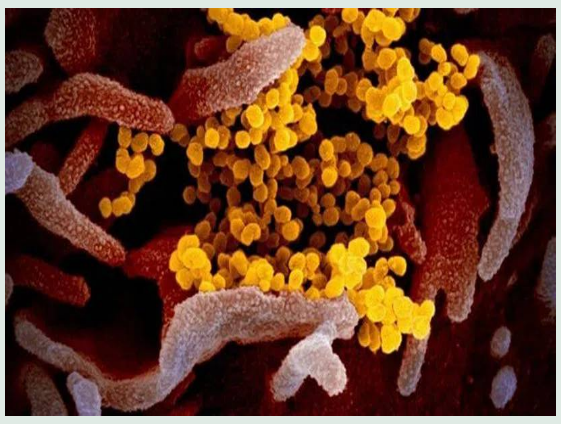
హైదరాబాద్ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 220 | శనివారం | 04- 01 - 2025 | ఎడిటర్ : పి. జయరాం | పేజీలు : 8 | వెల : 4

స్కూల్‌కు డుమ్మా.. ఫ్రీ బస్‌లో చక్కర్లు

2

చైనాలో హ్యూమన్ మెటాప్న్యూమో వైరస్ విజృంభణ

అప్రమత్తమైన భారత ప్రభుత్వం



తొలిఅడుగు, డెస్క్ : హ్యూమన్ మెటాప్న్యూమో వైరస్ చైనాను వణికిస్తున్నది. గత ఐదేళ్ల కిందట వచ్చిన కొవిడ్ తరహాలోనే కొత్త వైరస్ తీవ్రంగా వ్యాప్తి చెందుతున్నది. దాంతో పెద్ద ఎత్తున జనం ఆసుపత్రుల పాలవుతున్నారు. ఈ క్రమంలో భారత్ అప్రమత్తమైంది. వైరస్‌పై దృష్టి పెట్టాలని ఎన్‌సీడీసీని కేంద్రం ఆదేశించింది. శ్వాసకోశ లక్షణాలు, ఇతర ఫ్లూ కేసులను పరిశీలించాలని సూచించింది. ఈ మేరకు అంతర్జాతీయ హెల్త్

2

తాజా దాడుల్లో 52మంది

పాలస్తీనియన్ల మృతి

తొలిఅడుగు, గాజా : నిర్వాసితులు తల దాచుకున్న శిబిరాలను వదిలిపెట్టకుండా విచక్షణారహితంగా ఇజ్రాయిల్ ఆర్మీ గాజావ్యాప్తంగా కొనసాగిస్తున్న బాంబు దాడుల్లో గురువారం ఉదయం నుండి

2

హైదరాబాదీలకు శుభవార్త

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : ఇంటిగ్రేటేడ్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్‌లో హైదరాబాద్ జల మండలి బోర్డుతో తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఇవాళ(శుక్రవారం)

2

లండన్ ప్రయాణం

తొలిఅడుగు, అమరావతి : వైసీపీ అధినేత, మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్.. మరో సారి విదేశీ పర్యటనకు వెళ్లేందుకు సిద్ధమవుతోన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో తన విదేశీ పర్యటనకు అనుమతి

2

అప్పుడు అహంకారం.. ఇప్పుడు మమకారమా?

పదేళ్లలో కవితకు బీసీలెందుకు గుర్తుకురాలేదు: సీతక్క

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : పదేళ్లు తెలంగాణను పరిపాలించి, బీసీ వర్గాలకు ఏమైనా చేశారా..? అని ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవితను మంత్రి సీతక్క ప్రశ్నించారు. అధికారం కోల్పోగానే బీసీరాగం ఎత్తుకున్నారని, బీఆర్ఎస్ అధికారంలో ఉన్నప్పుడు కవితకు బీసీలు ఎందుకు గుర్తుకురాలేదని మంత్రి నిలదీశారు. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు బీసీల పట్ల అహంకారంతో వ్యవహరించి.. ఇప్పుడు మమకారం కురిపిస్తే బీసీలు నమ్మేస్థితిలో లేరన్నారు. బీసీ ముసుగుతో కవిత మరో రాజకీయ డ్రామా మొదలుపెట్టారని, అధికారంలో

2

షరతులతో కూడిన బెయిల్

- అల్లు అర్జున్‌కు బెయిల్ మంజూరు
- అనుమతి లేకుండా దేశం విడిచి వెళ్లరాదు
- ప్రతి ఆదివారం పోలీసుల ఎదుట హాజరు
- తొక్కిసలాట కేసులో కోర్టు ఆదేశం

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : పుష్ప2 బెనిఫిట్ షో సందర్భంగా సంధ్య థియేటర్ దగ్గర డిసెంబరు 4వ తేదీన జరిగిన తొక్కిసలాట ఘటనలో హీరో అల్లు అర్జున్‌కు నాంపల్లి కోర్టు షరతులతో కూడిన బెయిల్‌ను మంజూరు చేసింది. బెయిల్ పిటిషన్‌పై గత నెల 30వ తేదీన వాదనలు పూర్తి కాగా శుక్రవారం ఈ పిటిషన్‌పై నాంపల్లిలోని రెండో మెట్రోపాలిటన్ సెషన్స్ కోర్టు అదనపు న్యాయమూర్తి వినోద్ కుమార్ తీర్పును వెల్లడించారు. ఈ కేసులో ఏ11గా ఉన్న అల్లు అర్జున్ ప్రస్తుతం హైకోర్టు ఇచ్చిన మధ్యంతర బెయిల్‌పై ఉండగా తాజాగా నాంపల్లి కోర్టు షరతులతో కూడిన సాధారణ బెయిల్ ఇచ్చింది. హత్య, హత్యకు సూత్రధారిగా అల్లు అర్జున్‌పై పోలీసులు నమోదు చేసిన సెక్షన్లు వర్తించవంటూ తాము చేసిన వాదనలతో న్యాయస్థానం ఏకీభవించి బెయిల్ మంజూరు చేసిందని ఆయన తరపు న్యాయవాది అశోక్ రెడ్డి తెలిపారు. పోలీసులు సమర్పించిన సాక్ష్యాధారాల ప్రకారం ఈ కేసులో అల్లు అర్జున్‌పై మోపిన బీఎన్ఎసలోని 105వ సెక్షన్ వర్తించదంటూ తాము వినిపించిన వాదనలను కోర్టు విశ్వసించిందని ఆయన చెప్పారు. కాగా, పోలీసులు పూర్తి చార్జిషీట్ దాఖలు చేసే వరకు 2 నెలల పాటు అల్లు అర్జున్ ప్రతి ఆదివారం ఉదయం 10 నుంచి మధ్యాహ్నం ఒంటి గంట వరకు చిక్కడపల్లి పోలీసుల ఎదుట విచారణకు హాజరవ్వాలని కోర్టు ఆదేశించింది. న్యాయస్థానం అనుమతి లేకుండా దేశం విడిచి ఎక్కడికి వెళ్లరాదని తెలిపింది. రూ.50 వేల విలువ గల రెండు పూచీకత్తులు సమర్పించాలని షరతుల్లో పేర్కొంది. కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్న పోలీసులను, ఘటనతో సంబంధమున్న సాక్షులను ప్రభావితం చేయవద్దని అల్లు అర్జున్‌కు సూచించింది.

మహా కుంభమేళాకు ప్రత్యేక రైళ్లు

▶▶ ప్రకటించిన దక్షిణ మధ్య రైల్వే..!

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ :ఈ నెల 13 నుంచి ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని ప్రయాగ్‌రాజ్‌లో మహా కుంభమేళా మొదలవనున్నది. ఫిబ్రవరి 26 వరకు కొనసాగనున్నది. మహా కుంభమేళాలో పాల్గొనాలనుకునే భక్తులకు దక్షిణ మధ్య రైల్వే శుభవార్త చెప్పింది. కుంభమేళాకు అదనంగా 26 ప్రత్యేక రైళ్లను నడిపించనున్నట్లు పేర్కొంది. తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి రైళ్లు రాకపోకలు సాగిస్తాయని చెప్పింది. గుంటూరు - ఆజంగఢ్ (07081), ఆజంగఢ్-విజయవాడ (07082), మచిలీపట్నం-ఆజంగఢ్ (07083), ఆజంగఢ్ -మచిలీపట్నం (07084), కాకినాడ-ఆజంగఢ్ (07085), ఆజంగఢ్-విజయవాడ (07086), మౌలాలి-బనారస్ (07087), బనారస్- మౌలాలి (07088), మౌలాలి-గయా (07089), గయా-మౌలాలి (07090) మధ్య రాకపోకలు సాగిస్తాయని దక్షిణ మధ్య

2

తల్లిదండ్రుల సమ్మతి

అవసరం

- పిల్లల డాటా వినియోగానికి వారి సమ్మతి ఉండాల్సిందే
- డాటా ప్రొటెక్షన్ చట్టం ముసాయిదా నిబంధనలు జారీ

తొలిఅడుగు, న్యూఢిల్లీ : ఇక మీదట పిల్లలు సోషల్ మీడియా ఖాతా తెరవాలంటే వారి తల్లిదండ్రుల సమ్మతి అవసరం కానుంది. ఈ మేరకు కేంద్ర ప్రభుత్వం కొత్త నిబంధనలు తీసుకువస్తున్నది. ప్రజల డిజిటల్ డాటా దుర్వినియోగాన్ని అడ్డుకునేందుకు కేంద్రం 2023 ఆగస్టులో డిజిటల్ పర్సనల్ డాటా ప్రొటెక్షన్ చట్టాన్ని చేసింది. 16 నెలల తర్వాత ఈ చట్టం అమలుకు అవసరమైన

2

చైనాలో హ్యూమన్ మెటాప్న్యూమో వైరస్ విజృంభణ

మొదటిపేజీ తరువాయి ఏజెన్సీలతో భారత్ సంప్రదింపులు జరుపుతున్నది. అయితే, చైనా కొత్త వైరస్‌పై ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని ఎన్‌సీడీసీ వర్గాలు పేర్కొన్నాయి. ప్రస్తుతం మన దేశంలో అలాంటి వైరస్ జాడ లేదని స్పష్టం చేశారు.

అయితే, వైరస్ గురించి భయపడాల్సిందేమీ లేదని.. ఇతర శ్వాసకోశ వైరస్‌ల తరహాలోనే ఉంటుంది డైరెక్టర్ ఆఫ్ హెల్త్ సర్వీసెస్ డాక్టర్ అతుల్ గోయెల్ తెలిపారు. చలికాలంలో శ్వాసకోశ వ్యాధులు సర్వసాధారణమని, వాటిని ఎదుర్కోవడానికి భారతదేశంలోని ఆసుపత్రులు సిద్ధంగా ఉన్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. వాటి కోసం ప్రత్యేకంగా మందులు అవసరం లేదని.. దానికి యాంటీ వైరల్ మందులు లేవన్నారు. ఆసుపత్రులు, ఐసీఎంఆర్ డేటా మేరకు భారీ కేసులు లేవని.. ఆందోళన చెందాల్సిన పని లేదని గోయల్ విలేకరుల సమావేశంలో పేర్కొన్నారు. నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ డిసీజ్ కంట్రోల్ దేశంలోని శ్వాసకోశ వ్యాధులతో పాటు కాలానుగుణంగా వచ్చే ఇన్‌ఫ్లుయెంజా కేసులను నిశితంగా పరిశీలిస్తుందని తెలిపారు. అయితే, చైనాలో విస్తరిస్తున్న హ్యూమన్ మెటాప్న్యూమో వైరస్‌లో కొవిడ్ తరహా లక్షణాలు కనిపిస్తున్నాయని సమాచారం. దగ్గు, జ్వరం, నాసికారంధ్రాలు మూసుకుపోవడం, శ్వాస తీసుకోవడంలో ఇబ్బంది తదితర లక్షణాలు వైరస్ సోకిన వారిలో కనిపిస్తున్నట్లుగా పలు నివేదికలో పేర్కొన్నాయి. వైరస్ తీవ్రమైతే బ్రోన్కైటిస్, న్యుమోనియా తదితర సమస్యలకు దారితీస్తుంది. మూడు నుంచి ఆరురోజుల వరకూ లక్షణాలు ఉంటాయని.. ఇన్‌ఫెక్షన్ తీవ్రతను బట్టి లక్షణాలు మారుతుంటాయని తెలిపాయి. కరోనా తరహాలోనే ఒకరి నుంచి మరొకరికి ఈ వైరస్ తేలిగ్గానే సోకుతుందని.. చిన్న పిల్లలు, వృద్ధులతో పాటు రోగనిరోధక శక్తి తక్కువగా ఉన్న వాళ్లపై ఈ వైరస్ ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుందని నివేదికలు తెలిపాయి.

తాజా దాడుల్లో 52మంది పాలస్తీనియన్ల మృతి

మొదటిపేజీ తరువాయి

52మంది మరణించారు. సురక్షిత, మానవతా జోన్‌గా ప్రకటించిన అల్ మావసి శిబిరంపైనా ఆర్మీ బాంబు దాడులు జరిపింది. ఈ దాడిలో 12మంది పాలస్తీనియన్లు మరణించారు. పశ్చిమ గాజా నగరమైన లాబాబిడి జంక్షన్‌కు సమీపంలో జరిగిన దాడిలో ముగ్గురు మరణించారు. దక్షిణ ఖాన్ యూనిస్ నగరంలో హోం శాఖ భవనంపై జరిగిన దాడిలో ఆరుగురు చనిపోగా, పలువురు గాయపడ్డారు. తాజాగా మరో చిన్నారి చలి పులికి చిక్కి కన్నుమూసింది. దీంతో ఇప్పటివరకు ఇలా మరణించిన చిన్నారుల సంఖ్య 8కి చేరింది. దాడుల కారణంగా ఇల్లూ వాకిలి పోగొట్టుకుని వీధుల పాలై శిబిరాల్లో తల దాచుకుంటున్న వేలాది కుటుంబాలు తీవ్రంగా వున్న చలికి తట్టుకోలేక ఇబ్బందుల పాలవుతున్నాయి. భారీ వర్షాలు ముంచెత్తినపుడు కూడా ఇదే రకమైన పరిస్థితి నెలకొంది. కేవలం ప్లాస్టిక్ పరదాలతో ఉన్న శిబిరంలో తల దాచుకోవడం వల్ల చలిగాలులను పిల్లలు తట్టుకోలేకపోతున్నారని, ఇప్పటికే ప్రజలు ఈ దాడులతో బలహీనపడిన పడిన నేపథ్యంలో శీతల గాలుల వల్ల తలెత్తే ముప్పులను సమర్ధవంతంగా ఎదుర్కోలేకపోతున్నారని బాధితులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. 15మాసాలుగా కొనసాగుతున్న దాడుల్లో గాజాలో 45,581మంది మరణించగా, 1,08,438మంది గాయపడ్డారు.

అప్పుడు అహంకారం.. ఇప్పుడు మమకారమా?

మొదటిపేజీ తరువాయి ఉన్నప్పుడు కేసీఆర్.. బీసీ మంత్రు లకు కనీసం అపాయింట్‌మెంట్ కూడా ఇవ్వలేదని ఆరోపించారు. సాంకేతిక కారణాలు, న్యాయపరమైన చిక్కులతో మూతపడిన అంగన్వాడీ కేంద్రాలను తక్షణం పున:ప్రారంభించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను మంత్రి సీతక్క ఆదేశించారు. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాలు కార్పొరేట్ ప్లేస్కూళ్లను మించిపోయేలా పని చేయాలని సూచించారు.

మళ్లీ లండన్ ప్రయాణం

మొదటిపేజీ తరువాయి కోరుతూ.. శుక్రవారం ఆయన సీబీఐ కోర్టులో పిటిషన్ దాఖలు చేశారు. ఈ నెల.. అంటే జనవరి 11వ తేదీ నుంచి15వ తేదీ వరకు తన విదేశీ పర్యటనకు అనుమతి ఇవ్వాలని ఆ పిటిషన్‌లో మాజీ సీఎం వైఎస్ జగన్ స్పష్టం చేశారు. కుటుంబ సమేతంగా తాను లండన్ వెళ్లాలనుకొంటున్నట్లు వైఎస్ జగన్.. తన పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నారు. వైఎస్ జగన్ పిటిషన్‌పై కౌంటర్ దాఖలు చేయాలంటూ సీబీఐని కోర్టు ఆదేశించింది. సీబీఐ కౌంటర్ దాఖలు చేసిన అనంతరం కోర్టులో వాదనలు ప్రారంభంకానున్నాయి. ఇదిలా ఉండగా.. వైసీపీ అగ్రనేత, రాజ్యసభ సభ్యుడు విజయసాయిరెడ్డి.. సోమవారం ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ ఎదుట హాజరుకానున్నారు. కాకినాడ సీ పోర్టు లిమిటెడ్, కాకినాడ సెజ్‌లోని వాటాలను విజయసాయిరెడ్డి బలవంతంగా లాగేసుకున్నారంటూ గతంలో ఈడీకి కర్నాటి వెంకటేశ్వరరావు ఫిర్యాదు చేశారు.ఈ ఫిర్యాదును పరిశీలించిన ఈడీ.. విజయసాయిరెడ్డి మనీ లాండరింగ్‌కు పాల్పడినట్లు గుర్తించింది. అందులోభాగంగా సోమవారం తమ ఎదుట హాజరు కావాలంటూ విజయసాయిరెడ్డికి నోటీసులు జారీ చేశారు. గతేడాది ఎన్నికల్లో ఆంధ్రదేశ్ అసెంబ్లీ ఎన్నికలు పోలింగ్ పూర్తయింది. అనంతరం వైఎస్ జగన్ తన కుటుంబంతో కలిసి లండన్ పయనమైయ్యారు. ఎన్నికల ఫలితాల ముందు ఆయన స్వదేశానికి తిరిగి వచ్చారు. అయితే ఈ ఎన్నికల్లో ఆయన పార్టీ ఘోరంగా ఓడిపోయింది. ఆ పార్టీకి ప్రతిపక్ష హోదా సైతం దక్కలేదు. దీంతో తమకు ప్రతిపక్ష హోదా కేటాయించాలంటూ అసెంబ్లీ స్పీకర్‌కు లేఖ రాశారు.

హైదరాబాదీలకు శుభవార్త

మొదటిపేజీ తరువాయి భేటీ అయ్యారు. ఈ సమావేశానికి సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతికుమారి, ఉన్నతాధికారులు హాజరయ్యారు. వచ్చే వేసవిని దృష్టిలో ఉంచుకుని మంచినీటి సరఫరాకు సంబంధించి తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై చర్చించారు. హైదరాబాద్ మహానగరంలో వినియోగదారులకు సమర్ధవంతంగా మంచినీటి సరఫరా చేసే ప్రణాళికలపై మాట్లాడారు. గోదావరి ఫేజ్ 2 ప్రాజెక్టుకు మల్లన్న సాగర్ నుంచా లేక కొండపోచమ్మ సాగర్ నుంచి నీళ్లు తీసుకురావాలా అనే అంశంపై చర్చించారు. మల్లన్న సాగర్ నుంచే హైదరాబాద్ మంచినీటి సరఫరా ప్రాజెక్టును చేపట్టాలని ఈ సమావేశంలో సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి నిర్ణయం తీసుకున్నారు. హైదరాబాద్ మంచినీటి కొరత తీర్చేందుకు గతంలో సిద్ధం చేసిన 15 టీఎంసీల ప్రతిపాదనలను 20 టీఎంసీలకు పెంచేలా నిర్ణయం తీసుకున్నారు. మంజీరా పైప్‌లైన్‌కు అదనంగా ప్రత్యామ్నాయ పైప్‌లైన్ నిర్మాణం చేయనున్నారు. జలమండలి ఆదాయ వ్యయాల నివేదికలను ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డికి జలమండలి ఎండీ అశోక్ రెడ్డి వివరించారు. జలమండలి కొత్త ప్రాజెక్టులకు తక్కువ వడ్డీలతో రుణాలు తెచ్చుకోవాలని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి సూచించారు. మంజీరా నుంచి పాత పైప్ లైన్ పక్కనే కొత్త పైపులైన్ ప్రాజెక్ట్ పనులు చేపట్టాలని అధికారులను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశించారు. జల జీవన్ మిషన్ ద్వారా నిధులను తెచ్చుకోవడానికి వీలుగా ప్రాజెక్ట్ రిపోర్ట్ తయారు చేయాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. 25 ఏళ్ల భవిష్యత్తు అవసరాలకు తగ్గట్టుగా ప్రణాళికలు తయారు చేయాలని అన్నారు. ఇంటింటికీ తాగునీటితోపాటు సివరేజ్ ప్లాన్ తయారు చేయాలని అన్నారు. సివరేజ్ ప్లాన్‌పై కన్సల్టెన్సీలతో అధ్యయనం చేయించాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

పేరెంట్స్ ఓకే అంటేనే పిల్లలకు సోషల్ మీడియా

మొదటిపేజీ తరువాయి ముసాయిదా నిబంధనలను కేంద్ర ఎలక్ట్రానిక్స్ అండ్ ఐటీ శాఖ శుక్రవారం జారీ చేసింది. ఫిబ్రవరి 18వ తేదీ లోపు ముసాయిదా నిబంధనలపై 'మైగవ్.ఇన్' పోర్టల్ ద్వారా అభిప్రాయాలు తెలియజేయాల్సిందిగా సూచించింది. ఇందులో పిల్లల డాటా పరిరక్షణకు కీలక నిబంధనలు ఉన్నాయి. వీటి ప్రకారం.. పిల్లల డాటాను ప్రాసెస్ చేసే ముందు కంపెనీలు తల్లిదండ్రుల సమ్మతిని తీసుకోవాలి. ప్రభుత్వం జారీ చేసిన ఐడీ కార్డులు లేదా డిజిటల్ లాకర్ ద్వారా పిల్లల తల్లిదండ్రులను ధ్రువీకరించుకోవాలి.

– డాటా ప్రొటెక్షన్ బోర్డు ఏర్పాటు

డిజిటల్ పర్సనల్ డాటా ప్రొటెక్షన్ చట్టం అమలుకు డాటా ప్రొటెక్షన్ బోర్డును ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్రం నిర్ణయించింది. డిజిటల్ కార్యాలయంగా ఈ బోర్డు పని చేస్తుంది. చట్ట ఉల్లంఘనలపై విచారణ జరిపే, జరిమానాలు విధించే అధికారాలు ఈ బోర్డుకు ఉంటాయి. గరిష్ఠంగా రూ.250 కోట్ల వరకు జరిమానా విధించవచ్చు. కన్సెంట్ మేనేజర్ల నమోదుకు సంబంధించిన సైతం నిబంధనల్లో పేర్కొన్నది. కన్సెంట్ మేనేజర్లు తప్పకుండా డాటా ప్రొటెక్షన్ బోర్డు వద్ద నమోదు కావాలి. ఇందుకోసం వాటి నికర విలువ కనీసం రూ.12 కోట్లు ఉండాలి.

మహా కుంభమేళాకు ప్రత్యేక రైళ్లు

మొదటిపేజీ తరువాయి

రైల్వే పేర్కొంది. అలాగే, వివిధ ప్రాంతాల మధ్య రైళ్లు నడుస్తాయని దక్షిణ మధ్య రైల్వే వివరించింది. గుంటూరు–ఆజంగఢ్–విజయవాడ (07081–07082) స్పెషల్ రైలు విజయవాడ, ఖమ్మం, డోర్నకల్, మహబూబాబాద్, వరంగల్, రామగుండం, మంచిర్యాల, సిర్పూర్ కాగజ్‌నగర్, బల్లర్షా, చంద్రాపూర్, నాగ్‌పూర్, బేతుల్, ఇటార్సీ, పిపరియా, నర్సింగ్‌పూర్, జబల్‌పూర్, కట్నీ, మైహర్, సత్న, మాణిక్‌పూర్, ప్రయాగ్‌రాజ్ ఛోకి జంక్షన్, మిరాజ్‌పూర్, వారణాసి, షాగంజ్ స్టేషన్లలో ఆగుతుందని దక్షిణ మధ్య రైల్వే తెలిపింది.

స్కూల్‌కు డుమ్మా.. ఫ్రీ బస్‌లో చక్కర్లు

తొలిఅడుగు, హైదరాబాద్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన ఉచిత బస్సు పథకం ముగ్గురు విద్యార్థినుల అదృశ్యానికి కారణమైంది. బాలికలు స్కూల్‌కు రాకపోవడంతో ఉపాధ్యాయులు ఆరా తీయగా ఈ విషయం వెలుగులోకి వచ్చింది. ఆధార్ కార్డులతో ఇంటినుంచి బయల్దేరిన విద్యార్థినులు బస్సుల్లో చక్కర్లు కొట్టారు. రంగంలోకి దిగిన పోలీసులు 24 గంటల్లోనే వారిని పట్టుకుని తల్లిదండ్రులకు అప్పగించారు. నిజామాబాద్ జిల్లాలో కలకలం రేపిన ఈ ఘటనకు సంబంధించిన వివరాలను పోలీసులు శుక్రవారం వెల్లడించారు. నవీపేట మండలంలోని ఓ ప్రభుత్వ పాఠశాలలో సమీప గ్రామాల్లోని ముగ్గురు బాలికలు పదో తరగతి చదువుతున్నారు. రోజూలాగే గురువారం స్కూల్‌కు వెళ్తున్నామని చెప్పి ఇంటి నుంచి బయల్దేరారు. బడికి డుమ్మా కొట్టి ఉచిత బస్సులో పొద్దంతా చక్కర్లు కొట్టాలని ముందుగానే నిర్ణయించుకున్న ఆ ముగ్గురు ఆధార్ కార్డులను వెంట బెట్టుకుని వచ్చారు. స్కూల్ బ్యాగులను ఎక్కడో వదిలేసి ఒక్కచోట కలుసుకున్నారు. నవీపేట బస్టాండ్‌లో బస్సు ఎక్కి బోధన్‌కు వెళ్లారు. అక్కడి నుంచి మళ్లీ నవీపేట్ మీదుగా నిజామాబాద్ చేరుకున్నారు. అక్కడి నుంచి కామారెడ్డికి వెళ్లి తిరిగి నిజామాబాద్‌కు వచ్చారు. అటు నుంచి నవీపేట్‌కు వెళ్లి మళ్లీ నిజామాబాద్‌కు వచ్చి జగిత్యాలకు వెళ్లారు. తిరిగి నిజామాబాద్‌కు చేరుకున్నారు.

చిరస్మరణీయురాలు సావిత్రి భాయి పూలే

తొలిఅడుగు, ధర్మారం, జనవరి 03 : తొలి భారతీయ మహిళ ఉపాధ్యాయురాలు గొప్ప సంఘసంస్కర్త, రచయిత్రి, స్ఫూర్తి ప్రదాత సావిత్రి భాయి పూలే గారి జీవితం మనందరికీ ఆదర్శనీయమని ధర్మారం మండలం పత్తిపాక ప్రదానోపాద్యాయులు కే. పి నరేందర్ రావు అన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడారు. అడుగుజాడల్లో ప్రతీ ఒక్కరూ నడచి సమాజన్ని మేలుకోల్పాలని అన్నారు. భారత దేశంలో మొట్టమొదటి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలని తెలిపారు. సమ సమాజ స్థాపనకు తమ జీవితాన్ని అర్పించిన పూలే దంపతులు సదా చిరస్మరణీయులని అన్నారు. ఈ రోజు మన ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహిస్తున్న సందర్భంగా పత్తిపాక ఉన్నత పాఠశాల ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో పనిచేస్తున్న మహిళా ఉపాధ్యాయినులు సరిత, శారద, మల్లిక, సుజాత, శ్రీలత, అనుమల శారద లను ఘనంగా సన్మానించుట జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఉన్నత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు ఖండేరావు పరీక్షిత్ నరేందర్ రావు, ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు నూతి మల్లయ్య,ఉపాద్యాయులు విఠల్, కృష్ణమోహన్, ప్రసాద్,రాజమల్లయ్య,ప్రేంసాగర్, స్వరూప,శేఖర్, గౌతమ్, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు. తొలి భారతీయ మహిళ ఉపాధ్యాయురాలు ,గొప్ప సంఘసంస్కర్త, రచయిత్రి, స్ఫూర్తి ప్రదాత సావిత్రి భాయి పూలే జీవితం మనందరికీ ఆదర్శనీయం అని వారి అడుగుజాడల్లో ప్రతీ ఒక్కరూ నడిచి సమాజన్ని మేలుకోల్పాలని అన్నారు. భారత దేశంలో మొట్టమొదటి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలని తెలిపారు. సమ సమాజ స్థాపనకు తమ జీవితాన్ని అర్పించిన పూలే దంపతులు సదా చిరస్మరణీయలని అన్నారు. ఈ రోజు మన ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహిస్తున్న సందర్భంగా పత్తిపాక ఉన్నత పాఠశాల మరియు ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో పనిచేస్తున్న మహిళా ఉపాధ్యాయినులు సరిత, శారద, మల్లిక, సుజాత, శ్రీలత, అనుమల శారద లను ఘనంగా సన్మానించుట జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఉన్నత పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు ఖండేరావు పరీక్షిత్ నరేందర్ రావు, ప్రాథమిక పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు నూతి మల్లయ్య,ఉపాద్యాయులు విఠల్, కృష్ణమోహన్, ప్రసాద్,రాజమల్లయ్య,ప్రేంసాగర్, స్వరూప,శేఖర్, గౌతమ్, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వివేర్స్ కాలనీ ప్రాథమిక పాఠశాల లోని మహిళ ఉపాధ్యాయినులకు సన్మానం

తొలిఅడుగు, జనగాం, జనవరి 03 : వివేర్స్ కాలనీ ప్రాథమిక పాఠశాల లోని మహిళ ఉపాధ్యాయినులకు సన్మానం చేశారు. భారత దేశం లోని మొదటి మహిళ ఉపాధ్యాయురాలు సావిత్రి బాయి పూలే పుట్టినరోజు సందర్భంగా స్థానిక వివేర్స్ కాలనీ లోని పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు జీ. కృష్ణవేణి అధ్యక్షత ఉపాధ్యాయినులు రోజా, స్రవంతి, లయన్స్ క్లబ్ జనగామ మిలినియం అద్వురం లో క్లబ్ పూర్వ రీజియన్ చైర్మెన్ లయన్ శ్రీరాం శ్రీనివాస్ అద్వర్యం లో ఘనంగా సన్మానం చేయడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా లయన్ పూర్వ రీజియన్ చైర్మన్ ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని మాట్లాడుతూ... పిల్లలు చిన్న నాటి నుంచి మంచి అలవాట్లు అలవర్చుకొని ఉపాధ్యాయులు మార్గదర్శనం లో మంచి ఉత్తములుగా తయారు కావాలని కోరుకుంటున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్లబ్ సభ్యులు లయన్ శ్రీరాం సంధ్యారాణి, దాసరి సుమన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి వేడుకలు

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, జనవరి 03 : బహుజన్ సమాజ్ పార్టీ సిద్దిపేట రూరల్ మండలం కమిటీ ఆధ్వర్యంలో రూరల్ మండల అధ్యక్షుడు కర్రే హరికిరణ్ అధ్యక్షతన పుల్లూరు గ్రామంలో సావిత్రిబాయి పూలే 193 జయంతి నిర్వహించడం జరిగింది. కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి లింగంపల్లి యాదగిరి జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు ఈర్ల మల్లేశం ముదిరాజ్, అసెంబ్లీ ఇంచార్జ్ పంగబాబు అసెంబ్లీ అధ్యక్షుడు సిద్దిపేట పుల్లూరు ఉమేశ్ సార్లు హాజరై మాట్లాడుతూ ...

మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే భార్య సావిత్రిబాయి పూలే మహారాష్ట్రలోని సతారా జిల్లా నైగావ్ గ్రామమూ మాలి అనే ముదిరాజ్ కుటుంబంలో 1831 జనవరి 3న జన్మించింది. భారతదేశ మొట్టమొదటి మహిళా ఉపాధ్యాయురాలు, సంఘసంస్కర్త, తన 9వ ఏటా మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలేని పెళ్లి చేసుకుని తదనంతరం ఈ దేశంలోని మహిళలకు విద్యను అందించి, భర్తలు చనిపోయిన స్త్రీలను చేరదీసి వారికి విద్యను అందించి గొప్ప మానవతా మాది తల్లి సావిత్రిబాయి పూలే. సతీసహగమనం అంటే భర్తలు చనిపోయిన స్త్రీలను భర్తలతోపాటు చితిమీదికి బతికుండగానే నెట్టేసి సాంస్కృతినీ రూపుమాపిన మహా వనిత. సత్యశోధక్ సమాజ్ ను 1848లో ఏర్పాటు చేసి ఎంతోమంది మహిళలకు విందనందించిన గొప్ప యోధురాలు. కులవివక్షత అంటరానితనం పోరాడిన మహిళా తల్లి సావిత్రిబాయి పూలే కాబట్టి ముదిరాజ్ కుటుంబంలో జన్మించిన వీరి జన్మదిన వేడుకలకు పుల్లూరు గ్రామంలోని ముదిరాజులందరూ గ్రామ ప్రజలు హాజరుకావాలని కోరుకుంటున్నాం. ఈ కార్యక్రమంలో ముద్రాజ్ సంఘం అధ్యక్షుడు రాజేశం, ఎల్లం, వోగ్గు మురళీ, రమేష్ సుధాకర్, రాజు తిరుపతి కనకయ్య, సాయిలు, పుల్లూరు గ్రామ పాల్గొన్నారు.

జనగామ బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో కలెక్టర్ కు వినతి

తొలి అడుగు, జనగాం, జనవరి 03 : బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షులు ఆర్ కృష్ణయ్య పిలుపు మేరకు పెండింగ్లో ఉన్న స్కాలర్షిప్స్ ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ విడుదల చేయాలని జనగామ జిల్లా అడిషనల్ కలెక్టర్ కు మెమోరాండం ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమాన్ని ఉద్దేశించి బీసీ సంక్షేమ సంఘం జిల్లా వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ చిర్ర వీరస్వామి, జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు నిమ్మల కుమారస్వామి పలు డిమాండ్లు చేశారు. ఎస్సీ ఎస్టీ బీసీ ఈబీసీ మైనారిటీ విద్యార్థుల ఫీజుల బకాయిలు వెంటనే చెల్లించాలి, ఇంజనీరింగ్, పి.జి., డిగ్రీ, ఇంటర్ తదితర కాలేజి కోర్సులు చదివే బీసీ/ఈబీసీ విద్యార్థుల పూర్తి ఫీజులు మంజూరు చేయాలి. ఈ స్కీమును 2008 లో పెట్టినట్లుగా యదాతధంగా ఆమలు చేయాలి. కాలేజీ విద్యార్థులకు సంవత్సరంకు రూ.20 వేల స్కాలర్షిప్ ప్రతి విద్యార్థికి మంజూరు చేయాలి. ఇంటర్ మీడియట్ కోర్సులు చదివే విద్యార్థుల ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ రేటు రూ.1800 నుండి రూ.15 వేలకు పెంచాలి. మొత్తం ప్రభుత్వమే మంజూరు చేయాలి. విదేశీ విద్యకు అమెరికా, ఇంగ్లాండ్, కెనడా, అస్ట్రేలియాలో చదివే విద్యార్థులందరికి రూ.20 లక్షల “ స్టై ఫండు” మంజూరు చేయాలి. బి.సి. కాలేజీ హాస్టళ్లకు. గురుకుల పాఠశాలలకు స్వంత భవనాలు నిర్మించాలి. ఐఐటీ ఐఐఎం కోర్సులు చదివే వారికీ ఫీజు రియంబర్స్మెంట్ పథకం అమలు చేయాలని కోరారు. బి.సి స్టడీ సర్కిల్ బడ్జెట్ ను 200 కోట్లకు పెంచాలి. అన్ని ఉద్యోగ పోటీ పరీక్షలకు కోచింగ్ ఇవ్వాలి. ఇప్పుడు అందించేటువంటి స్కాలర్షిప్ లో ఒక్కో విద్యార్థులకు 5500 మాత్రమే అందివ్వడం జరుగుతుందని ధనిక రాష్ట్రమైన తెలంగాణలో కూడా కనీసం 20,000 ఇవ్వాలని ప్రభుత్వన్ని డిమాండ్ చేస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జనగామ జిల్లా పట్టణ అధ్యక్షులు మారబోయిన శ్రీనివాస్, సురేష్, రాజు, నరేష్, భాస్కర్ తదితర బీసీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

మహిళా హక్కుల ఉద్యమ కెరటం సావిత్రిబాయి పూలే

– సాదుల పవన్ కుమార్

తొలి అడుగు, నంగునూరు, జనవరి 03 : మహిళల అభ్యున్నతికి దారి చూపిన మార్గదర్శి, సామాజిక సంస్కర్త సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి వేడుకలు నంగునూరు మండల కేంద్రంలో శుక్రవారం ఘనంగా జరిగాయి. యువజన కాంగ్రెస్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన ఈ వేడుకల్లో సావిత్రిబాయి పూలే చిత్ర పటానికి ఎండి ఇమ్రాన్, సాదుల పవన్ కుమార్ పూలమాలవేసి ఘన నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం ఇమ్రాన్ మాట్లాడుతూ భారతీయ సంఘ సంస్కర్త, ఉపాధ్యాయురాలు, రచయిత్రి, బడుగు బలహీన వర్గాల అభ్యున్నతి మహిళల విద్య అభివృద్ధి కోసం విశేష కృషి చేశారన్నారు.

అనంతరం సాదుల పవన్ కుమార్ మాట్లాడుతూ స్త్రీ విద్యపై ప్రప్రథమంగా గళమెత్తిన ఉద్యమకారిణి, ఆదర్శ ఉపాధ్యాయురాలు సావిత్రిబాయి పూలే కు ఘననివాళి అర్పిస్తున్నట్లు తెలిపారు. కుల వ్యవస్థకు, పితృస్వామ్యానికి, అంటరానితనానికి వ్యతిరేకంగా ఉద్యమించిన సావిత్రిబాయి స్ఫూర్తి మనకు ఆదర్శమని అన్నారు. మహిళల హక్కులు, సామాజిక సమస్యలపై కూడా అలుపెరుగని పోరాటం చేశారని గుర్తు చేశారు. సావిత్రిబాయి పూల జయంతిని మహిళా ఉపాధ్యాయ దినోత్సవంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రకటించడం పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ.. సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బడే అశోక్, నాగేష్, రాజు, బడే నవీన్, యాదగిరి, బద్దుల అజయ్, బొజ్జ గోపి, కృష్ణ, దాసరి నర్సింలు, రాజయ్య, శంకరయ్య, రామకృష్ణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సావిత్రిబాయి పూలే జయంతిని అధికారికంగా జాతీయ మహిళా ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం గా జరపాలి

- యుఎస్ఎఫ్ఐ ఆధ్వర్యంలో సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి సందర్భంగా సెమినార్
- యుఎస్ఎఫ్ఐ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు తాటికొండ రవి

తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, జనవరి 03: భారత ఐక్య విద్యార్థి ఫెడరేషన్ (యుఎస్ఎఫ్ఐ) సిద్దిపేట జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి సందర్భంగా సిద్దిపేట జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రభుత్వ బాలికల జూనియర్ కళాశాలలో సెమినార్ నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సెమినార్ కి యుఎస్ఎఫ్ఐ సిద్దిపేట జిల్లా కార్యదర్శి చంద్లాపురం మధు అధ్యక్షత వహించారు. దీనికి ముఖ్య అతిథులుగా యూఎస్ఎఫ్ఐ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు తాటికొండ రవి , సీనియర్ న్యాయవాదులు రేణుక , కళాశాల ప్రిన్సిపల్ హిమబిందు హాజరవడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ... సావిత్రిబాయి పూలే భారత దేశంలోనే స్వాతంత్రం రాక ముందు నుంచే మహిళల అభ్యున్నతి కోసం, మహిళలు ముఖ్యంగా చదువుకున్నప్పుడే వారి జీవితాలు అభివృద్ధి చెందుతాయని బలంగా నమ్మి చివరి శ్వాస వరకు పోరాడారు.. మహాత్మ జ్యోతిరావు బాపులే అడుగుజాడల్లో నడుస్తూ వితంతువుల కోసం, ఒంటరి మహిళల కోసం, సతిసహగమనానికి వ్యతిరేకంగా మహిళల స్వేచ్ఛకై ఎంతో ఎనలేని కృషి చేశారు. ప్రస్తుతం భారతదేశంలోని అమ్మాయిలు సావిత్రిబాయి పూలే ని ఆదర్శంగా తీసుకొని సమాజ అభివృద్ధికై పాటుపడాలని అన్నారు. సావిత్రిబాయి పూలే, జ్యోతి రావు పూలే దంపతులు పిల్లల్ని కూడా కనకుండా ఈ సమాజ అభివృద్ధి కోసం పాటుపడ్డారు. చట్టసభల్లో మహిళలకు ప్రత్యేక రిజర్వేషన్ కల్పించాలి. మహిళల రక్షణ కోసం ఎన్నో చట్టాలు తీసుకువచ్చిన కూడా మహిళలపై దాడులు ఆగడం లేదు కాబట్టి కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ప్రత్యేక చొరవతో ఈ దాడులను అరికట్టే విధంగా పనిచేయాలి. దేశంలో హాస్టల్లో చదువుకుంటున్న అమ్మాయిలకు ప్రత్యేకమైనటువంటి హెల్త్ మరియు కాస్మోటిక్ కిట్ లను కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు అందించాలి . సావిత్రిబాయి పూలే జయంతిని అధికారికంగా దేశవ్యాప్తంగా జాతీయ మహిళా ఉపాధ్యాయ దినోత్సవం గా జరపాలని అన్నారు. అలాగే తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సావిత్రిబాయి పూలే జయంతిని రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అధికారికంగా రాష్ట్ర మహిళ ఉపాధ్యాయ దినోత్సవంగా నిర్వహిస్తున్నందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి కృతజ్ఞతలు తెలియజేస్తున్నామని అన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో యూఎస్ఎఫ్ఐ రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు సతీష్, సిద్దిపేట జిల్లా అధ్యక్షులు గుడికందుల రవి, సిద్దిపేట నాయకులు సందీప్, హేమంత్, వంశీ, మహేష్, అలాగే కళాశాల లెక్చరర్స్, సిబ్బంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

సావిత్రిబాయి పూలే జీవితం మహిళలందరికి ఆదర్శం.

- మండల విద్యాధికారి సుజాత

తొలి అడుగు,టేక్మాల్, జనవరి 03 : బొడ్మట్ పల్లి జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో సావిత్రిబాయి పూలే జయంతిని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈసందర్భంగా పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయురాలు ,మండల విద్యాధికారి సుజాత మాట్లాడుతూ తొలి మహిళ ఉపాధ్యాయురాలు సావిత్రిబాయి పూలే గొప్ప సంఘసంస్కర్త కవి రచయిత్రి మహిళా సమాజం కోసం అహర్నిశలు కృషి చేసినటువంటి మాతృమూర్తి సావిత్రిబాయి పూలే చిన్నతనం నుండి ఎన్నో అవమానాలు తలవంపులు ఎదుర్కొనీ మహిళలు మగవారితో సమానంగా చదువు నేర్చుకోవాలనే దృఢ సంకల్పంతో ముందుకు సాగారు ఈరోజు మహిళలందరం విద్యా,వైద్యం రాజకీయ రంగంలో ఉన్నామంటే దానికి కారణం సావిత్రిబాయి పూలే అని వారు కొనియాడారు.విద్యార్థులు ఆటలు ,నాటకాలతో అందరినీ ఆకట్టుకున్నాయి. అనంతరం సావిత్రి బాయి పూలే పుట్టినరోజు సందర్భంగా మహిళా ఉపాధ్యాయులకు శాలువ పూల దండతో ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాల చైర్మన్ కోటంగారి యాదమ్మ, ఇంచార్జ్ హెచ్ఎం స్వప్న , గ్రామ పెద్దలు అంజయ్య ,రవి శంకర్, ఉపాద్యాయులు కృష్ణ,అశోక్,దశరథ్,లత, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

మండల కేంద్రాల్లో సావిత్రి భాయి, జ్యోతి భా పూలేల విగ్రహాలను ప్రభుత్వమే ఏర్పాటు చేయాలి

–ముదిరాజ్ హక్కుల సాధన సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు –జంగిటి శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్

తొలి అడుగు, చిన్నకోడూరు, జనవరి 03 : సావిత్రిబాయి పూలే జీవిత చరిత్ర భారతదేశానికే ఆదర్శమని ముదిరాజ్ హక్కుల సాధన సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జంగిటి శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్ అన్నారు. శుక్రవారం రోజు చిన్నకోడూరు మండల కేంద్రంలో సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి సందర్భంగా ముదిరాజ్ హక్కుల సాధన సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జంగిటి శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్ ముదిరాజ్ మహాసభ మండల అధ్యక్షులు మేడికాయల వెంకటేశం బిఆర్ఎస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షులు కాముని శ్రీనివాస్ మాజీ వైస్ ఎంపీపీ కీసరి పాపయ్య ఎంపిటిసిల ఫోరం మాజీ మండల అధ్యక్షులు ఇట్టబోయిన శ్రీనివాస్ లు సావిత్రిబాయి పూలే చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి నివాళులర్పించి మాట్లాడుతూ మహిళ హక్కుల కోసం కుల వివక్ష విముక్తి కోసం సావిత్రిబాయి పూలే అనేక పోరాటాలు చేశారని అదేవిధంగా మహిళా అభ్యున్నతి కోసం తన భర్త జ్యోతిబాపూలే వద్ద చదువు నేర్చుకుని మహిళా పాఠశాల నెలకొల్పి మహిళలోకానికి అక్షరాలు నేర్పి భారత దేశంలో మహిళలను అగ్రగామిగా నిలిపిన గొప్ప సంఘసంస్కర్త సావిత్రిబాయి పూలే అని వారు అన్నారు అగ్రకుల వ్యవస్థ సావిత్రిబాయి పైన కుట్రబోని మహిళలకు చదువు చెప్పకుండా చేయాలని ఆమెను అవమానిస్తూ దుర్భాషలాడుతూ పేడ నీళ్లు సైతం పైన పోసిన మొక్కవోని దీక్షతో స్త్రీ జాతి విముక్తి తన ధ్యేయమని సంకల్పించి ముందు నడిచి పోరాటం చేసి అక్షరాలను తీర్చిదిద్దిన వీర వనిత సావిత్రిబాయి పూలే అన్నారు ఇట్టి కార్యక్రమంలో జంగిటి శ్రీనివాస్ ముదిరాజ్, మేడికాయల వెంకటేశం, కాముని శ్రీనివాస్, కీసరి పాపయ్య, ఇట్టబోయిన శ్రీనివాస్, గాలిపల్లి లక్ష్మణ్, కొండం రవీందర్ రెడ్డి, ఏలేటి వెంకటరెడ్డి, పడిగే లింగం, తిరుపతి రెడ్డి, వాసు, డీలర్ రాజు, కొరవేణి అంజయ్య, బెజ్జంకి తిరుపతి తదితరులు ఉన్నారు.

ఎల్లుపేట్ లో ఘనంగా సావిత్రి బాయి పూలే జయంతి వేడుకలు

తొలి అడుగు, టేక్మాల్, జనవరి 03 : మండల పరిధిలోని ఎల్లుపెట్ జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో శుక్రవారం సావిత్రిబాయి పూలే జయంతి వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఉపాధ్యాయ బృందం విద్యార్థిని విద్యార్థులు సావిత్రిబాయి పూలే చిత్రపటానికి పూలదండ వేసి నివాళులర్పించారు. అనంతరం పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ భారతీయ విద్యా ఉద్యమం తలపెట్టిన తొలి వీరనారి మన దేశంలోనే మొట్టమొదటి పాఠశాలను స్థాపించిన శిరోమణి, చీకట్లో మగ్గుతున్న మహిళలకు స్వేచ్ఛకు పూరదారులు వేసిన వీరవనిత కనీస హక్కులను కాలరాస్తుంటే పోరాడిన ఉద్యమ ప్రదాత ప్రగతి శీల నారి తన భర్త మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే దగ్గర ఓనమాలను దిద్ది ఉన్నత విద్యను అభ్యసించి భర్త అడుగుజాడల్లో నడుస్తూ చదువు నేర్పేందుకు కంకణం కట్టుకున్న తొలి మహిళ ఉపాధ్యాయురాలు.ఈరోజు ప్రతి మహిళ విద్యా,వైద్యం రాజకీయ తదితర రంగంలో ఉన్నారంటే దానికి కారణం సావిత్రిబాయి పూలే అని ఆయన కొనియాడారు. అనంతరం సావిత్రి బాయి పూలే పుట్టినరోజు సందర్భంగా మహిళా ఉపాధ్యాయులకు పూల మల వేసి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు, శ్రీనివాస్ ఉపాద్యాయులు అన్నపూర్ణ,సునీత , వెంకటేశం సిద్ధి రాములు , సత్యం, విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

సంపాదకీయం

ఇజ్రాయెల్ యుద్ధకాంక్ష!

ఉద్ధృతమైన మారణహోమంగా 2024 సంవత్సరం చరిత్రలో నిలిచిపోయినా కానీ, కొన్ని ధనిక, అత్యంత శక్తివంతమైన సంస్థలు మాత్రం ఈ మారణహోమం సాధారణమైనదే అన్న భావనతో ఉంటున్నాయి. ఇజ్రాయెల్ సాగిస్తున్న మారణహోమానికి పాశ్చాత్య ప్రభుత్వాలు నివారించే ప్రయత్నాలు చేపట్టడం లేదు. ప్రపంచంలో అగ్రరాజ్యం అమెరికా కూడా ఇజ్రాయెల్ రణజ్వాలలతో చలికాచుకుంటోంది. ప్రధాన స్రవంతి మీడియా సైతం గాజాలోని ఇజ్రాయెల్ మారణహోమాన్ని ప్రేక్షకునిలా చూస్తోంది. మొత్తం మీద ఏ దేశమూ ఇజ్రాయెల్‌కు యుద్ధ విరమణకు పిలుపు ఇవ్వకుండా వెనుకంజ వేస్తున్నాయి. 14 నెలలుగా గాజాపై ఇజ్రాయెల్ దాడులను ఆపలేకుంటున్నాయి.

ఆక్రమిత పాలస్తీనా భూభాగం వెస్ట్‌బ్యాంక్ నుంచి అణచివేతలను అడ్డుకోలేకుంటున్నాయి. అలాగే ఎలాంటి హెచ్చరికలు లేకుండా లెబనాన్‌లో సాగుతున్న దాడులను నిలువరించలేకుంటున్నాయి. ఈ 14 నెలల్లోనే 45,000 మంది కన్నా ఎక్కువ సంఖ్యలో ప్రాణాలు కోల్పోయారు. వీరిలో అధిక సంఖ్యలో మహిళలు, చిన్నారులే ఉండడం గమనార్హం. ఈ దారుణాలపై ప్రపంచ దేశాలు మౌనం పాటించడం బాధ్యతారాహిత్యమైన సంక్లిష్టతే కాదు ఎంతో నష్టదాయకం. దీనికి తోడు మరో వాస్తవ విషయం ఏమిటంటే ఇజ్రాయెల్ సాగిస్తున్న దాడులకు కావలసిన ఆయుధాలు సరఫరా చేస్తున్నది అమెరికాయే. ఇటీవల యెమెన్ నుంచి వచ్చిన హౌతీ బాలిస్టిక్ క్షిపణిని అడ్డుకోవడానికి మొట్టమొదటిసారి థాడ్ (టెర్మినల్ హై ఆల్టిట్యూడ్ ఏరియా డిఫెన్స్) అనే బ్రహ్మాస్త్రాన్ని ఇజ్రాయెల్ ప్రయోగించింది. థాడ్ భారీ క్షిపణి వ్యవస్థను రూపొందించింది అమెరికాయే.

దీన్ని బట్టి ఇజ్రాయెల్ మారణహోమానికి పరోక్షంగా అమెరికా ఏ విధంగా సహకరిస్తోందో తెలుస్తుంది. ఈ మారణహోమం రెండో ప్రపంచ యుద్ధకాలం నాటి బీభత్సకాండను గుర్తుకు తెస్తోందని శాంతికాముకులు ఆక్షేపిస్తున్నారు. పాలస్తీనాకు ప్రత్యేక పాత్రికేయులుగా వ్యవహరిస్తున్న ఫ్రాన్‌కెస్కా అల్బనీస్ ఇజ్రాయెల్ హత్యలకు కచ్చితమైన పదం మారణహోమమేనని వ్యాఖ్యానించారు. డిసెంబర్ 26న ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ చీఫ్ టెడ్రోస్ అథనామ్ ఘెబ్రేయెసెస్, ఆయన బృందం యెమెన్‌లోని సనా విమానాశ్రయం వద్ద ఉండగా ఇజ్రాయెల్ వైమానిక దాడులు జరగడం అత్యంత దారుణం.దాడుల నుంచి కొన్ని మీటర్ల దూరంలోనే తప్పించుకుని వీరు బయటపడడం మానవతా వాదులందరికీ ఆందోళన కలిగించింది. యెమెన్‌లోని సనా విమానాశ్రయాన్ని ఇజ్రాయెల్ టార్గెట్ చేసుకోవడం వల్లనే ఈ సంఘటన జరిగింది. ఈ దాడిలో ఇద్దరు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. ఇజ్రాయెల్ ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరిస్తోందన్న దానికి ఉదాహరణ ఇది మొదటిసారి కాదు, సెప్టెంబరులో ఇజ్రాయెల్ అక్రమంగా ఆక్రమించుకున్న తన ఆక్రమిత ప్రాంతాల నుంచి తక్షణం వైదొలగాలన్న ఐక్యరాజ్య సమితి తీర్మానం ఏకగ్రీవంగా ఆమోదం పొందినా ఫలితం కనిపించలేదు. ప్రపంచ సమస్యల పరిష్కారంలో ఐక్యరాజ్యసమితి ప్రయత్నాలు ఏమాత్రం ఫలించని నిరుత్సాహపరిచే నిష్క్రియకు ఇది మరో తార్కాణంగా నిలిచిపోయింది. ఇజ్రాయెల్ అధ్యక్షుడు బెతన్యాహుపై అవినీతి ఆరోపణలు కోర్టు వరకు అతన్ని దోషిగా తీసుకువచ్చినా ఆ దేశ శాసన వ్యవస్థ నుంచి ఆయనకు కొంత మినహాయింపు కనిపిస్తోంది. నెతన్యాహుపై అవినీతి, మోసం, నమ్మకద్రోహం వంటి కేసులు ఉన్నా అతడ్ని ఏమీ చేయలేకపోతున్నాయి. తనపై అవినీతి ఆరోపణలు అర్థరహితమని, తాను నిబద్ధతగల నాయకుడినని, ఇజ్రాయెల్ ప్రయోజనాల రక్షకుడినని నెతన్యాహు తన వాదాన్ని బలంగా వినిపిస్తున్నారు. ఇజ్రాయెల్ దేశాన్ని రక్షించే క్రమంలో ఇలాంటి ఆరోపణలు చేయడమంటే సముద్రంలో నీటి చుక్కను వేయడమేనని వ్యాఖ్యానించారు. భద్రతా కారణాల దృష్ట్యా రహస్య బంకర్‌లో ఆయన ఇటీవల విచారణకు హాజరయ్యారు. కీలకమైన యుద్ధ సమయంలో ప్రధానిగా బాధ్యతలను నిర్వహిస్తూనే విధిగా కోర్టుకు హాజరయ్యానని తన సాహసాన్ని మరోసారి చెప్పుకున్నారు. ఇజ్రాయెల్ చట్టాల ప్రకారం దోషిగా తేలినా ప్రధాని రాజీనామా చేయవలసిన అవసరం లేదు. గాజాలో ఏర్పడిన మానవతా సంక్షోభాన్ని నివారించాలంటూ భారత్ కూడా పలుమార్లు పిలుపునిచ్చింది. ఈ పరిణామాల నేపథ్యంలో తాజాగా పాలస్తీనియన్ల సంక్షేమం కోసం 2.5 మిలియన్ డాలర్ల (రూ. 20.83 కోట్లు) సాయం విడుదల చేసింది. పాలస్తీనా శరణార్థుల కోసం పని చేసే ఐక్యరాజ్యసమితి సంస్థ (యుఎన్‌ఆర్‌డబ్లుఎ)కు భారత్ విరాళం అందజేసింది. యుఎన్‌ఆర్‌డబ్లుఎకు వార్షికంగా 5 మిలియన్ డాలర్ల సాయం అందజేస్తామని భారత్ 2018లోనే హామీ ఇచ్చింది. ఇందులో భాగంగానే 2023 24 సంవత్సరానికి సంబంధించి తొలి విడతగా 2.5 మిలియన్ డాలర్లను అందజేసింది. విద్య, వైద్యం వంటి వాటికి ఐక్యరాజ్య సమితి సంస్థ ఈ నిధులను వెచ్చించనుందని వెస్ట్‌బ్యాంక్ రామల్లాలోని భారత ప్రతినిధి తెలిపారు. పాలస్తీనాకు సహాయం అందించే అలాంటి ఐరాస సంస్థను వ్యతిరేకిస్తూ ఇజ్రాయెల్ పార్లమెంట్ నెస్సెట్ తీర్మానించడం గర్హనీయం. పాలస్తీనా రాజ్యస్థాపనకు ఇజ్రాయెల్ వ్యతిరేకిస్తోంది. ప్రపంచ దేశాలు ఇజ్రాయెల్ మారణహోమాన్ని నివారించడానికి చొరవ తీసుకోకుంటే మరింత అధ్వాన పరిస్థితులు ఏర్పడి మానవత్వమన్నది అసలు చిరునామా లేకుండాపోతుంది. 2024 అత్యంత విషాద ఘట్టంగా గడిచిపోయింది. ఇప్పుడీ కొత్త సంవత్సరంలోనైనా ఇజ్రాయెల్ వంటి రణపిపాస దేశాలకు తగిన ప్రాయశ్చితం కలగాలని మేధావులు కాంక్షిస్తున్నారు.

బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో సావిత్రి బాయి పూలే 194వ జయంతి వేడుకలు

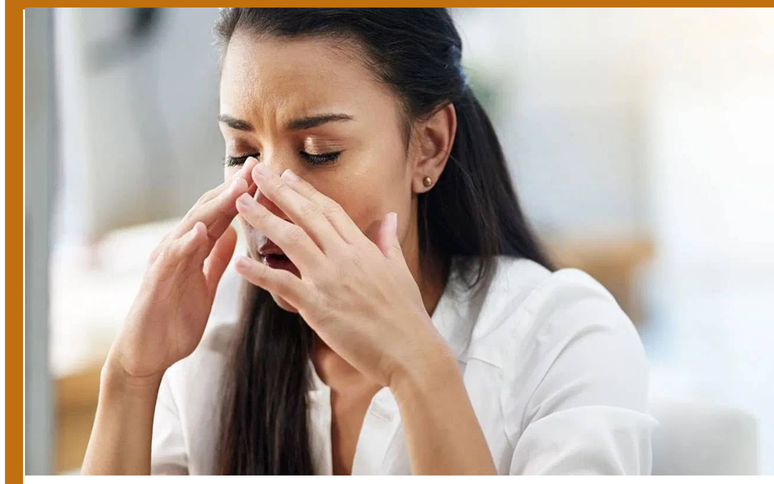
తొలి అడుగు, సిద్దిపేట జిల్లా, జనవరి 03 : లసిద్దిపేట జిల్లా బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఈరోజు సావిత్రిబాయి పూలే 194వ జయంతి పురస్కరించుకొని సిద్దిపేటలో వారికి ఘనంగా నివాళులర్పించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో బీసీ సంక్షేమ సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు కంకటి నవీన్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ ఆధునిక భారత చరిత్రలో ధృవతార, ఆడపిల్లల చదువు కోసం నిరంతరం పాటుపడిన మహిళా చైతన్యమూర్తి, సామాజిక ఉద్యమకారిణి సావిత్రిబాయి పూలే అని సావిత్రిబాయి పూలే చేసినటువంటి సేవలను కొనియాడారు దేశంలోనే మొదటి ఉపాధ్యాయురాలుగా ఆమె తన సేవలను ఎంతో మంది మహిళలకు విద్యను బోధించి చైతన్యవంతులను చేసినటువంటి సావిత్రిబాయి పూలే వారు చూపినటువంటి ఆశయాలను కొనసాగిస్తామని వారు తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా బీసీ సంక్షేమ సంఘం యువజన విభాగం అధ్యక్షులు వల్లేపు పవన్ బీసీ సంక్షేమ సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి గుడిసె ప్రభు,సాయి,వెంకి గౌడ్, భార్గవ్, ఎర్రోళ్ల రాజు,రాజేష్,తదితరులు పాలుగొన్నారు.

దలాల్ స్ట్రీట్‌కు ఎట్టకేలకు ఉపశమనం

పెరిగిన రూ.6 లక్షల కోట్ల సంపద

తొలి అడుగు, ముంబయి : చాలా రోజులుగా తీవ్ర ఒత్తిడిని ఎదుర్కొంటున్న దలాల్ స్ట్రీట్‌కు ఎట్టకేలకు ఉపశమనం లభించింది. ఫైనాన్సియల్, ఆటో, ఐటి స్టాక్స్‌ల్లో కొనుగోళ్ల మద్దతుతో గురువారం బిఎస్‌ఇ సెన్సెక్స్ 1436 పాయింట్లు లేదా 1.83 శాతం పెరిగి రూ.79,943కి చేరింది. ఎన్‌ఎస్‌ఇ నిఫ్టీ 446 పాయింట్ల లాభంతో 24,188 వద్ద ముగిసింది. సెన్సెక్స్ ఓ దశలో 1500 పాయింట్లు, నిఫ్టీ దాదాపు 450 పాయింట్లు ర్యాలీ చేసింది. ఉదయం కాసేపు స్తబ్దుగా సాగిన మార్కెట్లు.. ఆ తర్వాత ఏ దశలోనూ వెనక్కి తిరగకుండా పరుగులు పెట్టాయి. ఇంట్రాడేలో సెన్సెక్స్ 80,033 గరిష్ట స్థాయిని తాకింది. దీంతో వరుసగా రెండో సెషన్‌లోనూ లాభాలు నమోదు చేసినట్లయ్యింది. సెన్సెక్స్ 30 సూచీలో ఒక్క సన్‌ఫార్మా మినహా మిగిలిన అన్ని సూచీలూ లాభపడ్డాయి. ముఖ్యంగా బజాజ్ ఫిన్‌సర్వ్, బజాజ్ ఫైనాన్స్, మారుతీ–సుజుకీ, మహీంద్రా అండ్ మహీంద్రా, టైటాన్ షేర్లు అధికంగా లాభపడిన వాటిలో ఉన్నాయి. ఒక్క పూటలోనే బిఎస్‌ఇలో లిస్టెడ్ కంపెనీల మార్కెట్ కాపిటలైజేషన్ రూ.5.89లక్షల కోట్లు పెరిగి రూ.450.32 లక్షల కోట్లకు చేరింది. దీంతో దాదాపు రూ.6 లక్షల కోట్ల సంపద పెరిగినట్లయ్యింది. నిఫ్టీలో ఆటో, ఫైనాన్సియల్ సర్వీసెస్, ఐటి, కన్సూమర్ డ్యూరేబుల్స్ రంగాలు 1.5 శాతం నుంచి 3.8 శాతానికి పెరిగాయి. మంగళవారం వరకు వరుసగా నాలుగు సెషన్లలో నష్టాలను నమోదు చేసిన ఐటి స్టాక్స్ గురువారం లాభాలను నమోదు చేయడం సానుకూలంగా మారింది. గతేడాది 2024 చివర్లో అంతర్జాతీయ, జాతీయ మార్కెట్లు భారీగా అమ్మకాల ఒత్తిడిని ఎదుర్కొన్నాయి. అంతర్జాతీయంగా అమెరికా, యూరోపియన్ స్టాక్ ఫ్యూచర్స్ దిగిరావడంతో ఆయా ఎక్స్ఛేంజీల్లో కొనుగోళ్ల మద్దతు లభించింది. ఈ క్రమంలో కొత్త సంవత్సరంలో భారీగా కోనుగోళ్లు జరపడంతో యూరో స్టాక్స్ 50, నస్డాక్ 100 ఫ్యూచర్స్ 0.5 శాతం మెరుగుపడ్డాయి. 2023 చివరి నెలతో పోల్చితే గడిచిన డిసెంబర్‌లో జిఎస్‌టి వసూళ్లు 7.3 శాతం పెరిగి 1.77 లక్షల కోట్లకు చేరుకున్నాయి. ఇది వినియోగంలో రికవరీకి సంకేతమనే విశ్లేషణలు రావడంతో ఇన్వెస్టర్లలో విశ్వాసం పెరిగింది. అదే విధంగా డిసెంబర్‌తో ముగిసిన త్రైమాసికంలో ఆటో మోటివ్, ఫైనాన్షియల్స్ తో పాటు కీలక రంగాల నుంచి సానుకూల ప్రకటనలు రావడం ఉత్సాహాన్ని నింపింది.

సైనస్ సమస్యను ఇంటి చిట్కాలతో ఇలా కంట్రోల్ చేయవచ్చు..



తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : సైనస్ సమస్య అనేది దీర్ఘకాలిక సమస్యగా చెప్పొచ్చు. వాతావరణంలో పరిస్థితులు మారినప్పుడల్లా ఇది ఎటాక్ చేస్తుంది. ఈ సమస్యను తగ్గించడానికి శాశ్వతమైన చికిత్స ఇంకా లేదు. కాబట్టి ఇంటి చిట్కాలతో కూడా మనం రిలీఫ్ పొందవచ్చు. ఈ టిప్స్ సైనస్‌ను తగ్గించడంలో ఎఫెక్టివ్‌గా పని చేస్తాయి. ఎంతో మందిని ఇబ్బంది పెట్టే సమస్యల్లో సైనస్ కూడా ఒకటి. సైనస్ వచ్చిందంటే అంత త్వరగా తగ్గదు. ముఖ్యంగా చలి కాలంలో ఈ సమస్య మరింత పెరుగుతుంది. దీనికి తాత్కాలిక ఉపశమనం తప్ప.. పూర్తి పరిష్కారం చూపే చికిత్సలు ఇప్పటికీ లేవు. సైనస్‌ను మనం ఇంటి చిట్కాలతో కూడా కంట్రోల్ చేసుకోవచ్చు. ఒక పాత్రలో నీరు వేయండి. అందులో కొద్దిగా పసుపు, మెంథాల్, వేప ఆకులు వేసి బాగా మరగనివ్వాలి. అనంతరం ఈ నీటితో ఆవిరి పట్టాలి. పై నుంచి ఒక దుప్పటి లాంటిది వేసుకుని.. ఆవిరి పడితే.. ముక్కు మొత్తం క్లియర్ అవుతుంది. సైనస్ నుంచి రిలీఫ్ దొరుకుతుంది. సైనస్‌తో బాధ పడేవారు ఎప్పుడూ నీటిని తాగుతూ ఉండాలి. దీని వల్ల బాడీ హైడ్రేట్‌గా ఉంటుంది. బాడీ హైడ్రేట్‌గా ఉంటే సైనస్ సమస్య తగ్గుతుంది. లేదంటే పెరిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి.

అదే విధంగా మసాలాలు, కారం అధికంగా ఉండే ఆహారాలు తీసుకోవాలి. వీటిల్లో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లమేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి సైనస్‌ను క్లియర్ చేసేందుకు హెల్ప్ చేస్తాయి. గోరు వెచ్చని నీటిలో తేనె, నిమ్మరసం కలిపిన నీటిని కూడా తాగుతూ ఉండాలి. దీని వల్ల కూడా సైనస్ కంట్రోల్ అవుతుంది. అలాగే యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ ఉదయాన్నే ఓ చిన్న కప్పు తాగండి. దీని వల్ల కూడా సైనస్ సమస్య నుంచి ఉపశమనం పొందవచ్చు.

ఫోలిక్ యాసిడ్ గర్భిణీలే కాదు.. అందరికీ అవసరమే..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : శరీరం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే అన్ని రకాల విటమిన్లు, మినరల్స్, ఖనిజాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అవసరం అవుతాయి. ఈ క్రమంలోనే గర్భిణీలు ఆరోగ్యం, పుట్టబోయే బిడ్డ ఆరోగ్యం కోసం వైద్యులు ఫోలిక్ యాసిడ్ ఇస్తారు. అయితే ఇది కేవలం ప్రెగ్నెంట్ లేడీస్‌కే కాకుండా అందరూ వేసుకోవచ్చు. ఫోలిక్ యాసిడ్ అంటే.. అందరికీ గర్భిణీలే గుర్తుకు వస్తారు. బిడ్డ ఎదుగుదలలో ఈ ఫోలిక్ యాసిడ్ ఎంతో హెల్ప్ చేస్తుంది. ఫోలిక్ యాసిడ్ అంటే విటమిన్ బి9. ఈ విటమిన్ తీసుకోవడం వల్ల పిల్లలు ఎలాంటి లోపాలు లేకుండా ఆరోగ్యంగా జన్మిస్తారు. ఈ విటమిన్ కేవలం గర్భిణీలకే కాదు.. అందరికీ అవసరమేనని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. ఫోలిక్ యాసిడ్‌తో ఉండే లాభాలు అన్నీ ఇన్నీ కావు. ఎన్నో సమస్యలు రాకుండా అడ్డుకుంటుంది. కాబట్టి ఫోలిక్ యాసిడ్ అందరూ తీసుకోవాలి. ఫోలిక్ యాసిడ్ ఉన్న ఆహారాలను తీసుకుంటే.. పెద్దపేగు, గర్భాశయ, క్లోమ గ్రంథి క్యాన్సర్లు రాకుండా ఉంటాయి. మతి మరుపు, అల్జీ మర్స్ వంటి వ్యాధులు కూడా రాకుండా అడ్డుకుంటుంది. వృద్ధాప్యంలో వచ్చే వ్యాధులు రావు. జ్ఞాపకశక్తి కూడా మెరుగుపడుతుంది. రక్త కణాలు తయారయ్యేందుకు కూడా విటమిన్ బి9 సహాయ పడుతుంది. ఆహారాలు అయినా, ట్యాబ్లెట్స్ అయినా తీసుకుంటే రక్తం బాగా తయారవుతుంది. అనీమియా సమస్య కూడా ఏర్పడదు. రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచేందుకు కూడా హెల్ప్ చేస్తుంది. మెదడు ఆరోగ్యాంగా ఉండేందుకు హెల్ప్ చేస్తుంది. మెదడు యాక్టీవ్‌గా ఉంటే శరీరంలో ఇతర పనులు కూడా త్వరగా జరుగుతాయి. కాబట్టి ఈ ట్యాబ్లెట్స్ అందరూ తీసుకోవచ్చు. అయితే వైద్యుల సలహా మేరకు మాత్రమే తీసుకోవాలి.

చూయింగ్ గమ్‌తో అధిక బరువుకు చెక్

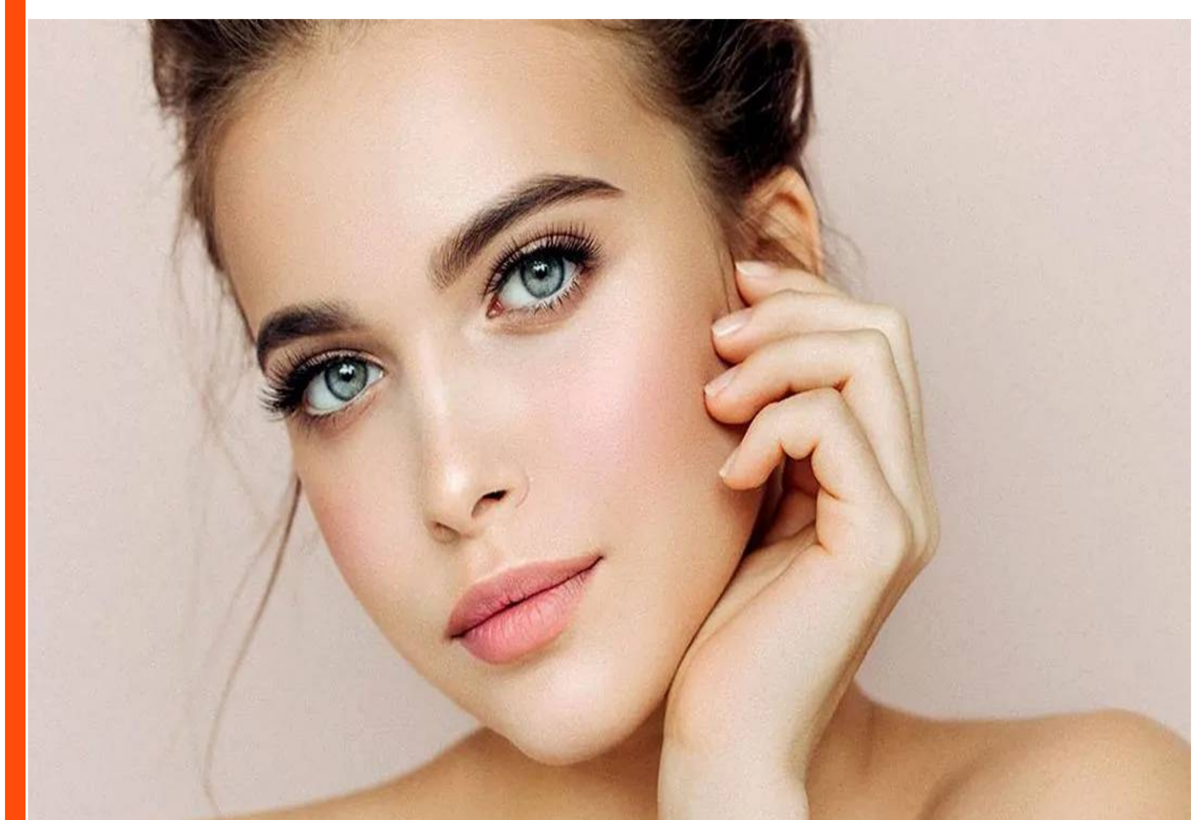
తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం :అధిక బరువు అనేది అనేక సమస్యలకు కారణం అవుతుంది. శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తి కూడా తగ్గుతుంది. కాబట్టి బరువును ఎప్పుడూ అదుపులో ఉంచుకోవాలి. బరువును అదుపులో ఉంచేందుకు ఎన్నో మార్గాలు ఉన్నాయి. తాజాగా మీ కోసం మరో ఇంట్రెస్టింగ్ టిప్ తీసుకొచ్చాం. ప్రస్తుత కాలంలో చాలా మంది ఇబ్బంది పడే సమస్యల్లో అధిక బరువు కూడా ఒకటి. అధిక బరువు, ఊబకాయం కారణంగా అనేక ఇతర అనారోగ్య సమస్యలు కూడా రావచ్చు. ముఖ్యంగా డయాబెటీస్, బీపీ సమస్యలు పెరుగుతాయి. ఇవి వచ్చాయంటే తగ్గించుకోవడం కష్టం. కాబట్టి బరువును అదుపులో ఉంచుకోవాలి. బరువును కంట్రోల్ చేసేందుకు ఇప్పటికే ఎన్నో రకాల హోమ్ రెమిడీస్, ఎక్సర్‌సైజులు, ఆహారాల గురించి తెలుసుకున్నాం. తాజాగా చూయింగ్ గమ్ నమలడం వల్ల కూడా వెయిట్ లాస్ అవ్వొచ్చు. చూయింగ్ గమ్‌ని సరదాగా, నోటి ఫ్రెష్ నెస్ కోసం నములుతూ ఉంటారు. కానీ చూయింగ్ గమ్ తినడం వల్ల చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. ముందుగా ఒత్తిడి అనేది కంట్రోల్ అవుతుంది. మెదడు పని తీరు కూడా మెరుగు పడుతుంది. పనిపై శ్రద్ధ, ఏకాగ్రత పెరుగుతాయి. చూయింగ్ గమ్ నమలడం వల్ల దంతాలు కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటాయని, దంతక్షయం రాకుండా ఉంటుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అయితే ఇదే చూయింగ్ గమ్‌తో అధిక బరువు నుంచి కూడా ఉపశమనం కలుగుతుందట. ప్రతి రోజూ రెండు సార్లు ఆకలిగా ఉన్నప్పుడు చూయింగ్ గమ్ నమలడం వల్ల.. ఆకలి చచ్చిపోతుందట. చూయింగ్ గమ్ నమిలిన తర్వాత నీళ్లు ఎక్కువగా తాగాలనిపిస్తుంది. దీంతో ఆహారాన్ని మితంగా తీసుకుంటారు. క్యాలరీలు కూడా తగ్గుతాయి. ఈ రకంగా వెయిట్ లాస్ అవుతారు. షుగర్ కూడా కంట్రోల్ అవుతుంది.

జామ చెట్టు ఆకులను ఇలా వాడారంటే షుగర్, బీపీకి బైబై చెప్పొచ్చు..

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : జామ కాయలు అంటే చాలా మంది ఇష్టంగా తింటారు. జామ పండు తినడం వల్ల ఎన్నో రకాల బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయి. జామ కాయని పేదోడి యాపిల్ అని అంటారు. యాపిల్ తినలేని వారు జామ పండును తినవచ్చు. జామ కాయలు అందరికీ అందుబాటులో, తక్కువ ధరలోనే ఉంటాయి. కాబట్టి జామ పండ్లను ఎవరైనా తినవచ్చు. జామ పండు తినడం వల్ల చాలా రకాల ఉపయోగాలు ఉన్నాయి. జామ ఆకులలో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ మైక్రోబియల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. ఇది కడుపు పూతల నుండి శరీరాన్ని రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది. దగ్గు, దురద మొదలైన వాటితో బాధపడుతున్నవారు జామ ఆకులను తినాలి. ఎందుకంటే వీటిలో శరీరానికి ఉపశమనాన్ని అందించే యాంటీ అలర్జీ లక్షణాలు ఉంటాయి. జామ కాయలు అంటే చాలా మంది ఇష్టంగా తింటారు. జామ పండు తినడం వల్ల ఎన్నో రకాల బెనిఫిట్స్ ఉన్నాయి. జామ కాయని పేదోడి యాపిల్ అని అంటారు. యాపిల్ తినలేని వారు జామ పండును తినవచ్చు. జామ కాయలు అందరికీ అందుబాటులో, తక్కువ ధరలోనే ఉంటాయి. కాబట్టి జామ పండ్లను ఎవరైనా తినవచ్చు. జామ పండు తినడం వల్ల చాలా రకాల ఉపయోగాలు ఉన్నాయి. యాపిల్‌లో ఉండే పోషకాలన్నీ జామ కాయలో లభిస్తాయి. షుగర్ ఉన్న వాళ్లు కూడా జామ పండును తినవచ్చు. కేవలం జామ పండే కాకుండా జామ చెట్టు ఆకులు కూడా ఎన్నో రకాల సమస్యలను తగ్గించుకోవడానికి ఉపయోగపడతాయి. ఇందులో ఎన్నో రకాల ఔషధాలు ఉన్నాయని.. దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల్ని సైతం నయం చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మరి జామ ఆకుల్ని తీసుకుంటే ఎలాంటి సమస్యలకు దూరంగా ఉండవచ్చో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. షుగర్ కంట్రోల్: జామ ఆకుల్ని తీసుకోవడం వల్ల షుగర్ వ్యాధిని అదుపులో ఉంచవచ్చు. ఇందులో ఉండే ఫినోలిక్ సమ్మేళనం, యాంటీ హైపర్ గ్లైసెమిక్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలోని షుగర్ లెవల్స్‌ను నియంత్రించడంలో హెల్ప్ చేస్తాయి. కాబట్టి డయాబెటీస్ ఉన్నవారు జామ ఆకుల్ని నములుతూ ఉంటే చాలా మంచిది. బీపీ అదుపులో ఉంటుంది: జామ ఆకుల్ని తినడం వల్ల రక్త పోటు కూడా అదుపులో ఉంచవచ్చు. జామ పండులో ఉన్నట్టే.. ఆకుల్లో కూడా పొటాషియం, ఫైబర్ ఉంటాయి. ఇవి బీపీని తగ్గించడంలో సహాయ పడతాయి. కాబట్టి బీపీ ఉన్నవారు జామ పండు తిన్నా, ఆకులు నమిలినా మంచి ఫలితం ఉంటుంది.

చలికాలంలో డ్రై స్కిన్‌కి మేకప్ లుక్

తొలిఅడుగు, ఆరోగ్యం : మిగతా సీజన్లలో ఎలా ఉన్నా చలికాలంలో మాత్రం చర్మం త్వరగా డ్యామెజ్ అవుతుంది. దీంతో మేకప్ వేసుకోవడం ఇబ్బందిగా మారుతుంది. అయితే ఈ సీజన్ లో కూడా నేచురల్ లుక్ రావాలంటే కొన్ని మేకప్ టిప్స్ చెబుతున్నారు నిపుణులు. ముఖ్యంగా ఫౌండేషన్ విషయంలో తీసుకునే జాగ్రత్త మొత్తం మేకప్ ని మార్చేస్తుందట. చలికాలం వచ్చిందంటే అందాన్ని కాపాడుకోవడం పెద్ద పని. ఈ సీజన్‌లో సహజంగానే చర్మ సౌందర్యం క్షీణిస్తుంది. చల్లటి గాలి, పెరుగుతున్న కాలుష్యం వల్ల రకరకాల చర్మ సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఈ సీజన్ లో చాలా మందిలో డ్రై స్కిన్ సమస్య కనిపిస్తుంది. ఇలాంటి సమయంలో ముఖానికి మేకప్ వేసుకుంటే, సహజంగా అనిపించదు. కాబట్టి మేకప్ వేసుకునే ముందు మీరు ఫౌండేషన్‌ను ఎలా అప్లై చేస్తారనే దానిపై మీ మేకప్ ఆధారపడి ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. చలికాలంలో చర్మంపై ఫౌండేషన్‌ను అప్లై చేసే ముందు, ప్రైమర్‌ను అప్లై చేయడం మర్చిపోకూడదు. ఇది చలికాలంలో చర్మాన్ని ఎక్కువ కాలం తేమగా ఉంచడమే కాకుండా చర్మం పొడిబారకుండా చేయడంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. చర్మం పొడిగా ఉంటే, ఫౌండేషన్ అప్లై చేసే ముందు ముఖంపై మాయిశ్చరైజర్ అప్లై చేయడం గుర్తుంచుకోవాలి. ఇది చర్మం పొడిబారడాన్ని తొలగిస్తుంది. ఆ తర్వాత చర్మానికి ఫౌండేషన్ రాసుకుంటే ముఖం మృదువుగా కనిపిస్తుంది. చలికాలంలో చల్లని వాతావరణం కారణంగా చర్మం త్వరగా పొడిగా మారుతుంది. కాబట్టి చర్మానికి అప్లై చేసే ఫౌండేషన్ ఎంపిక సరైనదిగా ఉండటం ముఖ్యం. వీలైనంత వరకు పౌడర్ బేస్డ్ ఫౌండేషన్ వాడటం మానేయాలి. దీన్ని అప్లై చేయడం వల్ల చర్మంలోని జిడ్డు పీల్చుకుని చర్మం పొడిబారుతుంది. కాబట్టి ఈ సీజన్ క్రీమ్ లేదా ఆయిల్ ఫౌండేషన్‌ను ఎంచుకోవడం బెటర్. ఇది మీ చర్మం పొడిగా కనిపించకుండా చేస్తుంది. మేకప్ వేసేటప్పుడు, వేళ్లతో ఫౌండేషన్‌ను అప్లై చేయడానికి బదులుగా బ్యూటీ బ్లెండర్ ఉపయోగించండి. తర్వాత బ్యూటీ బ్లెండర్ సహాయంతో ముఖంపై ఫౌండేషన్‌ను అప్లై చేస్తే, అది ముఖాన్ని మృదువుగా చేసి పర్ఫెక్ట్ మేకప్ లుక్‌ని ఇస్తుంది.



తొలిఅడుగు
తెలుగు దిన పత్రిక

15 ఏళ్లుగా ప్రేమలో ఉన్నాం

తొలిఅడుగు, సినిమా : పెళ్లి తర్వాత కొన్ని రోజుల పాటు పసుపు తాడుతో కనిపించింది కీర్తి సురేష్. పెళ్లయిన తర్వాత హీరోయిన్లంతా మళ్లీ సాధారణ జీవితంలోకి వచ్చేస్తారు. కానీ కీర్తిసురేష్ మొత్తం మెడలో పసుపు తాడుతోనే తన సినిమా ప్రచారానికి వచ్చింది. దీని వెనక స్టోరీని ఆమె బయటపెట్టింది. “మా సంప్రదాయం ప్రకారం పెళ్లి తర్వాత కొన్ని రోజుల పాటు పసుపు తాడుతో చేసిన మంగళసూత్రాన్ని మెడలో ధరించాల్సి ఉంటుంది. ఆ తర్వాత ఓ మంచి రోజు చూసి పసుపు తాడు స్థానంలో బంగారం చైన్ పెట్టుకోవచ్చు. నా పెళ్లి తర్వాత బంగారం గొలుసు ధరించడానికి మంచి రోజులు రాలేదు. అందుకే పసుపు తాడుతోనే ప్రచారానికి వచ్చాను. నిజానికి మా కుటంబంలో కొందరు కావాలంటే తాడు తీసేసి, గొలుసు వేసుకోవచ్చన్నారు. కానీ సంప్రదాయం పాటించాలని నాకే అనిపించింది”అని కీర్తిసురేష్ చెప్పింది. ఇక 15 ఏళ్ల నుంచి ప్రేమలో ఉన్నప్పటికీ కీర్తిసురేష్–, ఆంటోనీ ప్రేమ విషయం బయటకు రాలేదు. దీనికి కూడా కారణం వెల్లడించింది. “మా ఇద్దరి కామన్ ఫ్రెండ్స్ కోలీవుడ్‌లో లేరు. అందుకే మా ప్రేమ విషయం రహస్యంగా ఉంది. ఇక పెళ్లి విషయానికొస్తే, 2022 ఏప్రిల్ నుంచే పెళ్లి గురించి మేం మాట్లాడుకుంటూ వచ్చాం”అని కీర్తి వెల్లడించింది.

ఉర్రూతలూగిస్తున్న ‘దబిడి దిబిడి’

తొలిఅడుగు, సినిమా : గాడ్ ఆఫ్ మాసెస్ నందమూరి బాలకృష్ణ కథానాయకుడిగా నటించిన సినిమా విడుదలవుతుందంటే తెలుగునాట ఉండే సందడే వేరు. ఈ సంక్రాంతికి ఆయన 'డాకు మహారాజ్' చిత్రంతో ప్రేక్షకులను అలరించనున్నారు. ఈ చిత్రంపై భారీ అంచనాలు ఉన్నాయి. ఇప్పటికే విడుదలైన ప్రచార చిత్రాలు, పాటలు విశేషంగా ఆకట్టుకున్నాయి. తమన్ సంగీతం అందిస్తున్న ఈ చిత్రం నుంచి ఇప్పటివరకు రెండు పాటలు విడుదల కాగా, రెండింటికీ మంచి స్పందన లభించింది. ఇక ఇప్పుడు మూడవ గీతం విడుదలైంది. 'డాకు మహారాజ్' చిత్రం నుంచి అందరూ ఎంతగానో ఎదురుచూస్తున్న మూడవ గీతం 'దబిడి దిబిడి'ని తాజాగా చిత్ర బృందం విడుదల చేసింది. విడుదలైన కొద్ది నిమిషాల్లోనే ఈ పాట సామాజిక మాధ్యమాల్లో ఒక ఊపు ఊపుతోంది. నందమూరి బాలకృష్ణ అంటే డైలాగ్ లకు పెట్టింది పేరు. అలాంటి బాలకృష్ణ చిత్రాలలోని అత్యంత ప్రజాదరణ పొందిన డైలాగ్ లతో రూపుదిద్దుకున్న 'దబిడి దిబిడి' గీతం అభిమానులకు నిజమైన విందును అందిస్తోంది. ఈ మాస్ నృత్య గీతాన్ని భారీ స్థాయిలో తెరకెక్కించారు. ఈ పాటలో బాలకృష్ణతో కలిసి ఊర్వశి రౌతేలా కాలు కదిపారు. తమ అసాధారణ ఎనర్జీతో, అదిరిపోయే స్టెప్పులతో మాస్ ప్రేక్షకులు మెచ్చేలా పాటను మలిచారు. నందమూరి బాలకృష్ణ సినిమా అంటే తమన్ ఏ స్థాయిలో సంగీతం అందిస్తారో ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన అవసరం లేదు. వీరి కలయికలో వచ్చే ప్రతి పాట ప్రేక్షకులని రంజింపచేస్తుంది. ఇప్పుడు 'దబిడి దిబిడి' కోసం తమన్ మరోసారి అద్భుతమైన సంగీతాన్ని అందించారు. వాగ్దేవి తన శక్తివంతమైన గాత్రంతో పాటను మరో స్థాయికి తీసుకెళ్ళారు. ఇక ప్రతిభావంతులైన గీత రచయిత కాసర్ల శ్యామ్ సాహిత్యం గురించి ప్రత్యేకంగా మాట్లాడుకోవాలి. సంగీతానికి తగ్గట్టుగా డైలాగ్ లతో అద్భుతమైన సాహిత్యం అందించారు. సంగీతం, సాహిత్యం చక్కగా కుదిరి.. ఇది గొప్ప నృత్య గీతంగా మారింది. విజయ్ కార్తీక్ కన్నన్ అద్భుతమైన విజువల్స్, శేఖర్ వీజే అదిరిపోయే కొరియోగ్రఫీ ఈ పాటను నిజమైన మాస్ ట్రీట్ లా మార్చాయి.

విశాల్ సినిమాకు మోక్షం

తొలిఅడుగు, సినిమా : ఏదో క్యాస్టింగ్ పెద్దగా లేని సినిమా ల్యాబ్ లో మగ్గుతుందంటే సహజం అనుకోవచ్చు. కానీ పేరున్న హీరో, ఇమేజ్ ఉన్న డైరెక్టర్ కాంబోలో మూవీ ఏకంగా దశాబ్దం పైగా థియేటర్లకు రాకుండా ఆగిపోయిందంటే వినడానికి ఆశ్చర్యంగా ఉన్నా ఇది నిజం. 2012లో విశాల్ తో దర్శకుడు సుందర్ సి ‘మదగజరాజా’ తీశారు. ఏడాదికే షూటింగ్ పూర్తయ్యింది. బిచ్చగాడు ఫేమ్ విజయ్ ఆంటోనీ సంగీతం సమకూర్చాడు. కానీ ఏవేవో కారణాల వల్ల ప్రింట్లు బయటికి రాలేదు. నిర్మాతలు ఎంత ప్రయత్నించినా లాభం లేకపోయింది. విశాల్ మార్కెట్ బాగా ఉన్నప్పుడు ఇలా జరగడం అభిమానులను కలవరపరిచింది.

సరే అందరూ దాన్ని మర్చిపోయారనుకుంటే ఇన్ని సంవత్సరాల తర్వాత మదగజరాజకు మోక్షం దక్కింది. జనవరి 12 విడుదల చేయడానికి ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. అజిత్ విడాముయార్చి వాయిదా వేసుకోవడంతో ఒక్కసారిగా తమిళ నిర్మాతలు పొంగల్ సీజన్ ని క్యాష్ చేసుకునేందుకు ఎగబడుతున్నారు. సుమారు డజను సినిమాలు బరిలో దిగేందుకు రెడీ అవుతున్నాయి. మదగజరాజకు కొన్ని సానుకూలంశాలు ఉన్నాయి. వరలక్ష్మి శరత్ కుమార్, అంజలి హీరోయిన్లు. మెయిన్ కమెడియన్ గా సంతానం నటించాడు. బాక్ అరణ్మయి 4తో తిరిగి ఫామ్ లోకి వచ్చిన సుందర్ బ్రాండ్ బిజినెస్ పరంగా ఉపయోగపడుతుంది. తెలుగులోనూ గతంలో ఇలా ఆలస్యమైన ప్రాజెక్టులు ఉన్నాయి కానీ మరీ ఇంత గ్యాప్ తో వచ్చినవి అయితే తక్కువ. మదగజరాజని డబ్బింగ్ చేసే అవకాశాలు దాదాపు లేనట్టే. గేమ్ ఛేంజర్, డాకు మహారాజ, సంక్రాంతికి వస్తున్నాంని తట్టుకుని నిలబడటం కష్టం.

నాగచైతన్యకు అల్లు అరవింద్ హామీ

తొలిఅడుగు, సినిమా : తండేల్ విడుదలకు ఇంకో 35 రోజులు మాత్రమే ఉంది. ఇప్పటిదాకా ప్రమోషన్లు ఊపందుకోలేదు. సంధ్య థియేటర్ దుర్ఘటనలో అల్లు అర్జున్ కేసులో ఇరుక్కోవడం, తర్వాత జరిగిన పరిణామాల వల్ల గీతా ఆర్ట్స్ బృందం రెండు వారాలకు పైగా ఆ ఒత్తిడిలోనే ఉండిపోయింది. దీంతో తండేల్ పబ్లిసిటీ మీద దృష్టి పెట్టేందుకు మనసు రాలేదు. ఇంకోవైపు ఈ పరిణామాలు అక్కినేని ఫ్యాన్స్ కి మనస్థాపం కలిగించాయి. చైతు కెరీర్ లోనే అతి పెద్ద ప్యాన్ ఇండియా మూవీకి ప్రమోషన్లు మొదలుకాకపోవడం పట్ల ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. కానీ కారణాలు జెన్యూన్ గా ఉండటం వల్ల ఎవరిని ఏం అనలేని పరిస్థితి. ఈ నేపథ్యంలో ఫిబ్రవరి 7 విడుదల మీద సందేహాలు ముసురుకోవడంతో అలాంటిదేమి లేదని, ఖచ్చితంగా చెప్పిన డేట్ కి రిలీజ్ చేయడంలో ఎలాంటి అనుమానం అక్కర్లేదని అల్లు అరవింద్ చైతుకి చెప్పడంతో పాటు తనను కలిసిన కొందరు ఫ్యాన్స్ కి హామీ ఇచ్చినట్టు సమాచారం. అంతే కాదు బన్నీ వ్యవహారం కొలిక్కి వస్తోంది కాబట్టి ఇకపై ప్రమోషన్ ఎలా చేయాలనే దాని మీద ప్రత్యేక దృష్టి పెడతామని, బన్నీ వాస్ తో కలిసి ప్రణాళికను సిద్ధం చేయబోతున్నామని చెప్పారట. సో అభిమానులు టెన్షన్ పడేందుకు ఏమి లేదు. చిన్న ప్యాచ్ వర్క్ మినహా తండేల్ దాదాపు పూర్తయ్యే స్టేజిలోనే ఉంది. దర్శకుడు చందూ మొండేటి టైం వృధా కాకుండా పోస్ట్ ప్రొడక్షన్ పనులను దగ్గరుండి చూసుకుంటున్నాడు. దేవిశ్రీ ప్రసాద్ సంగీతంలో ఇప్పటిదాకా వచ్చింది ఒక పాటనే. కీలకమైన రెండో జాతర సాంగ్ ని ఎల్లుండి రిలీజ్ చేయబోతున్నారు.

కోనసీమ అందాల మధ్య.. బెల్లంకొండ భైరవం నుంచి ఓ వెన్నెల లిరికల్ వీడియో

తొలిఅడుగు, సినిమా : బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ , అదితీశంకర్ కాంబోలో వస్తోన్న చిత్రం భైరవం . ఉగ్రం ఫేం విజయ్ కనకమేడల దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ మూవీలో నారా రోహిత్, మంచు మనోజ్ ఇతర లీడ్ రోల్స్ లో నటిస్తున్నారు. షూటింగ్ దశలో ఉన్న ఈ సినిమా నుంచి ఓ వెన్నెల సాంగ్ అప్‌డేట్ లుక్ ఇప్పటికే నెట్టింట వైరల్ అవుతోంది. తాజాగా న్యాచురల్ స్టార్ నాని భైరవం నుంచి అందమైన ఓ వెన్నెల ట్రాక్‌ను విడుదల చేశారు. ఈ పాట గుండెలోన చప్పుడే లవ్వు గంట కొట్టెరో.. నేలపైన అడుగులే కొత్త స్టెప్పులేసెరో అంటూ కోనసీమ అందాల మధ్య సాగుతూ సినిమాకు ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలువనుందని హింట్ ఇచ్చేస్తుంది. తిరుపతి జావన రాసిన ఈ పాటను అనురాగ్ కులకర్ణి, యామిని ఘంటసాల పాడారు. శ్రీచరణ్ పాకాల సంగీతం అందించాడు. ఒక పక్క కోనసీమ అందాలు.. ఇంకో పక్క క్యూట్ లవ్ ట్రాక్ మూవీ లవర్స్‌ని ఆకట్టుకుంటున్నాయి. భైరవం నుంచి ఇప్పటికే లాంచ్ చేసిన బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్, నారా రోహిత్ ఫస్ట్ లుక్ పోస్టర్లు నెట్టింట హల్ చల్ చేస్తున్నాయి. ఈ చిత్రంలో మనోజ్ గజపతిగా కనిపించనుండగా..

ఒకే ఓవర్‌లో రెండు వికెట్లు తీసిన సిరాజ్.. ఆసీస్ 66/4

తొలిఅడుగు , సిడ్నీ: బోర్డర్-గవాస్కర్ ట్రోఫీ నిర్ణయాత్మక టెస్టులో భారత్ పోరాడుతున్నది. తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో 185 రన్స్‌కే ఆలౌట్ అయిన టీమ్‌ఇండియా.. ఆసీస్ బ్యాటర్లను కట్టడిచేస్తున్నది. 57 రన్స్‌కే 4 వికెట్లు తీశారు. వికెట్ కోల్పోయి 9 పరుగులతో రెండో రోజు ఆటను ప్రారంభించిన ఆస్ట్రేలియా మరో 6 రన్స్ మాత్రమే జోడించి మరో వికెట్ నష్టపోయింది. 15 పరుగుల వద్ద లబుషేన్‌ను (2) బుమ్రా ఔట్ చేశాడు. దీంతో ఆస్ట్రేలియాలో ఒకే సిరీస్‌లో అత్యధిక వికెట్లు తీసిన ఆటగాడిగా బుమ్రా (2) రికార్డు సృష్టించాడు. అంతకుముందు 1977-78లో ఒకే సిరీస్‌లో బిషన్ సింగ్ బేడీ 31 వికెట్లు పడగొట్టాడు.

కాగా, మహ్మద్ సిరాజ్ ఒకే ఓవర్‌లో 2 వికెట్లు తీశాడు. ఇన్నింగ్స్ 11వ ఓవర్ 2 బాల్‌కు కాన్‌స్టాస్ (23)ను ఔటచేశాడు. స్లిప్‌లో జైస్వాల్‌కు క్యాచ్ ఇచ్చి పెవిలియన్‌కు చేరాడు. అదే ఓవర్ 5వ బాల్‌కు ట్రావిస్ హెడ్ (4) వికెట్‌ను సిరాజ్ పడగొట్టాడు. దీంతో 39 రన్స్‌కే ఆస్ట్రేలియా 4 వికెట్లు కోల్పోయింది. అయితే అనంతరం బ్యాటింగ్‌కు వచ్చిన వెబ్‌స్టర్.. స్టీవ్ స్మిత్‌తో కలిసి స్కోర్‌బోర్డుకు ఒక్కోపరుగు జోడిస్తున్నారు. ప్రస్తుతం 19 ఓవర్లలో 4 వికెట్ల నష్టానికి 66 రన్స్ చేసింది. ఆసీస్ మరో 121 రన్స్ చేయాల్సి ఉంది. బుమ్రా, సిరాజ్ చెరో 2 వికెట్లు తీశారు.

రోహిత్‌కు విశ్రాంతి
తుది జట్టు ఎంపికపై బుమ్రా వివరణ

తొలిఅడుగు,సిడ్నీ: అందరూ ఊహించినట్లుగానే భారత రెగ్యులర్ కెప్టెన్ రోహిత్‌శర్మకు ఆస్ట్రేలియాతో సిడ్నీ టెస్టులో చోటు దక్కలేదు. ఆయా వార్తా సంస్థల కథనాలకు బలం చేకూరుస్తూ మ్యాచ్‌కు ముందు బీసీసీఐ విడుదల చేసిన 15 మందితో కూడిన జట్టులో రోహిత్ పేరు లేదు. దీంతో చీఫ్ కోచ్ గౌతం గంభీర్.. రోహిత్‌పై వేటు వేశాడని, అతని కెరీర్ ఇక ముగిసినట్లేనని అభిప్రాయాలు వెల్లువెత్తాయి. దీనికి మరింత బలాన్ని జోడిస్తూ హిట్‌మ్యాన్ స్థానంలో కెప్టెన్ బుమ్రా..కమిన్స్‌తో కలిసి టాస్‌కు వచ్చాడు. ఆ తర్వాత వ్యాఖ్యాత రవిశాస్త్రితో బుమ్రా మాట్లాడుతూ 'రోహిత్ ఈ మ్యాచ్ నుంచి విశ్రాంతి తీసుకుని నాయకత్వ స్ఫూర్తిని కనబరిచాడు. మా జట్టులో ఐకమత్యాన్ని ఇది సూచిస్తుంది.

జట్టులో ఎవరికి ఎలాంటి స్వార్థం లేదు. జట్టుకు ఏది లాభమో అదే చేయాలని ఆలోచించాం. అందుకు తగ్గట్లుగా టీమ్ మేనేజ్‌మెంట్ నిర్ణయం తీసుకుంది'అని బుమ్రా పేర్కొన్నాడు. అయితే మ్యాచ్ ముగిసిన తర్వాత పంత్ మాట్లాడుతూ 'రోహిత్ జట్టులో లేకపోవడం భావోద్వేగ సందర్భం. ఇది మేనేజ్‌మెంట్ తీసుకున్న నిర్ణయం. ఈ చర్చల్లో నేను లేను కాబట్టి ఇంతకన్నా ఎక్కువ మాట్లాడలేను' అని అన్నాడు. ఇదిలా ఉంటే ఈ సిరీస్‌లో పేలవ ప్రదర్శన కనబరిచిన రోహిత్ 14 మ్యాచ్‌ల్లో 24 సగటుతో 619 పరుగులు చేశాడు. ప్రస్తుతమున్న పరిస్థితుల్లో హిట్‌మ్యాన్ టెస్టు కెరీర్ ముగిసినట్లేనని వార్తలు వినిపిస్తున్నాయి. ఇంగ్లండ్‌తో సిరీస్ వరకు టెస్టులు లేకపోవడం దీనికి కారణం కాగా, చాంపియన్స్ ట్రోఫీ కోసం రోహిత్‌కు బదులు వన్డే కెప్టెన్‌గా హార్దిక్ పాండ్యాను నియమించే అవకాశాలు ఉన్నట్లు తెలుస్తున్నది. ఇదే జరిగితే రోహిత్ అంతర్జాతీయ కెరీర్‌కు దాదాపు ఫుల్‌స్టాప్ పడ్డట్లే.

క్రికెట్ అభివృద్ధికి సహకరించండి
టీడీసీఏ చైర్మన్ వెంకటేశ్వర్‌రెడ్డి

హైదరాబాద్, తొలిఅడుగు : గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ప్రతిభ కల్గిన క్రికెటర్ల అభివృద్ధికి సహకరించాలని తెలంగాణ డిస్ట్రిక్ట్స్ క్రికెట్ అసోసియేషన్(టీడీసీఏ) చైర్మన్ అల్లీపురం వెంకటేశ్వర్‌రెడ్డి పేర్కొన్నారు. టీడీసీఏకు బీసీసీఐ గుర్తింపు నివ్వాలని ఈ సందర్భంగా ఆయన డిమాండ్ చేశారు. శుక్రవారం బషీర్‌బాగ్ ప్రెస్‌క్లబ్‌లో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో అమెరికా క్రికెట్ బోర్డు చైర్మన్ వేణురెడ్డిని సాఫ్ట్ చైర్మన్ శివాసేనారెడ్డితో కలిసి టీడీసీఏ ఘనంగా సత్కరించింది. ఈ సందర్భంగా టీడీసీఏ 2025 క్యాలెండర్‌తో పాటు అండర్-16 టోర్నీ ట్రోఫీలను ఆవిష్కరించారు. తెలంగాణ బిడ్డ అగ్రరాజ్యం అమెరికా క్రికెట్ బోర్డు చైర్మన్ కావడం సంతోషంగా ఉందని శివసేనారెడ్డి పేర్కొన్నారు. 'అమెరికాలో క్రికెట్‌ను ఐసీసీ గత ఐదేండ్ల కాలంలోనే గుర్తించింది. నేను చైర్మన్‌గా ఉన్న సమయంలోనే టీ20 ప్రపంచకప్‌నకు అమెరికా ఆతిథ్యమివ్వటం, అండర్-19 వరల్డ్‌కప్ టోర్నీకి అర్హత సాధించింది. తెలంగాణలో గ్రామీణ క్రికెట్ పురోగతి సాధించాలి' అని వేణురెడ్డి అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్‌జీఎఫ్ చైర్మన్ రామిరెడ్డి, పెటా అధ్యక్షుడు రాఘవరెడ్డి, సురేందర్‌రెడ్డి, టీడీసీఏ జిల్లా కన్వీనర్లు, క్రికెటర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గురి తప్పని గురువు

తొలిఅడుగు డెస్క్ : 'లోడ్.. ఎయిమ్.. షూట్..' ఆమె మాట ఆ శిష్యులకు సుగ్రీవాజ్ఞ. బరిలో దిగిన ప్రతిసారీ గురి 'తప్పేదే లే' అంటారు వాళ్లు. అలా వాళ్లను తీర్చిదిద్దిన గురువు మరెవరో కాదు.. ద్రోణాచార్య అవార్డుకు ఎంపికైన దీపాలీ దేశ్‌పాండే! ద్రోణుడు ద్రుపద రాజ్యం వదిలి.. కురుపాండవులను మేరికల్లా తీర్చిదిద్దాడు. ఆయన దగ్గర శస్త్ర విద్యలన్నీ ఆపోశన పట్టిన అర్జునుడు ద్రుపదుణ్ని పట్టి బంధించి గురుదక్షిణ చెల్లించుకున్నాడు. దీపాలీ జీవితంలోనూ ఇలాంటి సన్నివేశమే కనిపిస్తుంది. ఆమె దగ్గర అస్త్ర విన్యాసాలు నేర్చుకున్న శిష్యులు.. గురి తప్పని విజయాలతో తమ గురువుకు పట్టం కట్టారు. ద్రోణాచార్య పురస్కారాన్ని గురుదక్షిణగా ఇచ్చారు.

దీపాలీ దేశ్‌పాండే ముంబయిలో పుట్టింది. ఆమె విద్యాభ్యాసం అంతా అక్కడే సాగింది. చదువుల్లో తన గురి తప్పేది కాదు. షూటింగ్‌లోనూ అంతే నేర్పరి. ఆమె ఆసక్తిని గమనించిన తల్లిదండ్రులు తగిన ప్రోత్సాహం అందించారు. టీపీ బామ్, సంజయ్ చక్రవర్తి దగ్గర శిక్షణ తీసుకుంది. అనతి కాలంలోనే జాతీయస్థాయి దాటి అంతర్జాతీయ పోటీలకు ఎంపికైంది. 2004లో కౌలాలంపూర్ వేదికగా జరిగిన ఏషియన్ షూటింగ్ చాంపియన్‌షిప్‌లో పాల్గొన్నది. రైఫిల్ షూటింగ్‌లో వెండి పతకం గెలిచింది. అదే ఏడాది ఏథెన్స్ ఒలింపిక్స్‌లో భారత్‌కు ప్రాతినిధ్యం వహించింది. 50 మీటర్ల షూట్‌లో 19వ స్థానంతో సరిపెట్టుకుంది.

తొలినాటి విజయాలు

కొన్నాళ్ల తర్వాత దీపాలీ అంతర్జాతీయ పోటీలకు దూరమైనా షూటింగ్ మాత్రం వదిలిపెట్టలేదు. ముంబయిలో 2010లో షూటింగ్ క్లబ్ నెలకొల్పింది. మెరికల్లాంటి షూటర్లను తయారు చేయాలన్నది ఆమె సంకల్పం. అదే సమయంలో నేషనల్ రైఫిల్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇండియా జూనియర్లకు శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహించాలనుకుంది. దానికి దీపాలీని చీఫ్ కోచ్‌గా నియమించింది. అప్పుడు ఆమె దగ్గర మెలకువలు నేర్చుకున్న షూటర్లు ఇప్పుడు అంతర్జాతీయంగా రాణిస్తున్నారు. అంజుమ్ మౌద్గిల్, కుసాలే ఆమె శిష్యులే. అంజుమ్ 2012 నుంచి జూనియర్స్ విభాగంలో చక్కగా రాణిస్తూ వచ్చింది. మరోవైపు దీపాలీ సీనియర్ షూటర్లకూ చీఫ్ కోచ్‌గా శిక్షణ మొదలుపెట్టింది. 2018లో ప్రపంచ చాంపియన్‌షిప్‌లో అంజుమ్ వెండి పతకం గెలుచుకుంది. దీపాలీ శిష్యులు బరిలో దిగారంటే పతకం ఖాయం అన్న పేరు వచ్చేసింది.

న్యూజిలాండ్, బంగ్లాదేశ్‌ని వెనక్కినెట్టి.. చెత్త రికార్డును ఖాతాలో వేసుకున్న టీమిండియా..!

తొలిఅడుగు డెస్క్ : ఆస్ట్రేలియా పర్యటనలో టీమిండియా చెత్త ప్రదర్శన కొనసాగుతున్నది. శుక్రవారం మొదలైన సిడ్నీ టెస్టు తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో మరోసారి విఫలమైంది. టాస్ గెలిచి బ్యాటింగ్ ఎంచుకున్న భారత్.. తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో కేవలం 185 పరుగులకు కుప్పకూలింది. టీమిండియా 72.2 ఓవర్లలోనే ఆలౌట్ అయ్యింది. 40 పరుగులతో రిషభ్ పంత్ టాప్ స్కోరర్‌గా నిలిచాడు. ఈ మ్యాచ్‌కు రెగ్యులర్ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మను టీమ్ మేనేజ్‌మెంట్ పక్కన పెట్టింది. అయినా, టీమిండియా బ్యాటింగ్‌లో పెద్ద తేడా మాత్రం కనిపించలేదు.

మ్యాచ్ స్టేటస్..

బోర్డర్-గవాస్కర్ ట్రోఫీలో భాగంగా సిడ్నీ క్రికెట్ గ్రౌండ్‌లో చివరిదైన ఐదో టెస్ట్ తొలిరోజు ఆట ముగిసింది. భారత్‌ను తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో తక్కువ స్కోర్‌కే ఆలౌట్ చేసిన ఆస్ట్రేలియా.. ఆ తర్వాత బ్యాటింగ్‌కు దిగింది. ఆతిథ్య జట్టు స్టంప్స్‌కు ఒక వికెట్ నష్టానికి 9 పరుగులు చేసింది. తొలిరోజు ఆట చివరి బంతికి ఓపెనర్ ఉస్మాన్ ఖవాజా (2రన్స్) అవుట్ అయ్యాడు. జస్ప్రీత్ బుమ్రా బౌలింగ్‌లో కేఎల్ రాహుల్‌కు క్యాచ్ ఇచ్చి అవుట్ అయ్యాడు. ప్రస్తుతం ఆస్ట్రేలియా 176 పరుగులు వెనుకంజలో ఉన్నది. ప్రస్తుతం సామ్ కాన్‌స్టాస్ నాటౌట్‌గా ఉన్నాడు.

అత్యధిక సార్లు ఆలౌట్ అయిన రెండోజట్టు భారత్..

టీమిండియా ఓ చెత్త రికార్డు సృష్టించింది. 2024 నుంచి అత్యధిక సార్లు టెస్టుల్లో 80 ఓవర్లలోపు ఆలౌట్ అయిన రెండో జట్టుగా భారత్ నిలిచింది. ఇప్పటి వరకు టీమిండియా 14 సార్లు టెస్టుల్లో 80 ఓవర్ల పాటు బ్యాటింగ్ చేయలేకపోయింది. ఈ జాబితాలో ఇంగ్లండ్ అగ్రస్థానంలో ఉన్నది. ఇంతకు ఈ రికార్డు న్యూజిలాండ్, బంగ్లాదేశ్ పేరిట ఉండేది. ఆయా జట్లు 13సార్లు.. 80 ఓవర్లు ఆడకుండానే ఆలౌట్ అయ్యాయి. ప్రస్తుతం టీమిండియా.. ఆయా దేశాలను అధిగమించాయి.

2000 నుంచి మూడోసారి..

సిడ్నీ టెస్ట్ తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో భారత్ 200 పరుగులు చేయడంలో విఫలమైంది. ఇంతకుముందు 2000లో ఆస్ట్రేలియాతో జరిగిన తొలి ఇన్నింగ్స్‌లో భారత్ 150 పరుగులకే కుప్పకూలింది. అయితే, 2012లో సిడ్నీ క్రికెట్ గ్రౌండ్‌లో 191 పరుగులు మాత్రమే చేసింది. తాజాగా మరోసారి టీమిండియా 185 పరుగులకు ఆలౌట్ అయ్యింది.