https://epaper.neemelukolupu.in/
మీ స్పందనే మా అక్షరం
TG/25/062861931467
నీ మేలుకొలుపు
డిజిటల్ తెలుగు దినపత్రిక
పబ్లిషింగ్ : తెలంగాణ | సంపుటి : 01 | సంచిక : 248 | ఎడిటర్ : భాషవేణి లింగమూర్తి | శనివారం 28-03-2026 | పేజీలు : 04 | వెల : 01 రూ..
Published From: Srikakulam, Parvathipuram Manyam, Vizianagaram, Visakhapatnam, Alluri Sitharama Raju, Anakapalli, Kakinada, East Godavari, Konaseema, Eluru, West Godavari, NTR, Krishna, Guntur, Bapatla, Nellore, Prakasam, Kurnool, Nandyal, Sri Sathya Sai, YSR, Annamayya, Tirupati, Chittoor

విలేకరులు కావలెను
నీ మేలుకొలుపు తెలుగు దినపత్రికకు
తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్ లో అన్ని జిల్లాల స్టాఫ్ రిపోర్టర్స్, నియోజకవర్గ ఇన్‌చార్జ్‌లు, మండలాల వారిగా విలేకరులు కావలెను.
వివరములకు ఈక్రింది ఫోన్ నెంబర్ 9618195554 ని సంప్రదించండి.

రేవంత్ రెడ్డితో సమావేశమైన మంచు లక్ష్మి

తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన 'యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్' ఏర్పాటు ప్రక్రియ వేగవంతమైంది. ఈ నేపథ్యంలోనే ప్రముఖ సినీ నటి, 'టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్' (ఎముఎష్త్ర టశీతీ జష్ఠుఅస్త్రవ) సంస్థ వ్యవస్థాపకురాలు మంచు లక్ష్మీ ప్రసన్న, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ప్రతి అసెంబ్లీ నియోజకవర్గంలో ఏర్పాటు చేయనున్న ఈ మోడల్ స్కూల్స్‌లో తమ సంస్థ తరపున అందించే సహకారంపై ఈ భేటీలో సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. తెలంగాణ సమాచారం

సమగ్ర విద్యా లక్ష్యంతో చేతులు కలిపిన 'టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్'

రాష్ట్రంలోని ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, మైనారిటీ వర్గాలకు చెందిన విద్యార్థులందరినీ ఒకే వేదికపైకి చేర్చి, వారికి అంతర్జాతీయ స్థాయి నాణ్యమైన విద్యను అందించడమే రేవంత్ సర్కార్ లక్ష్యం. ఈ లక్ష్యానికి అనుగుణంగా 'టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్' సంస్థ తన సేవలను అందించేందుకు సిద్ధంగా ఉందని మంచు లక్ష్మి తెలిపారు. దేవేంద్ర విద్యాలయ డైరెక్టర్ విజయేందర్ గౌడ్‌తో కలిసి హాజరైన ఆమె, ప్రభుత్వంతో కలిసి పనిచేసే విధివిధానాలపై చర్చించారు.

ప్రభుత్వ పాఠశాలల అభివృద్ధికి కీలక ప్రతిపాదనలు

ఈ సందర్భంగా ప్రభుత్వ పాఠశాలల అభివృద్ధికి టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్ సంస్థ చేస్తున్న సేవలను సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి మంచు లక్ష్మీ వివరించారు. మరీ ముఖ్యంగా పఠనాభివృద్ధి కార్యక్రమాలు.. డిజిటల్ లెర్నింగ్, మౌలిక సదుపాయాలను అభివృద్ధి చేయడం, టీచర్ల సామర్థ్యాల పెంపు వంటి అంశాలకు సంబంధించి టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్ సంస్థ చేస్తున్న కృషిని తెలిపారు. సమగ్ర పాఠశాల మోడల్‌కు విధాన పరమైన సూచనలు.. ప్రణాళిక తయారీ, అమలు దశల్లో సహకరించేందుకు టీచ్ ఫర్ ఛేంజ్ సంస్థ రెడీగా ఉందని ఆమె సీఎంకు వివరించారు.

ఈ యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్‌లో ఆధునిక సదుపాయాలు, అత్యాధునిక ల్యాబ్‌లు, సమగ్ర రెసిడెన్షియల్ వసతులతో వరల్డ్ క్లాస్ విద్యాసంస్థలను స్థాపించాలనే తన ఆకాంక్షను సీఎం రేవంత్ రెడ్డి వారి ముందు ఉంచారు. ఈ యంగ్ ఇండియా కార్యక్రమం ఇప్పటికే రాష్ట్రంలోని వివిధ జిల్లాల్లో అభివృద్ధి చేస్తూ విద్యా వ్యవస్థలో ఉన్న అసమానతలను తగ్గించడం, సామాజిక సమైక్యతను పెంపొందించడంలో కీలక పాత్ర పోషించనుందని తెలిపారు.

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో
వాతావరణ మార్పులు

తెలుగు రాష్ట్రాల ప్రజలకు వాతావరణ శాఖ కీలక సమాచారం అందించింది. రాబోయే మూడు రోజుల పాటు ఆంధ్రప్రదేశ్ మరియు తెలంగాణలో వాతావరణం మారిపోనుంది. పలు చోట్ల తేలికపాటి నుంచి మోస్తారు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని వాతావరణ కేంద్రం వెల్లడించింది.ద

రాష్ట్రంలో ఆగని వడగళ్ల వానలు

తెలుగు రాష్ట్రాల్లో వర్షాలు

రాబోయే మూడు రోజుల్లో రెండు రాష్ట్రాల్లోని పలు జిల్లాల్లో ఈదురుగాలులతో కూడిన జల్లులు పడే అవకాశం ఉంది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన మోస్తారు వర్షాలు కురిసే ఛాన్స్ ఉందని అధికారులు తెలిపారు. అకాల వర్షాల నేపథ్యంలో రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు.

తెలంగాణలో ఉష్ణోగ్రతల పరిస్థితి

తెలంగాణలో రాబోయే రెండు రోజుల పాటు గరిష్ఠ ఉష్ణోగ్రతలు సాధారణంగానే నమోదవుతాయి. అయితే, ఆ తర్వాత వాతావరణంలో మార్పులు చోటుచేసుకుని, ఉష్ణోగ్రతలు క్రమంగా పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఎండ తీవ్రత పెరగకముందే ఈ వర్షాలు కాస్త ఉపశమనాన్ని కలిగించనున్నాయి.తెలంగాణ సమాచారం

ఏపీ మరియు రాయలసీమలో వాతావరణం

ఆంధ్రప్రదేశ్ మరియు యానాంలో కూడా రాబోయే మూడు రోజులు వర్ష సూచన ఉంది. ఆ తర్వాత ఉష్ణోగ్రతలు సుమారు 2 నుంచి 3 డిగ్రీల వరకు పెరిగే అవకాశం ఉందని వాతావరణ శాఖ పేర్కొంది. కోస్తా ఆంధ్ర మరియు రాయలసీమ ప్రాంతాల్లో ప్రస్తుతానికి ఉష్ణోగ్రతల్లో పెద్దగా మార్పులు ఉండవని, స్థిరమైన వాతావరణం కొనసాగుతుందని వివరించారు.

గిరిజనులు లేని గ్రామాలు మైదాన ప్రాంతాలు

భారతదేశం వైవిధ్యభరితమైన సంస్కృతి, సంప్రదాయా లు, వర్గాలతో కూడిన గొప్ప దేశం. ఈ దేశంలో నివ సించే గిరిజనులు తమ ప్రత్యేక జీవన విధానం, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, సంప్రదాయ జ్ఞానంతో ప్రత్యేక గుర్తింపును కలిగి ఉన్నారు. చరిత్రలో చాలాకాలం పాటు గిరిజన సమా జం ప్రధాన అభివృద్ధి ధార నుండి దూరంగా ఉండిపోయిం ది. విద్య, ఆరోగ్యం, ఉపాధి, మౌలిక సదుపాయాల వంటి ప్రాథమిక అవకాశాలు వారికి సరైన స్థాయిలో అందలేదు. ఈపరిస్థితులను దృష్టిలో ఉంచుకొని భారత ప్రభుత్వం గిరి జనుల సంక్షేమం కోసం అనేక ప్రత్యేక చర్యలు చేపట్టింది. అందులో ముఖ్యంగా గిరిజనుల అధిక జనాభా ఉన్న ప్రాం తాలను ఏజెన్సీ ప్రాంతాలుగా ప్రకటించడం ఒక ముఖ్యమైన చర్య. ఈ ప్రాంతాల్లో గిరిజనుల హక్కులను రక్షించేందుకు వారి అభివృద్ధిని వేగవంతం చేయడానికి ప్రత్యేక చట్టాలు, నియమాలు అమలు చేయబడుతున్నాయి. ముఖ్యంగా 1/70 భూ చట్టం ద్వారా గిరిజనుల (ఱతీఅఎుశ్రీ)భూమిని గిరిజనేతరులకు అమ్మడం లేదా బదిలీ చేయడం నిషేధం. అలాగే పేసా- 1996 చట్టం ప్రకారం గ్రామ సభకు ప్రత్యేక అధికారాలు, భూమి వినియోగం, అడవి వనరులపై ప్రత్యేక అధికారాలు ఉంటాయి. ఈ చట్టాల ప్రధాన లక్ష్యం గిరిజనుల భూమి, సంస్కృతి, జీవన విధానాన్ని కాపాడటం.

తాగునీటి పథకాలకు రూ.9,335 కోట్లు ఆమోదం

ఆర్థిక, సామాజిక భద్రత

ఏజెన్సీ ప్రాంతాల ఏర్పాటు వెనుక ఉన్న ప్రధాన ఉద్దేశ్యం గిరిజన సమాజాన్ని రక్షించడం. వారికి సమాన అవకాశాలు కల్పించడం. ఈ ప్రాంతాల్లో గిరిజనుల భూమి హక్కులను కాపాడటానికి ప్రత్యేక చట్టాలు అమలు చేయబడుతున్నాయి. అడవులపై హక్కులు, భూముల పరిరక్షణ, విద్యా సౌకర్యాలు, ఆరోగ్య సేవలు, ప్రభుత్వ పథకాల ద్వారా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు అమలు చేయడం జరుగుతుంది. గిరిజనుల భూములు ఇతరులు ఆక్రమించకుండా ఉండేందుకు భూమి కొనుగోలు విక్రయాలపై కఠినమైన నియమాలు అమలు చేస్తారు. ఈ చర్యల ద్వారా గిరిజనుల (ఱతీఅఎుశ్రీ)ఆర్థిక, సామాజిక భద్రతను కాపాడటం ప్రభుత్వ ప్రధాన లక్ష్యంగా ఉంది. అయితే కొన్ని ప్రాంతాల్లో షెడ్యూల్డ్ తెగలు లేకపోయినా కూడా ఆ గ్రామా లు ఇప్పటికీ ఏజెన్సీ గ్రామాలుగాకొనసాగుతున్నాయి. ఇది సరైన అధ్యయనం లేకుండా గతపాలకులు తీసుకున్న అనాలోచిత నిర్ణయాల ఫలితంగా గిరిజనులు లేని, అతి తక్కువ మంది గిరిజనులు ఉన్న కొన్ని గ్రామాలు కూడా ఏజెన్సీ ప్రాంతాల జాబితాలో చేర్చబడ్డాయి.

అయితే చట్టపరమైన మార్పులు జరగకపోవడం వల్ల ఇప్పటికీ ఆ గ్రామాలు ఏజెన్సీ గ్రామాలుగానే కొనసాగుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితి వల్ల అక్కడ నివసిస్తున్న గిరిజనేతర ప్రజలు అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొంటున్నారు. ముఖ్యంగా భూమి హక్కులు, ప్రభుత్వ పథకాల లబ్ధి, పరిపాలనలో భాగ స్వామ్యం వంటి అంశాల్లో ఇబ్బందులు ఎదురవుతున్నాయి. ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో అమలులో ఉన్న చట్టాల ప్రకారం గిరి జనేతరులు భూమి కొనుగోలు చేయడం లేదా విక్రయించ డం చాలా కష్టతరమైన విషయం. కొన్ని సందర్భాల్లో పూర్తిగా నిషేధం కూడా ఉంటుంది. దీనివల్ల గిరిజనేతర రైతులు తమ భూములను అమ్ముకోవడం లేదా కొత్త భూములు కొనుగోలు చేయడం కష్టమవుతోంది.

సమగ్ర సర్వే

భూమిపై స్పష్టమైన యాజమాన్యాలు హక్కులు లేకపోవడంతో బ్యాంకులు సైతం రుణాలు ఇచ్చేం దుకు నిరాకరిస్తున్నాయి. ఈ పరిస్థితి వారి ఆర్థిక స్థితిపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతోంది. ఇక అభివృద్ధి కార్యక్ర మాల విషయానికి వస్తే కూడా ఏజెన్సీ ప్రాంతాల్లో కొన్ని ప్రత్యేక విధానాలు అమలులో ఉంటాయి.

'ముఖ్యమంత్రి బ్రేక్‌ఫాస్ట్' పథకం మెనూ ఇదే!

తెలంగాణలోని ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థుల కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. విద్యార్థులకు నాణ్యమైన పౌష్టికాహారాన్ని అందించాలనే లక్ష్యంతో 'ముఖ్యమంత్రి బ్రేక్‌ఫాస్ట్' పథకాన్ని వచ్చే విద్యా సంవత్సరం (2026-27) నుండి అమలు చేయాలని విద్యాశాఖ నిర్ణయించింది. దీనికి సంబంధించిన విధివిధానాలు మరియు మెనూను ప్రభుత్వం అధికారికంగా ఖరారు చేసింది.

వారానికి ఆరు రోజులు.. రుచికరమైన మెనూ

విద్యార్థుల ఆరోగ్యాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని పోషకాలతో కూడిన మెనూను అధికారులు రూపొందించారు.తెలంగాణ సమాచారంసోమవారం: దోసె-చట్నీ లేదా చపాతీ-కూర
మంగళవారం: రెండు మిల్లెట్ ఇడ్లీలు-సాంబారుబుధవారం: రెండు పూరీలు-ఆలూ కుర్మా
గురువారం: రెండు మిల్లెట్ ఇడ్లీలు-సాంబారుశుక్రవారం: మిల్లెట్ ఉప్మా లేదా పొంగల్-చట్నీ
శనివారం: రెండు బోండాలు-చట్నీ వీటితో పాటు రోజు విడిచి రోజు పాలు, మరియు మిగిలిన మూడు రోజులు రాగిజావ విద్యార్థులకు అందుతాయి.ఈ పథకం ప్రీ-ప్రైమరీ స్థాయి నుంచి ఇంటర్మీడియట్ వరకు చదువుతున్న విద్యార్థులందరికీ వర్తిస్తుంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 22 లక్షల మంది విద్యార్థులు దీని ద్వారా ప్రయోజనం పొందనున్నారు. విద్యార్థులు ప్రశాంతంగా అల్పాహారం తీసుకోవడానికి ప్రతిరోజూ 45 నిమిషాల సమయాన్ని ప్రత్యేకంగా కేటాయించాలని ప్రభుత్వం ఆదేశించింది.22 లక్షల మంది విద్యార్థులకు లబ్ధిఈ పథకం ప్రీ-ప్రైమరీ స్థాయి నుంచి ఇంటర్మీడియట్ వరకు చదువుతున్న విద్యార్థులందరికీ వర్తిస్తుంది. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా సుమారు 22 లక్షల మంది విద్యార్థులు దీని ద్వారా ప్రయోజనం పొందనున్నారు. విద్యార్థులు ప్రశాంతంగా అల్పాహారం తీసుకోవడానికి ప్రతిరోజూ 45 నిమిషాల సమయాన్ని ప్రత్యేకంగా కేటాయించాలని ప్రభుత్వం ఆదేశించింది.

బడ్జెట్ కేటాయింపులు

తమిళనాడులో విజయవంతంగా అమలవుతున్న బ్రేక్‌ఫాస్ట్ పథకం స్ఫూర్తితో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ పథకం కోసం ప్రభుత్వం భారీగా నిధులు కేటాయించింది. ఈ పథకం కోసం రూ. 540 కోట్లు, పాల సరఫరా కోసం రూ. 180 కోట్లు, ఇంటర్ విద్యార్థుల కోసం అదనంగా రూ. 56 కోట్లు రాబోయే విద్యా సంవత్సరం ప్రారంభం నుంచే ఈ పథకాన్ని క్షేత్రస్థాయిలో సమర్థవంతంగా అమలు చేసేందుకు విద్యాశాఖ అన్ని ఏర్పాట్లు చేస్తోంది.

గ్యాస్ కొరత.. షేక్‌పేటలో డెలివరీ
ఆటోను ముట్టడించిన జనం

భాగ్యనగరంలో వంట గ్యాస్ సిలిండర్ల సరఫరా వ్యవస్థ అస్తవ్యస్తంగా మారింది. గత కొన్ని రోజులుగా గ్యాస్ సిలిండర్ల కొరత తో తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. బుక్ చేసిన వారం రోజులైనా సిలిండర్లు ఇంటికి చేరకపోవడంతో ఆగ్రహించిన జనం, రోడ్డుపై వెళ్తున్న గ్యాస్ ఆటోలను అడ్డుకుంటున్న ఘటనలు వెలుగు చూస్తున్నాయి.

తాజాగా షేక్‌పేట జంక్షన్ సమీపంలో గ్యాస్ సిలిండర్ల కోసం వినియోగదారులు డెలివరీ ఆటోను చుట్టుముట్టారు. ఫిల్మ్‌నగర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని ఒక ఏజెన్సీకి చెందిన ఆటో సిలిండర్ల లోడ్‌తో వెళ్తుండగా, స్థానికులు దానిని ఆపి ఆందోళనకు దిగారు. వారం రోజులుగా గ్యాస్ కోసం ఎదురుచూస్తున్నామని, ఏజెన్సీల చుట్టూ తిరిగినా ఫలితం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తూ ఆటోలోని సిలిండర్లను బలవంతంగా దించుకునేందుకు ప్రయత్నించారు. దీనికి సంబంధించిన వీడియో ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది.

అధికారుల జోక్యం కోరుతున్న నగరవాసులు

జనం ఒక్కసారిగా ఆటోపై ఎగబడటంతో అక్కడ కాసేపు గందరగోళ పరిస్థితి నెలకొంది. వెంటనే స్పందించిన ఏజెన్సీ సిబ్బంది మరియు కొంతమంది బాధ్యతాయుతమైన స్థానికులు వినియోగదారులకు నచ్చజెప్పే ప్రయత్నం చేశారు. నిబంధనల ప్రకారం బుకింగ్ సీరియల్ ఆధారంగానే డెలివరీ చేయాల్సి ఉంటుందని, ఇలా ఆటోలను అడ్డుకోవడం వల్ల సరఫరా మరింత ఆలస్యమవుతుందని వివరించడంతో పరిస్థితి కొంత సద్దుమణిగింది.

నగరంలోని చాలా ప్రాంతాల్లో ఇదే పరిస్థితి కొనసాగుతోంది. గ్యాస్ ఏజెన్సీల వద్ద సిలిండర్ల నిల్వలు లేకపోవడం లేదా రవాణాలో జాప్యం కారణంగా సామాన్య ప్రజలు అవస్థలు పడుతున్నారు. హోటళ్లు, ఇతర వాణిజ్య అవసరాలకు గ్యాస్ మళ్లుతోందని, అందుకే గృహ వినియోగదారులకు కొరత ఏర్పడుతోందనే ఆరోపణలు కూడా వినిపిస్తున్నాయి. ప్రభుత్వం మరియు సంబంధిత శాఖల అధికారులు వెంటనే స్పందించి గ్యాస్ పంపిణీని క్రమబద్ధీకరించాలని హైదరాబాద్ వాసులు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

ఏప్రిల్ 25 న కవిత కొత్త పార్టీకి ముహూర్తం ఖరారు

తెలంగాణ రాజకీయాల్లో మరో కీలక మార్పు చోటుచేసుకోబోతోంది. తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కవిత తన సొంత రాజకీయ పార్టీని ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు అధికారికంగా ప్రకటించారు. శ్రీరామనవమి పర్వదినం సందర్భంగా ఆమె ఈ విషయాన్ని వెల్లడిస్తూ, ఏప్రిల్ 25వ తేదీ ఉదయం 10 గంటలకు పార్టీని ప్రారంభించనున్నట్లు తెలిపారు. ఈ నిర్ణయం రాష్ట్ర రాజకీయ వర్గాల్లో ప్రస్తుతం పెద్ద చర్చకు దారితీసింది.

తెలంగాణ సమాచారం మేడ్చల్ వేదికగా భారీ బహిరంగ సభ

ఈ కొత్త పార్టీ ప్రకటన కోసం మేడ్చల్ జిల్లా మునీరాబాద్‌లోని అధ్వయ కన్వెన్షన్‌లో భారీ ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారు. ఏప్రిల్ 25న నిర్వహించే ఈ ప్రత్యేక సమావేశంలోనే పార్టీ పేరును మరియు జెండాను (ఖీశ్రీఖస్త్ర) కవిత ఆవిష్కరించనున్నారు. ఈ సభ ద్వారా తన రాజకీయ భవిష్యత్తు కార్యాచరణను మరియు పార్టీ విధివిధానాలను ప్రజలకు స్పష్టంగా వివరించనున్నట్లు ఆమె పేర్కొన్నారు.

మహిళలు, యువతే లక్ష్యంగా

ఈ పార్టీ ప్రధానంగా మహిళలకు మరియు యువతకు (శీబ్‌ష్త్ర) పెద్దపీట వేయనుంది. రాష్ట్రంలో మహిళా నాయకత్వం యొక్క ప్రాముఖ్యతను చాటి చెప్పడమే తన లక్ష్యమని కవిత స్పష్టం చేశారు. ఇప్పటివరకు పురుషుల ఆధిక్యం ఉన్న పార్టీలను చూసిన తెలంగాణ ప్రజలకు, ఒక ఆడబిడ్డగా కొత్త మార్పును చూపిస్తానని ఆమె ధీమా వ్యక్తం చేశారు. రాబోయే రోజుల్లో ఈ పార్టీ రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో ఎలాంటి మార్పులు తెస్తుందో వేచి చూడాలి.

ఏప్రిల్ 2 నుండి
'భూభారతి' సేవలు

తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని భూ యజమానులు మరియు రైతులకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీపి కబురు అందించింది. భూ సంబంధిత సమస్యలకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపే దిశగా రూపొందించిన 'ఇంటిగ్రేటెడ్ భూభారతి' పోర్టల్‌ను ప్రయోగాత్మకంగా ప్రారంభించేందుకు ముహూర్తం ఖరారు చేసింది. ఏప్రిల్ 2వ తేదీ నుండి రాష్ట్రంలోని ఐదు ఎంపిక చేసిన మండలాల్లో ఈ పైలట్ ప్రాజెక్టు అందుబాటులోకి రానుంది. దీని ద్వారా రెవెన్యూ రికార్డుల నిర్వహణలో విప్లవాత్మక మార్పులు వస్తాయని ప్రభుత్వం భావిస్తోంది.

రెవెన్యూ, రిజిస్ట్రేషన్, సర్వే మరియు స్టాంపుల విభాగాల సమన్వయం

ఈ నూతన పోర్టల్ ప్రత్యేకత ఏమిటంటే, ఒకే వేదికపై రెవెన్యూ, రిజిస్ట్రేషన్, సర్వే మరియు స్టాంపుల విభాగానికి సంబంధించిన అన్ని సేవలు పౌరులకు లభిస్తాయి. గతంలో ఉన్న ధరణి పోర్టల్‌లో ఎదురవుతున్న సాంకేతిక ఇబ్బందులను అధిగమించి, భూ లావాదేవీల్లో అత్యంత పారదర్శకతను తీసుకురావడమే ఈ 'భూభారతి' ప్రధాన ఉద్దేశం. భూముల క్రయవిక్రయాలు మరియు రికార్డుల సవరణ ప్రక్రియను ఇది మరింత సులభతరం చేయనుంది.

ఆ 5 మండలాల్లోనే మొదట!

తొలిదశలో భాగంగా ఐదు జిల్లాల నుండి ఐదు మండలాలను ప్రభుత్వం ఎంపిక చేసింది. రంగారెడ్డి జిల్లాలోని ఆమన్‌గల్, సంగారెడ్డి జిల్లాలోని వట్‌పల్లి, ఖమ్మం జిల్లాలోని కూసుమంచి, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లాలోని అశ్వరావుపేట, మరియు నారాయణపేట జిల్లాలోని కోస్గి మండలాల్లో ఈ సేవలు మొదటగా ప్రారంభం కానున్నాయి. ఇక్కడ లభించే ఫలితాల ఆధారంగా, త్వరలోనే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అన్ని మండలాల్లో ఈ సమగ్ర భూ యాజమాన్య పోర్టల్‌ను అమలు చేయాలని ప్రభుత్వం ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసింది.

ఏకేశ్వరోపాసకులు గురు నానక్

పది మంది సిక్కు మత గురువుల్లో మొదటి వాడు, సిక్కు మత స్థాపకుడు గురు నానక్ దేవ్ జీ(1469–1539) 1469 నవంబర్ 29న తల్వాండీ గ్రామంలో (ప్రస్తుతం లాహౌర్ సమీపంలోని నాన్కానా సాహెబ్) ఒక హిందూ కుటుంబంలో జన్మించాడు. ఆ ప్రాంతం ఇప్పుడు పాకిస్థాన్‌లో ఉంది. ఆయన తండ్రి మెహతా కలు ప్రభుత్వంలో భూ రెవెన్యూ వ్యవహారాల గుమాస్తాగా పనిచేసే హిందూ పట్వారీ. నానక్ తల్లి మాతా త్రిపుర, ఆయనకి బీబీ నాన్కీ అనే అక్క ఉన్నారు.గురు నానక్ దేవ్ జీ చిన్నతనం నుంచీ ప్రశ్నించే, ఆలోచించే తత్త్వంతో ఉండేవాడు. చిరు వయసులోనే మత పరంగా ఉపనయనం చేసి జంధ్యం వేయబోగా తిరస్కరించి, అంతకన్నా భగవంతుని నిజ నామాన్ని హృదయంలో ధరిస్తాననీ, నూలు పోగులా అది తెగి పోవడం, మట్టిలో కలిసిపోవడం, తగలబడడం, పోవడం లేక అఖండంగా రక్షణను ఇస్తుందనీ వాదించాడు. అత్యంత పిన్న వయసు నుంచీ బీబీ నాన్కీ తన తమ్ముడిలో భగవంతుని జ్యోతి చూడ గలిగేవాడు, కానీ ఈ రహస్యాన్ని ఎవరికీ చెప్పలేదు. ఆమె గురు నానక్ దేవ్ జీ తొలి శిష్యురాలిగా పేరొందారు. చిన్న తనం లోనే నానక్ హిందూ మతం లోని తాత్త్వికతపై ఆకర్షితుడై, జీవితం లోని రహస్యాలను అన్వేషించేందుకు ఇల్లు వదలి వెళ్ళి పోయారు. ఇదే సమయంలో నానక్ భారత దేశంలోని ముఖ్యులైన తాత్త్వికులు, బోధకులు కబీర్, రవిదాస్ (1440–1518)లను కలుసు కున్నారు.

నానక్ బతాలాకు చెందిన వ్యాపారి మూల్ చంద్ చోనా కుమార్తె సులేఖ్నీని వివాహం చేసుకున్నాడు, ఆయనకు శ్రీచంద్, లక్ష్మీదాస్ అనే కుమారులు జన్మించారు. ఆయన అక్క నాన్కీ భర్త, బావగారైన జైరాం నానక్ కు సుల్తాన్ పూర్ లో ప్రభుత్వ ధాన్యా గారంలో మేనేజరుగా ఉద్యోగం ఇప్పించారు. 28 సంవత్సరాల వయసులో ఒక ఉదయం గురు నానక్ దేవ్ సామాన్యంగా నదికి స్నానం చేసి, ధ్యానం చేసుకు నేందుకు వెళ్ళాడు. ఆ తర్వాత ఆయన మూడురోజుల పాటు ఎవరికి కనిపించ కుండా పోయాడు. తిరిగి వచ్చాక ఆయన "దేవుని పవిత్రాత్మను నింపుకున్నాను" అన్నాడు. ఆయన తిరిగివచ్చాకా తొలి మాటల్లో ఒకటి: హిందువూ లేడు, ముస్లిమూ లేడు. ఈ మత సామరస్య బోధలతో ఆయన బోధలు వ్యాపింప జేయడం ప్రారంభించాడు. నానక్ హిందూ, ఇస్లామియా మత గ్రంథాలు చదివాడు కానీ, ఈ రెండు మతాలకి భిన్నమైన సిక్కు మతమును స్థాపించాడు. సిక్కు మతం ఏకేశ్వరోపాసక మతము. వీరు ఏక్ ఓంకార్ (ఏకైక దేవుడు) ని నమ్మతారు. ఏకేశ్వరోపాసనను ప్రబోధించి కుల వ్యవస్థను వ్యతిరేకించిన గురువు. నానక్ తరువాత గురు పరంపర కొన సాగింది. ఐదవ గురువు అర్జున్, తనకు ముందు గురువులకు దైవం అనుగ్రహించిన సూక్తులను, బోధలను సంకలనం చేసి "గురు గ్రంథ సాహిబ్" పవిత్ర గ్రంథానికి రూప కల్పన చేశాడు.

వేల కొద్దీ కిలో మీటర్లను చుడుతూ భగవంతుని సందేశాన్ని ప్రబోధిస్తూ నాలుగు సుస్పష్టమైన ప్రధాన దిశల్లో నాలుగు ప్రత్యేకమైన ప్రయాణాలు సాగించాడు, వీటినే ఉదాసీలు అని పిలుస్తారు. గురు నానక్ తన జీవిత చివరి సంవత్సరాల్లో ఉచిత ప్రసాదం లభించే కర్తార్ పూర్ లో జీవించారు. తన ఆహారాన్ని మత భేదం, కుల భేదం, ధన భేదం లేకుండా పంచు కోడాన్ని ఆచరించే వారు గురు నానక్. గురు నానక్ పొలాల్లో పనిచేసి జీవిక సాగించే వాడు. కొత్త సిక్కు గురువుగా భాయ్ లెహ్నాను ప్రకటించాక సెప్టెంబరు 22న 1539లో 70వ ఏట కర్తార్ పూర్ , మొఘల్ సామ్రాజ్యం (ప్రస్తుత పాకిస్తాన్) లో మరణించాడు. చివరి సంవత్సరాల 55 ఏళ్ళ వయసు వరకు, నానక్ కర్తార్‌పూర్‌లో స్థిరపడి, మరణించే వరకు అక్కడే నివసించాడు. ఈ కాలంలో, అతను అచల్‌లోని నాథ్ యోగి కేంద్రానికి, మరియు పాక్‌పట్టన్ మరియు ముల్తాన్ యొక్క సూఫీ కేంద్రాలకు స్వల్ప ప్రయాణాలు చేశాడు. మరణించే సమయానికి, నానక్ పంజాబ్ ప్రాంతంలో అనేక మంది అనుచరులను సంపాదించాడు. నానక్ మాటలు 974 కవితా శ్లోకాలు లేదా శబ్ద రూపంలో సిక్కు మతం యొక్క పవిత్ర గ్రంథమైన గురు గ్రంథ్ సాహిబ్‌లో నమోదు చేయ బడ్డాయి. కేవలం పంజాబీలు మాత్రమే కాకుండా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అనేకమంది గురు నానక్ ను ఆరాధిస్తారు. సిక్కులు ఏకేశ్వరోపాసన చేస్తారు. ఓంకారాన్ని ఏకైక దేవునిగా పూజిస్తారు. గురు నానక్ వర్ధంతి సందర్భంగా గురు ద్వారాల్లో సిక్కులు పవిత్ర మత గ్రంథంగా భావించే "గురు గ్రంథ సాహిబ్" ను 48 గంటల పాటు నిరంతరంగా పఠిస్తారు. ఇలా చదవడాన్ని "అఖండ పఠనం" అంటారు.రావి నది ఒడ్డున ఉన్న కర్తార్‌పూర్‌లో గురునానక్ దేవ్ నిర్మించిన గురుద్వారా సిక్కులకు పవిత్ర ప్రదేశం. దేశ విభజన వల్ల పాకిస్థాన్ పరిధిలోకి వెళ్లిపోయిన ఆ సాహిబ్ మన దేశంలో పంజాబ్ రాష్ట్రం గురుదాస్ పూర్ జిల్లాలోని డేరా బాబా నానక్ నుంచి నాలుగు కిలో మీటర్ల దూరంలో ఉంది. ఇండియా, పాకిస్థాన్ ఇంటర్నేషనల్ బోర్డర్ నుంచి మూడు కిలోమీటర్లు వెళితే ఈ మందిరానికి చేరుకోవచ్చు.గురునానక్ దేవ్ మరణించటానికి ముందు సుమారు 18 ఏళ్ల పాటు ఆ ప్రాంతం లోనే ఉన్నాడని, సిక్కు మతస్తులను కూడా తొలిసారి ఇక్కడే సమావేశ పరిచారని చెబుతుంటారు. తమ మత గురువు శాశ్వత విశ్రాంతి తీసుకున్న ఈ గురుద్వారా అంటే సిక్కులకు ఎంతో భక్తి. దీంతో నాటి పాటియాలా మహారాజు, పంజాబ్ సీఎం కెప్టెన్ అమరీందర్ సింగ్ తాత భూపిందర్ సింగ్ పునర్నిర్మించారు. ఈ కర్తార్‌పూర్ సాహిబ్ ఓసారి వరదల వల్ల డ్యామేజ్ అయింది. పాకిస్థాన్ ప్రెసిడెంట్ జనరల్ పర్వేజ్ ముషారఫ్ హయాంలో పునరుద్ధ రించ బడింది. ఈ పుణ్య క్షేత్రాన్ని ఇండియా బోర్డర్ నుంచి డైరెక్ట్‌గా చూడవచ్చు. గురుద్వారా కనిపించకుండా చుట్టు పక్కల అడ్డంగా ఉండే పొడవైన చెట్లను పాకిస్థాన్ వాళు ఎప్పటి కప్పుడు కొడుతుంటారు. ఇండియా నుంచి సిక్కులు కర్తార్‌పూర్ గురుద్వారా సందర్శనకు ఏటా ముఖ్యంగా నాలుగు సార్లు వెళుతుంటారు. ఒకటి.. బైశాఖి పండగ సందర్భంగా. రెండు.. సిక్కుల ఐదో గురువు అర్జున్ దేవ్ అమరుడైన రోజు. మూడు.. మహా రాజా రంజిత్ సింగ్ వర్ధంతి నాడు. నాలుగు.. గురు నానక్ దేవ్ జయంతి రోజు. ఈ నాలుగు సందర్భాల్లో మన దేశ భక్తులు పాకిస్థాన్ లోని అన్ని గురు ద్వారాలకూ వెళ్లేందుకు డైరెక్ట్ యాక్సెస్ ఉంటుంది. మూడు కిలోమీటర్లు వెళితే ఈ మందిరానికి చేరుకోవచ్చు. ఈ మార్గంలో ఇండియా, పాకిస్థాన్ మధ్య రావి నది పారుతోంది. దీన్ని దాటి వెళ్లాలంటే బ్రిడ్జ్ కట్టాలి. ఈ కారిడార్‌ను ఇండియా.. పంజాబ్ రాష్ట్రం గురుదాస్‌పూర్ జిల్లాలోని డేరా బాబా నానక్ నుంచి నిర్మించాల్సి ఉంది. కారిడార్ నిర్మాణానికి గత ఏడాది నవంబర్ 26న గత ఉప రాష్ట్రపతి వెంకయ్య నాయుడు శంకుస్థాపన చేశారు. రెండు రోజుల తర్వాత పాక్ ప్రధాని ఇమ్రాన్ ఖాన్ శ్రీకారం చుట్టారు. నాటి ప్రధాని అటల్ బిహారీ వాజ్‌పేయి నాయకత్వంలో లాహోర్ కు బస్సు యాత్ర జరిగింది. అప్పటి నుంచి రెండు దేశాల మధ్య రోడ్డు, రైలు సదుపాయాలు వచ్చాయి. వివిధ దేశాల భక్తులు గురు ద్వారాకు బస్సుల్లో వెళ్లేటప్పుడు పాకిస్థాన్ రేంజర్లు ఆర్మీ కాన్వాయ్‌తో ఫుల్ సెక్యూరిటీ కల్పిస్తారు. కర్తార్‌పూర్ కారిడార్ నిర్మాణం పూర్తైతే బోర్డర్ క్రాసింగ్ లింకేజ్ రోడ్డు అందుబాటు లోకి వస్తే మన దేశం నుంచి భక్తులు గురుద్వారా దర్బార్ సాహిబ్‌కి నేరుగా చేరుకోవచ్చు. భారతీయులకు పాస్‌పోర్టులు, వీసాలు లేకుండానే యాత్రలో పాల్గొనేందుకు వీలుంటుంది. గురునానక్ దేవ్ 483వ వర్ధంతి (సెప్టెంబరు 22) సందర్భంగా కర్తార్‌పుర్‌లోని గురుద్వారా దర్బార్ సాహిబ్‌ను సిక్కు భక్తులు సందర్శించేందుకు పాకిస్థాన్ ప్రభుత్వం అనుమతించింది.

నిద్రలో గురక రావడానికి కారణాలు..

చాలా మందికి నిద్రలో గురక పెట్టే అలవాటు ఉంటుంది. దీని వల్ల పక్కనున్న వాళ్లకు తీవ్ర ఇబ్బందిగా ఉంటుంది.కర చాలా మంది గురక పెట్టకుండా ఉండేందుకు రకరకాల ప్రయతనాలు చేస్తుంటారు. కానీ అది సాధ్యం కాదు. ఇలా గురక పెట్టడం వల్ల ఇతరులు నిద్రపోకుండా ఇబ్బందులు పడుతుంటారు. అయితే నిద్రపోయేటప్పుడు గురక నుంచి బయటపడాలంటే కొన్ని చిట్కాలను పాటిస్తే మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. నిద్ర సమయంలో గాలి ముక్కుల నుంచి ఊపిరితిత్తుల్లోకి వెళ్లే మార్గంలో అడ్డంకులు ఏర్పడితే అప్పుడు గురక వస్తుంది. అలాగే ఈ సమయంలో నోటి ద్వారా శ్వాస తీసుకునే ప్రయత్నం జరుగుతుంది. ఆ మార్గంలోనూ అవాంతరాలుంటే అప్పుడు కుచించుకుపోయిన మార్గం నుంచి గాలి వెళ్లాల్సి ఉండడంతో చుట్టుపక్కల ఉన్న కణజాలాలు కదలికకు గురై చప్పుళ్లు వస్తాయి. ఇది ఒక్క కారణం మాత్రమే. కానీ, వాస్తవంలో మరెన్నో అంశాలు ఉన్నాయి. ఇక ప్రధాన కారణం మానసికపరమైన ఒత్తిడి, కంగారు, విపరీతమైన ఆలోచనాధోరణి ఉండవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. 65ం వయస్సు వద్ద సుమారు 15 మందిలో ఒక్కరికి, 85 ఆపై వయస్సున్న వారిలో ముగ్గురిలో ఒక్కరికీ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. కొన్ని కుటుంబాలు ఈ వ్యాధిని సంక్రమింపజేసే ప్రమాదాన్ని కల్పించే జన్యువులను కలిగి ఉంటాయి. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మగవారి కంటే ఆడవారిలో అల్జీమర్స్‌కేసులు రెండు శాతం ఎక్కువగా ఉంటున్నాయి. 2020లో ప్రపంచవ్యాప్తంగా 55 మిలియన్‌లకు పైగా ప్రజలు మతిమరుపుతో జీవిస్తున్నారని తేలింది. ఈ సంఖ్య ప్రతి 20 సంవత్సరాలకోసారి రెట్టింపు అవుతుంది. 2030లో 78 మిలియన్‌లకు, 2050లో 139 మిలియన్‌లకు చేరుకుంటుందనీ అంచనా. ఈ పెరుగుదల అభివృద్ధి చెందుతున్న దేశాలలో ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇప్పటికే డిమెన్షియాతో బాధపడుతున్న వారిలో 60 శాతం మంది అల్పాదాయ, మధ్య ఆదాయ దేశాలలో నివసిస్తున్నారు. 2050 నాటికి ఇది 71 శాతానికి పెరుగుతుందని అంటున్నారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా యేటా 10 మిలియన్‌లకు పైగా మతిమరుపు కేసులు నమోదవుతున్నాయి. ఇది ప్రతి 3.2 సెకన్లకు ఒక కొత్త కేసు పెరుగుదలను సూచిస్తున్నది. అత్యంత వేగంగా వృద్ధి చెందిన చైనా, ఇండియా, దక్షిణాసియా, పశ్చిమ పసిఫిక్ పొరుగు దేశాలలో వృద్ధులు ఎక్కువగా ఉండటం విశేషం.వయసు పెరగడంతో బ్రెయిన్‌లోని న్యూరాన్ల సంఖ్య తగ్గి, పనితనం మందగించడమే అల్జీమర్స్‌కుప్రధాన కారణం. విపరీత ఒత్తిడి. నిద్రలేమి, జీవన విధానంలో అనూహ్య మార్పులు, విటమిన్స్ బి1, బి12, బి6 లోపం, ట్రాఫిక్‌సౌండ్, అనువంశికత వలన న్యూరాన్లు క్షీణించి అల్జీమర్స్‌ఎక్కువ మందికి వస్తుంది. డిప్రెషన్, మూడీగా ఉండడం, అలోచనలు, ప్రవర్తనలో మార్పులు కూడా అల్జీమర్స్‌లక్షణాలే, అల్కాహాల్, డ్రగ్స్, పొగతాగే అలవాటు, గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు అల్జీమర్స్‌బారినపడే అవకాశాలు మెండుగా ఉంటాయి. వీరిలో మెదడులోని చిన్న రక్తనాళాలు బ్లాక్ అవడం వలన మతిమరుపు వస్తుంది. దీన్ని 'వాస్క్యులార్‌డిమెన్షియా' గా పిలుస్తుంటారు. బ్రెయిన్‌ట్యూమర్స్, థైరాయిడ్ లోపం, డౌన్స్ సిండ్రోమ్, మెదడుకు గాయాలు, ఇన్ఫెక్షన్లు, కొన్ని మందుల అతి వాడకం అలవాటు ఉన్నవారిలోనూ అల్జీమర్స్ సంకేతాలులక్షణాలు కనిపిస్తాయి. పట్టించుకోకపోతే, ట్రీట్‌మెంట్ ఆలస్యం అయితే నయమయే అవకాశాలు దెబ్బతింటాయి. ఆరోగ్యకర జీవన శైలితో మతిమరుపును కొంత వరకు జయించవచ్చు. 60 యేండ్లు దాటాక మానసికంగా యాక్టివ్‌గా ఉండాలి. రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. ఆరోగ్యకర సంతులిత ఆహారం తీసుకోవాలి. సుఖనిద్ర, ఒత్తిడి లేకుండా పనులను చక్కబెట్టుకోగలగాలి. మంచి మానవ సంబంధాలను కలిగి ఉండాలి. ఏదో ఒక పని కల్పించుకోవాలి. మ్యూజిక్, బుక్ రీడింగ్, పజిల్స్‌వంటివి మెదడుని యాక్టివ్‌గా ఉంచుతాయి. ముదురు రంగు పండ్లు ఎక్కువ తినాలి. ఆలివ్ ఆయిల్, నట్స్, అవకాడో, అప్రికాట్, బెర్రీలు, యాపిల్, బీన్స్‌డైట్‌లో ఉండాలి. కూరగాయలు, గింజలు, పొట్టు తీయని ధాన్యాలు, చేపలు, కోడిగుడ్డు ఎక్కువగా తినాలి. పసుపు, నల్ల మిరియాలు, నెయ్యి వంటివి కూడా అల్జీమర్స్‌ను తగ్గించే పదార్థాలే. మాంసం, ఫాస్ట్, ప్యాకేజ్డ్, షుగర్ ఫుడ్ వీలయినంతగా తగ్గించాలి. వైట్ షుగర్, వైట్ బ్రెడ్, సాల్ట్ చిప్స్, ఫ్రెంచ్ ఫ్రైస్, జంక్‌ఫుడ్, పేస్ట్రీలు, ప్రాసెస్డ్ మీట్ తక్కువగా తినాలి. బీపీ, షుగర్ కంట్రోల్‌లో ఉంచుకోవాలి. ప్రస్తుతం చికిత్స అందుబాటులో లేదు. 'అడుకానుమాబ్' అనే ఔషధం అల్జీమర్స్ వ్యాధిని సమర్థంగా అరికట్టగలదని బ్రిటిష్ వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మతిమరుపుతో బాధపడుతున్నవారికి కుటుంబ సభ్యులు సహకరించాలి.నోటి ద్వారా శ్వాస: సాధారణంగా ముక్కుల ద్వారా గాలి తీసుకుంటాం. కానీ, నాసికా మార్గాల్లో అవాంతరాల వల్ల కొందరు నోటితో శ్వాస తీసుకుంటుంటారు.

రోజంతా కంప్యూటర్ ముందు కూర్చుంటున్నారా!

ఇప్పుడు కంప్యూటర్ యుగం ఎంత? చాలా మంది కంప్యూటర్ ముందు కూర్చుని రోజంతా పని చేస్తుంటారు. కొంతమందికి కంప్యూటర్ ముందు లేవకుండా కూర్చుంటారు. ఇది సాధారణంగా కంటి నొప్పి, తలనొప్పి, నడుము నొప్పి, చేతి మరియు భుజాల నొప్పికి కారణమవుతుంది. చాలా మందికి, కంప్యూటర్ ముందు కూర్చోవడం వారి మానసిక ఆరోగ్యంపై తీవ్రమైన ప్రభావం చూపుతుంది. డిప్రెషన్, యాంగ్జయిటీ వంటి మానసిక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తున్నాయి. అంతేకాదు ఆరోగ్య సమస్య కూడా వెంటాడుతోంది. కాబట్టి కంప్యూటర్ ముందు కూర్చుని నిరంతరం పనిచేసే వ్యక్తులు అనేక సమస్యలను ఎదుర్కొంటారు. కాబట్టి కంప్యూటర్ కార్మికులు ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ఏమి చేయాలి? మిమ్మల్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడానికి మీరు ఎలాంటి పని చేయవచ్చు? దానికి సంబంధించిన పూర్తి సమాచారం ఇదిగో.

ఒక మనిషి రెండు మూడు గంటల పాటు నిరంతరం కూర్చుని పని చేయవచ్చు. అంతకు మించి కూర్చొని పని చేస్తే వెన్ను అరిగిపోయి వంగిపోతుంది. అవును, ఎక్కువ కూర్చోవడం వెన్నునొప్పి వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. కానీ మనిషికి అవసరమైనంత కాలం నిలబడే శక్తి ఉంది. కాబట్టి, మీ వెన్ను బాగా ఉండాలంటే, మీరు మీ పని శైలిని మార్చుకోవాలి. అవును, మీరు నిలబడి పని చేయడానికి మార్గం ఏర్పాటు చేయాలి. ఇప్పుడు మార్కెట్లో స్టాండింగ్ డెస్క్ అందుబాటులో ఉంది. ఇది పని కోసం ఉపయోగించవచ్చు. ఇది నిలబడి పని చేయడానికి ఉపయోగించవచ్చు. నిలబడి అలసిపోతే కూర్చోవచ్చు. ఇది మారుతూ ఉండవచ్చు. కంప్యూటర్ ముందు ఎక్కువ సేపు కూర్చోవడం వల్ల కదలిక మరియు కార్యాచరణ లేకపోవడం వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తుతాయి. కాబట్టి, దీని నుండి బయటపడాలంటే, లేచి చుట్టూ తిరగడం లేదా చుట్టూ కదిలే ఏదైనా చేయడం మంచిది. మీరు పనిలో నిమగ్నమై ఉన్నందున మీరు చుట్టూ తిరగడం మర్చిపోతారు, మీరు ప్రతి గంటకు అలారం సెట్ చేయాలి మరియు అలారం మోగినప్పుడు లేచి నడకకు వెళ్లాలి. లేదా సాధారణ హోంవర్క్ చేయవచ్చు. కాకపోతే ఇంట్లోంచి బయటకి వచ్చి నిలబడితే పర్వాలేదు, వర్క్ ప్లేస్ నుంచి గానీ, డెస్క్ లో నుంచి గానీ లేవాలి. ఈ చిన్న మొత్తంలో చర్య మీ ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది, మీ మెడ మరియు వీపుపై ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది మరియు చుట్టూ తిరగకుండా కేలరీలను బర్న్ చేస్తుంది. ఇప్పుడు మీరు మీ డెస్క్ నుండి లేచినప్పుడు, మీ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచుకోవడానికి క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి మరియు ఎలివేటర్‌కు బదులుగా మెట్లు ఎక్కండి.

నిరంతరం కంప్యూటర్ స్క్రీన్ వైపు చూస్తూ ఉంటే కళ్లు అలసటగా అనిపిస్తాయి. నీళ్ళు నిండిన కళ్ళు. మరికొందరు తలనొప్పి మరియు ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలతో బాధపడుతున్నారు. కాబట్టి కంటిన్యూగా పని చేస్తుంటే కళ్లకు విశ్రాంతి ఇచ్చే పని చేయాలి. దీని ద్వారా మీరు మీ కళ్ళు మరియు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. అవును, రోజంతా కంప్యూటర్ స్క్రీన్ ముందు కూర్చోవడం వల్ల మీ కళ్లపై చాలా ఒత్తిడి ఉంటుంది. దీని కోసం మీరు సాధారణ దశలను తీసుకోవచ్చు. డెస్క్ మీద నుంచి లేచి ఒకవైపు కూర్చొని ఒక్క నిమిషం కళ్లు మూసుకుంటే కళ్లకు తగినంత విశ్రాంతి లభిస్తుంది. లేదా చల్లటి నీళ్లతో కళ్లు, ముఖం కడుక్కోవడం వల్ల కూడా మీ కళ్లకు చల్లదనాన్ని ఇవ్వడం ద్వారా అలసట తగ్గుతుంది. ప్రధాన విషయం ఏమిటంటే మీ డెస్క్ నుండి లేచి వేరేదాన్ని చూడటం. ముఖ్యంగా పచ్చటి వాతావరణం చూస్తుంటే ఇంకా బాగుంటుంది. ల్యాప్‌టాప్ ముందు కూర్చుని పని చేయడం వల్ల శరీరం చురుకుగా ఉండదు. అందువల్ల కూర్చొని పని చేయడం వల్ల ఊబకాయం, మధుమేహం తదితర సమస్యలు పెరుగుతాయి. మతిమరుపు అనేది అందరిలో అతి సాధారణంగా ఎదురయ్యేదే. కొందరు మాత్రం కొన్ని విషయాలను, పనులను పూర్తిగా మర్చిపోతారు. మెదడులోని ఉండే న్యూరాన్లు లేదా నరాల కణాలు పని చేయడం ఆగిపోతే మతిమరుపు సంకేతాలు, లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. ప్రతి ఒక్కరూ వయస్సు పెరిగేకొద్దీ కొన్ని న్యూరాన్‌లను కచ్చితంగా కోల్పోతారు. అతిగా కోల్పోయినవారు 'అల్జీమర్స్' అనే మతిమరుపు వ్యాధికి గురవుతారు. ఈ వ్యాధిని 1901లో గుర్తించారు. ఇందులో 'ఎర్లీ ఆన్‌సెట్ అల్జీమర్స్' 'లేట్ ఆన్‌సెట్ అల్జీమర్స్' అని రెండు రకాలున్నాయి.అల్జీమర్స్ కేసులు 60–65 సంవత్సరాలు పైబడినవారిలోనే ఎక్కువ. ఈ మధ్య 40–50 యేళ్లు దాటినవారిలోనూ ఈ లక్షణాలు కనబడుతున్నాయి. ముసలివారవుతున్న కొద్దీ వ్యాధి వచ్చే అవకాశం మరింత పెరుగుతుంది.

సంపాదకీయం

అసలైన ఆదివాసుల దయనీయత

ఐక్యరాజ్యసమితి అంచనా ప్రకారం ప్రపంచంలోని 100 కి పైగా దేశాలలో గిరిజన ప్రజలు నివసిస్తున్నారు. ప్రపంచంలోని గిరిజన జనాభా దాదాపు 50 కోట్లు. ఇందులో దాదాపు 5000 విభిన్న గిరిజన తెగలు ఉన్నాయి. వారికి సుమారు 7 వేల భాషలు ఉన్నాయి. అయినప్పటికీ గిరిజన ప్రజలు తమ ఉనికిని, సంస్కృతిని, గౌరవాన్ని కాపాడుకోడానికి పోరాడవలసి వసున్నది. నేడు ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జాత్యహంకారం, వర్ణవివక్ష, సరళీకరణ వంటి అనేక కారణాల వల్ల గిరిజన ప్రజలు తమ ఉనికిని, గౌరవాన్ని నిలబెట్టుకోడానికి కష్టపడుతున్నారు. భారత దేశంలో సుమారు 705 రకాల ఆదివాసీ తెగలు వివిధ రాష్ట్రాలలో, వివిధ కేంద్ర పాలిత ప్రాంతలలో విస్తరించి ఉన్నారు. వారిలో చెప్పుకోదగిన కొన్ని ముఖ్యమైన తెగలు బిల్, గొండి, సంతాల్, ముండా, ఒరయున్, బైగా, ఇతరులు ఉన్నారు. 2011 లెక్కల ప్రకారం 10 కోట్ల నలభై రెండు లక్షల మంది, మొత్తం దేశ జనాభాలో 8.6 శాతంగా ఉన్నారు. అందులో కొంత మంది భారత రాజ్యాంగంలో పొందుపరచిన ఐదో షెడ్యూల్ ప్రాంతంలో ఉంటే, మరి కొంత మంది ఆరో షెడ్యూల్ ప్రాంతంలో ఉన్నారు.

ఐదో షెడ్యూల్ ప్రాంతంలో ఉన్నవారు ఈశాన్య భారతంలో, ఆరో షెడ్యూల్ ప్రాంతంలో ఉన్న వారు మధ్య, దక్షిణ భారతంలో విస్తరించి ఉన్నారు. చట్టబద్ధంగా వీరిని 'షెడ్యూల్డ్ తెగలు' అని పేర్కొనగా, వారిని నేడు దేశంలో వివిధ పేర్లతో ఆదివాసులని, వనవాసులని, గిరిజనులని, ఆటవికులని పిలుస్తున్నారు. భారత దేశంలో 1951వ సంవత్సరంలో 'షెడ్యూల్డ్ ట్రైబ్స్' అని పేర్కొన్నారు. అయితే నేటి వరకు వీరిని అధికారికంగా 'షెడ్యూల్డ్ ట్రైబ్స్' అని పిలుస్తున్నారు. నేడు తెలుగు రాష్ట్రాలలో చూసినట్లయితే ఆదివాసులు లేదా గిరిజనులని వీరిని పిలుస్తున్నారు. కాకపోతే రాజ్యాంగంలో గుర్తించిన షెడ్యూల్డ్ తెగల వారందరినీ 'ఆదివాసులని' అంటే కుదరదు అని చెప్పవచ్చు. ఎందుకంటే కొన్ని తెగల వారు మైదాన ప్రాంతాలలో ఉంటూ అభివృద్ధికి దూరంగా ఉన్నారు. ఇటువంటి తెగల వారిని 'ఆదివాసులని' పిలవలేం. ఎవరైతే పూర్వం నుంచి నాగరిక (అభివృద్ధి) సమాజానికి దూరంగా అడవిలో జీవిస్తూ అడవి తల్లిని నమ్ముకొని బతికే తెగలను ఆదివాసులు అనవచ్చు.

సమాజంలోని ప్రధాన స్రవంతికి దూరంగా వున్న కారణంగా, ప్రపంచ వ్యాప్తంగా గల గిరిజన ప్రజలు ఇప్పటికీ చాలా వెనుకబడి ఉన్నారు. ఏదేమైనా ప్రధాన స్రవంతితో వారిని కలపడానికి, ముందుకు సాగడానికి వివిధ రకాల ప్రభుత్వ కార్యక్రమాలు, ప్రభుత్వేతర కార్యక్రమాలు దేశ వ్యాప్తంగానూ, ప్రపంచమంతా అమలు చేస్తున్నారు. మన దేశ విషయానికి వస్తే దేశ స్వాతంత్ర్య ఉద్యమంలో గిరిజన సమాజంలోని ప్రజలు ఎంతో దోహదపడ్డారు. బిర్సా ముండా జార?ండ్, చోట నాగ్పూర్ ప్రాంతంలోనూ, కొమురం భీం తెలంగాణ ప్రాంతంలో, అలాగే ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని విశాఖ జిల్లాలో మన్యం ఆదివాసీలు, ఇంకా వివిధ ప్రాంతాల గిరిజనులు మన స్వాతంత్ర్యోద్యమంలో చెప్పుకోదగ్గ పాత్ర పోషించారు. నేడు ప్రపంచంలో, దేశంలో, రాష్ట్రంలో, జిల్లాల్లో ఎక్కడైనా సరే ఆదివాసీలు అస్తిత్వం అంచులో కొట్టుమిట్టాడుతున్నారు. తరతరాలుగా అడవిలో, కొండలలో జంతువులతో మమేకమై వాటితో అవినాభావ సంబంధం కలిగి సహజీవనం గడిపే ఆదివాసీలు దుర్భరమైన జీవితాలు గడుపుతున్నారు. ఐక్యరాజ్య సమితి తీర్మానించిన విధానాలు, లక్ష్యాలు, ఆశయాలు ప్రధానంగా ఆదివాసీల స్వయంపాలన హక్కు, స్వేచ్ఛ హక్కు, మానవ హక్కులు సంరక్షించే హక్కు, సంస్కృతి, సాంప్రదాయాలు, జీవన విధానం, భాష, వేషధారణనూ రక్షించే హక్కు 5వ షెడ్యూల్, 6వ షెడ్యూల్ ఆదివాసీ భూభాగంలో ఉన్న ప్రాంతాలలోనూ రాజ్యాంగ వ్యతిరేకంగా పాలకులు పెత్తనం చేస్తున్నారు.

నేడు ఆదివాసీ ప్రాంతాలు, ఆదివాసేతర (గిరిజనేతర) రాజకీయ యంత్రాంగంలో బందీలుగా మిగిలిపోతున్నాయి. ఏజెన్సీలో ఆదివాసీ ప్రజాప్రతినిధులు గిరిజనేతర రాజకీయ పార్టీలలో కీలుబొమ్మలుగా, తోలుబొమ్మలుగా మారిపోయారు. ఆదివాసీల సామాజిక, ఆర్థిక పరిస్థితి చాలా దయనీయంగా, విచారకరంగా ఉంది. దేశంలో వారు దుర్భరమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నారు. అతి బీదలుగా పేదరికంలో మగ్గుతున్నారు. వారికి సరైన భూమి, ఉపాధి లేదు. వారి జీవనానికి ఎలాంటి ఆదాయ మార్గం లేదు. కట్టుబానిసలై కార్మికులుగా పని చేస్తున్నారు. జీవన భృతి కోసం కొన్ని కుటుంబాలు లిక్కర్ తయారీని ఎంచుకుంటున్నారు. కొన్ని తెగలకు చెందిన కుటుంబాలు తమ సొంత పిల్లలనే విక్రయిస్తున్నారు. కొంత మంది మహిళలు 'కిరాయి' తల్లులుగా ఉంటున్నారు. పందులు, కుక్కలు వంటి జంతువుల మీద జరగాల్సిన వైద్యపరమైన కొత్త ఔషధ ప్రయోగాలకు అమాయక ఆదివాసీ తెగల కుటుంబాలు బలవుతున్నాయి. సహజ వనరులను ఆదివాసీ తెగలు సంరక్షిస్తుంటే, నాయకులు, మధ్య దళారులు బినామీ పేర్లతో వాటిని దోచుకుంటున్నారు. ఇన్ని సమస్యలు ఆదివాసీలను పీడిస్తున్నాయి. ఇంకా వారు తమ ఆరోగ్య సంరక్షణ కోసం అనాదిగా ఆచరిస్తున్న సంప్రదాయ ఔషధ మొక్కల పైనే ఆధారపడుతున్నారు.ఒడిశా, మధ్యప్రదేశ్, చత్తీస్‌గఢ్, రాజస్థాన్, గుజరాత్, మహారాష్ట్ర, బీహార్, జార?ండ్, పశ్చిమ బెంగాల్, మిజోరం, ఆంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ ఆదివాసీల ముఖ్యమైన నివాస ప్రాంతాలు. అండమాన్ నికోబార్ దీవుల్లో కూడా వీరి నివాసాలున్నాయి. తెలంగాణలోని భద్రాద్రి, ఖమ్మం, వరంగల్, ఆదిలాబాద్, మహబూబ్‌నగర్, ఆంధ్రప్రదేశ్‌లోని శ్రీకాకుళం, విజయనగరం, విశాఖపట్నం, తూర్పుగోదావరి, పశ్చిమ గోదావరి జిల్లాల్లోని ఆదివాసీ ప్రాంతాల్లో చిన్న చిన్నగూడేలు ఎక్కువ. ఒక్కో పంచాయితీ పరిధిలో అనేక గూడేలు ఉంటాయి. వీరికి పాక్షికంగా గిరిజనేతరులతో సంబంధాలుంటాయి. సామాజిక, వ్యాపార లావాదేవీలు ఉండే అవకాశముంది. ప్రభుత్వం కల్పించే చాలా అభివృద్ధి పథకాలు మైదాన ప్రాంతాల్లో స్థిరపడి గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థకు దగ్గరగా ఉన్న తెగలు ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటున్నాయి. అందుకే వీరిలో విద్య, ఉద్యోగాలు, ఆర్థిక అభివృద్ధి కనిపిస్తున్నది. ఉదాహరణకు ఉత్తర భారత దేశంలో భిల్లులు, మధ్యప్రదేశ్‌లో సంతాల్‌లు, బీహార్‌లో ముండాలు, మహారాష్ట్ర, తెలంగాణల్లో రాజ్ గోండులు, లంబాడీలు జనజీవన స్రవంతికి చాలా దగ్గరగా ఉండే సమూహాలు.

గోండు, నాయకపోడు, గొత్తికోయ, కోలాము, కొండరెడ్డి, చెంచు, సవర, కొండదొర, భగత తదితర జాతుల తెగలు ఉన్నాయి. నల్లమల అటవీ ప్రాంతంలో ఉన్న చెంచు జాతులయితే ఇంకా పాత వ్యవసాయోత్పత్తి విధానంలోనే కొనసాగుతున్నారు. గోండు, కోయ తదితర తెగలు గోదావరి తీరంలో నల్లరేగడి నేలల్లో పత్తి, పొగాకు, మిర్చి లాంటి వాణిజ్య పంటలు పండించడం నేర్చుకున్నారు. నిజానికి పోడు వ్యవసాయమే ఈ అడవి బిడ్డల ప్రధాన జీవనాధారం. మన దేశంలో ప్రధానంగా మూడు రకాల గిరిజన తెగలు కనిపిస్తాయి. వ్యవసాయం ప్రధానంగా చేసే ఆదిమ తెగలు. వీరికి పాక్షికంగా గిరిజనేతరులతో సంబంధాలుంటాయి. సామాజిక, వ్యాపార లావాదేవీలు ఉండే అవకాశముంది. ప్రభుత్వం కల్పించే చాలా అభివృద్ధి పథకాలు మైదాన ప్రాంతాల్లో స్థిరపడి గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థకు దగ్గరగా ఉన్న తెగలు ఎక్కువగా ఉపయోగించుకుంటున్నాయి. అందుకే వీరిలో విద్య, ఉద్యోగాలు, ఆర్థిక అభివృద్ధి కనిపిస్తున్నది. ఉదాహరణకు ఉత్తర భారత దేశంలో భిల్లులు, మధ్యప్రదేశ్‌లో సంతాల్‌లు, బీహార్‌లో ముండాలు, మహారాష్ట్ర, తెలంగాణల్లో రాజ్ గోండులు, లంబాడీలు జనజీవన స్రవంతికి చాలా దగ్గరగా ఉండే సమూహాలు.

అందుకనే వీరిలో రాజకీయ, ఆర్థిక, విద్యాపరమైన అభివృద్ధి కనిపిస్తున్నది. అదే చెంచు లాంటి తెగలను గమనిస్తే వారింకా జనజీవన స్రవంతికి దూరంగానే ఉన్నారు. దేశంలో సుమారు 705 ఆదివాసీ జాతుల అక్షరబద్ధం కాని భాష కారణంగా వారు చేసిన త్యాగాలు చరిత్ర పుటలకు ఎక్కలేదు. ప్రచారంలోకి రాక మసకబారిపోయాయి. 75 ఏండ్ల స్వాతంత్ర్య భారత దేశంలో ఒక గిరిజన మహిళ దేశ రాష్ట్రపతిగా ఎన్నిక కావడం హర్షించదగిన విషయం. కానీ, ఈ పరిణామంతో గిరిజనుల ఆత్మగౌరవం పెరుగుతుందేమో కానీ, వారి బతుకుల్లో సమూల మార్పులు వస్తాయనుకోవడం అసంబద్ధమే.ఆర్టికల్ 15 (4), 16 (4) ప్రకారం దేశంలో గిరిజనులకు అన్ని రంగాల్లో సరైన ప్రాతినిధ్యం ఉండాలి. కానీ, 2001 జనాభా లెక్కల ప్రకారం నిర్ధారించిన 7.5 శాతం రిజర్వేషన్లను మాత్రమే కేంద్రం కొనసాగిస్తున్నది. 2011 లెక్కల ప్రకారం 9.9 శాతం మేర పెంచాల్సి ఉంది. కానీ, ఇంకా పెంచలేదు.స్వాతంత్ర్యం సిద్ధించి ఏడు దశాబ్దాలు దాటిపోయినా ఆదివాసీ గిరిజనులకు ఇంకా సామాజిక, ఆర్థిక స్వాతంత్ర్యం రాలేదని చెప్పాలి. ఇప్పటికీ రవాణా సౌకర్యం, రక్షిత మంచి నీరు, విద్యుత్తు, విద్యా సౌకర్యాలు లేని ఆదివాసీ గిరిజన గూడేలు అనేకం ఉన్నాయి. ప్రభుత్వాలు గిరిజనుల కోసం కేటాయిస్తున్న బడ్జెట్ అర్హులకు దక్కడం లేదు. ఆదివాసీ గిరిజనుల అభివృద్ధి, సంక్షేమం కోసం ఎన్ని ప్రభుత్వ సంస్థలు వచ్చినా, ఎన్నెన్నో పథకాలు తెచ్చినా వారి జీవితాలలో విప్లవాత్మకమైన మార్పు రాలేదన్నది వాస్తవం. హక్కులు, అభివృద్ధి, అధికారాల కోసం వారికి ప్రత్యేకంగా సంక్రమించిన చట్టాల పరిరక్షణ కోసం గిరిజన సోదరులు ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా న్యాయ పోరాటాలు చేపట్టాలి. పభుత్వాలు ఆదివాసీ గిరిజనుల ఆర్థిక, సామాజిక, సాంస్కృతిక, రాజకీయ అభివృద్ధి, సంక్షేమం కోసం, రాజ్యాంగబద్ధంగా వారికి దక్కవలసిన హక్కులు, అధికారాలు, ఫలాలు దక్కే విధంగా పటిష్టమైన చర్యలు తీసుకోవలసిన అవసరం ఎంతైన ఉంది.

తొలి తరం వైద్యురాలు

రుక్మాబాయి రావత్ (నవంబర్ 22, 1864 – సెప్టెంబర్ 25, 1955) బ్రిటీష్ ఇండియాలో తొలి మహిళా వైద్యులలో ఒకరు. కాదంబినీ గంగూలీ, ఆనందీబాయి జోషిలు 1886లో వైద్యశాస్త్రంలో డిగ్రీ పొందిన తొలి భారతీయ మహిళలు కాగా కాదంబినీ గంగూలీ మాత్రం ప్రాక్టీసు చేపట్టింది. తద్వారా రుక్మాబాయి వైద్యవృత్తిని అవలంబించిన రెండవ మహిళగా పేరు పొందింది. చారిత్రాత్మకమైన "ఏజ్ ఆఫ్ కన్సెంట్ చట్టం 1891" ఏర్పడటానికి రుక్మాబాయి ముఖ్య కారణం. రుక్మాబాయి మహారాష్ట్రకు చెందిన ఒక వడ్రంగి కుటుంబంలో జనార్ధన్ పాండురంగ్, జయంతిబాయి దంపతులకు జన్మించింది. రుక్మా బాయికి ఎనిమిదేళ్ల వయసులో తండ్రి మరణించాడు. జయంతి బాయి తన ఆస్తినంతటిని రుక్మాబాయి పేరుమీదకు మార్పించింది. ఆమెకు 11 యేళ్ల వయసులో తల్లి ఆమెను 19 యేళ్ల దాదాజి భికాజీకి ఇచ్చి వివాహం జరిపించింది. జయంతి బాయి డా.సఖారాం అర్జున్ ను వివాహం చేసుకుంది. కానీ రుక్మాబాయి వారితో పాటు జీవిస్తూ ఫ్రీ మిషన్ చర్చ్ లైబ్రరీ పుస్తకాలను చదువుతూ విద్యను గడించింది. రుక్మాబాయి, ఆమె తల్లి ప్రార్థనా సమాజం, ఆర్య మహిళా సమాజం సభలకు వారం వారం హాజరయ్యే వారు. దాదాజి తల్లి మరణించిన తర్వాత అతడు తన మేనమామ వద్ద పెరిగాడు. అక్కడ వాతావరణం కారణంగా దాదాజీ సోమరి పోతుగా, దుర్మార్గుడిగా తయారయ్యాడు. రుక్మాబాయి తన 12వ యేట తన భర్త దాదాజీ వద్దకు వెళ్లడానికి తిరస్కరించింది. ఆమె పెంపుడు తండ్రి డా.సఖారాం అర్జున్ ఆమె నిర్ణయానికి మద్దతుగా నిలిచాడు. దానితో దాదాజీ కోర్టును ఆశ్రయించాడు. పేనీ, గిల్బర్ట్, సయానీ మొదలైన వకీళ్ల ద్వారా రుక్మాబాయి దాదాజీతో కలిసి జీవించక పోవడానికి కల కారణాలను కోర్టుకు తెలిపింది.

"వివాహ హక్కుల పూర్వస్థితి" ని కోరుతూ కోర్టులో దాదాజీ భికాజీ వేసిన భికాజి వర్సస్ రుక్మాబాయి కేసుపై 1885లో రాబర్ట్ హిల్ పిన్హే అనే న్యాయమూర్తి తీర్పు వెలువరిస్తూ వివాహ హక్కులపై పూర్వపు ఇంగ్లీషు తీర్పులు అక్కడ వర్తించవని, అవి పరిణతి చెందిన వయోజనులకు మాత్రమే ఉద్దేశించినవని, ప్రస్తుత కేసులో రుక్మాబాయికి నిస్సహాయ స్థితిలో బాల్యంలో వివాహం అయ్యిందనీ, ఇటువంటి కేసులపై ఇంతకు ముందు హిందూ చట్టాలలో తీర్పు వెలువడ లేదని పేర్కొంటూ కేసును కొట్టివేశాడు. 1886లో ఈ కేసు పునర్విచారణకు వచ్చినప్పుడు జె.డి.ఇన్వెరారిటి, తెలాంగ్ మొదలైన లాయర్లు రుక్మాబాయి పక్షాన వాదించారు. ఈ

కేసుపై సమాజంలో రుక్మాబాయిని సమర్థిస్తూ, వ్యతిరేకిస్తూ అనేక చర్చలు జరిగాయి. కొందరు హిందువులు చట్టం హిందూ ఆచార వ్యవహారాలను గౌరవించడం లేదని ఆందోళనకు దిగారు. పిన్హే తీర్పుపై నేటివ్ ఒపీనియన్, మరాఠా అనే పత్రికలు తీవ్ర వ్యతిరేకతను వ్యక్తపరుస్తూ దాదాజీ పక్షాన నిలిచాయి. ఈ సమయంలోనే టైమ్స్ ఆఫ్ ఇండియాలో ఒక భారతీయ మహిళ అనే కలం పేరుతో వరుసగా రుక్మాబాయి వ్రాసిన వ్యాసాలు ప్రజలలో కదలికను తెచ్చింది. ఈ కేసులో 1887, మార్చి 4వ తేదీన జస్టిస్ ఫరాన్ తీర్పు చెబుతూ రుక్మా బాయిని భర్తతో కలిసి ఉండాలని లేదా 6 నెలలు కారాగారంలో ఉండాలని ఆదేశించాడు. రుక్మాబాయి ధైర్యంగా ఈ తీర్పును అంగీకరించే కంటే గరిష్టంగా శిక్షను అనుభవించ డానికి సిద్ధంగా ఉన్నానని బదులు ఇచ్చింది. బాలగంగాధర్ తిలక్ తన "కేసరి" పత్రికలో రుక్మాబాయి తిరుగుబాటు ఇంగ్లీషు చదువుల ప్రభావమని పేర్కొన్నాడు. హిందూ మతం ప్రమాదంలో పడి పోయిందని వ్యాఖ్యానించాడు. మాక్స్ ముల్లర్ ఈ విషయంలో తన అభిప్రాయం చెప్తూ ఈ సమస్యకు న్యాయ పరమైన తీర్పులు సమాధానం కాజాలవని, రుక్మాబాయి విద్యాబుద్ధులే ఆమెను ఆమె కోరిన రీతిలో తీర్పు చెప్పే న్యాయాధి కారిగా మారుస్తుందని అభిప్రాయ పడ్డాడు.

1888లో దాదాజీతో 2000 రూపాయలు చెల్లించి తెగతెంపులు చేసుకునే విధంగా అంగీకారం కుదిరింది. ఆ తరువాత రుక్మాబాయి ఇంగ్లాండులో చదువు కోవడానికి బయలు దేరింది. కామా హాస్పెటల్‌కు చెందిన డా.ఎడిత్ పెచె రుక్మాబాయిని చదువు కోవడానికి ప్రోత్సహించాడు. కావలసిన ధనాన్ని సమకూర్చాడు. ఆమె 1889లో ఇంగ్లాండు వెళ్లి అక్కడి "లండన్ స్కూల్ ఆఫ్ మెడిసిన్ ఫర్ వుమెన్"లో విద్యనభ్యసించింది. అక్కడ ఆమె చదువుకు పలువురు ఆర్థికంగా అండగా నిలిచారు. 1918లో ఆమె వుమెన్స్ మెడికల్ సర్వీస్‌లో చేరే అవకాశాన్ని తిరస్కరించి రాజ్‌కోట్ లోని స్టేట్ హాస్పిటల్ ఫర్ వుమెన్‌లో చేరింది. ఆమె ముఖ్య వైద్య అధికారిణిగా 35 సంవత్సరాలు పని చేసి బొంబాయిలో 1930లో పదవీ విరమణ చేసింది. తరువాత కూడా ఆమె సంఘ సంస్కరణలను కొనసాగించింది. "పరదా, దాని నిషేధానికి ఆవశ్యకత" అనే కరపత్రాన్ని ప్రచురించింది. 2016లో ఆమె జీవితచరిత్ర ఆధారంగా "రుక్మాబాయి భీమరావ్ రావత్" అనే మరాఠీ సినిమా వెలువడింది. అనంత్ మహదేవన్ ఆ సినిమా దర్శకుడు కాగా తనిషా చటర్జీ ముఖ్య భూమికను నిర్వహించింది.

శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి కళ్యాణంలో పాల్గొన్న మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ ..

నీ మేలుకొలుపు సిద్దిపేట జిల్లా మార్చి 27:హుస్నాబాద్ పట్టణంలోని ప్రసిద్ధ మార్కండేయ స్వామి ఆలయంలో శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవం భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ కుటుంబ సమేతంగా హాజరై స్వామివారి కల్యాణోత్సవంలో పాల్గొన్నారు.పూజా కార్యక్రమాలలో భాగంగా మంత్రి దంపతులు ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి, స్వామివారి ఆశీస్సులు పొందారు. ఆలయ ప్రాంగణం భక్తులతో కిక్కిరిసి, వేదమంత్రాల నినాదాలతో ఆధ్యాత్మిక వాతావరణం నెలకొంది.ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ దండి లక్ష్మి, వైస్ చైర్మన్ చిత్తారి పద్మ, పలువురు కౌన్సిలర్లు, స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులు మరియు ప్రముఖ నేతలు పాల్గొన్నారు.కళ్యాణ మహోత్సవం సందర్భంగా భక్తులకు అన్నప్రసాదం పంపిణీ చేసి, ప్రత్యేక సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. స్థానిక ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై స్వామివారి దర్శనం చేసుకుని పుణ్యఫలాన్ని పొందారు.ఈ సందర్భంగా మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ, శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి ఆశీస్సులతో రాష్ట్ర ప్రజలు సుఖశాంతులతో ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. ఆలయ అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం తగిన చర్యలు తీసుకుంటుందని తెలిపారు.

అంగరంగ వైభవంగా శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవం

నీ మేలుకొలుపు : భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా,మార్చి 27: భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, బూర్గంపాడు మండలం, సారపాకలో శ్రీరామనవమి సందర్భంగా శ్రీశ్రీశ్రీ శిరిడి పుష్కర ద్వారకా సాయిబాబా మందిరంలో శ్రీ సీతారామచంద్ర స్వామి కళ్యాణ మహోత్సవం అంగరంగ వైభవంగా కన్నులు పండుగ వేద పండితుల ఆధ్వర్యంలో ఆలయ కమిటీ వారు నిర్వహించడం జరిగింది. భక్తులు భక్తిశ్రద్ధలతో కళ్యాణ మహోత్సవంలో పాల్గొని కన్నులారా కళ్యాణం ను తిలకించారు. అనంతరం మధ్యాహ్నం అన్న ప్రసాద వితరణ కార్యక్రమం నిర్వహించారు సాయంత్రం 6 గంటలకు స్వామివారిని పురవీధుల్లో ఊరేగింపుగా తాళమేళలతో కోలాటం నృత్యాలతో రథోత్సవం ఘనంగా నిర్వహించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా భక్తులు మాట్లాడుతూ స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవం శ్రీశ్రీశ్రీ షిరిడి పుష్కర ద్వారకాసాయ మందిరంలో నిర్వహించి కళ్యాణ మహోత్సవం ను కన్నులారా వీక్షించే అవకాశం కల్పించిన ఆలయ కమిటీ వారికి ధన్యవాదాలు తెలిపారు

భద్రాద్రిలో భక్తి వెల్లువ... సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శంకుస్థాపనలు.. వైభవంగా సీతారాముల కళ్యాణం..

నీ మేలుకొలుపు భద్రాచలం, (మార్చి 27):శ్రీరామనవమి సందర్భంగా తెలంగాణలోని ప్రముఖ పుణ్యక్షేత్రం భద్రాచలంలో శ్రీసీతారామచంద్రస్వామి వారి తిరుకళ్యాణ మహోత్సవం అత్యంత వైభవంగా జరిగింది. లక్షలాది మంది భక్తులు తరలివచ్చి ఈ దివ్య కళ్యాణాన్ని దర్శించుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సతీ సమేతంగా హాజరై స్వామివారికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆయనతో పాటు మంత్రి సీతక్క, ఉప ముఖ్యమంత్రి బట్టి విక్రమార్క, మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి తదితరులు పాల్గొని స్వామివారి ఆశీస్సులు పొందారు.ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి భద్రాచలం ఆలయం మరియు పట్టణ అభివృద్ధికి సంబంధించి పలు కీలక ప్రాజెక్టులకు శంకుస్థాపన చేశారు. తొలి దశలో రూ.351 కోట్ల వ్యయంతో చేపట్టే అభివృద్ధి పనులకు శ్రీకారం చుట్టగా, మొత్తం ప్రణాళిక వ్యయం సుమారు రూ.586 కోట్లుగా ఉంది. ఆలయ విస్తరణ, యాత్రికుల సౌకర్యాలు, రహదారులు, పార్కింగ్ వంటి మౌలిక వసతుల అభివృద్ధి చేపట్టనున్నారు.

ఇక సీతారాముల కళ్యాణం సంప్రదాయబద్ధంగా మిథిలా కళ్యాణ మండపంలో నిర్వహించారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున ముత్యాల తలంబ్రాలు, పట్టు వస్త్రాలను సమర్పించారు. సీఎం సహా మంత్రులు కుటుంబ సమేతంగా కళ్యాణ మహోత్సవంలో పాల్గొన్నారు.

భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకొని జిల్లా యంత్రాంగం విస్తృత ఏర్పాట్లు చేసింది. భద్రత, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, క్యూలైన్లు, తాగునీరు, వైద్య శిబిరాలు, అన్నదానం వంటి సౌకర్యాలను అందుబాటులో ఉంచారు. వివిధ శాఖలు సమన్వయంతో కార్యక్రమాలను విజయవంతంగా నిర్వహించాయి.గోదావరి తీరంలో ఉన్న భద్రాచలం "దక్షిణ అయోధ్య"గా ప్రసిద్ధి చెందింది. ప్రతి ఏడాది జరిగే ఈ సీతారాముల కళ్యాణం దేశవ్యాప్తంగా భక్తులను ఆకర్షిస్తుండగా, ఈసారి సీఎం, మంత్రుల సమక్షంలో జరిగిన కార్యక్రమం మరింత విశిష్టంగా నిలిచింది.

ఖానాపూర్‌లో వైభవంగా శ్రీరామనవమి వేడుకలు పల్లకి మోసిన సర్పంచ్ శేఖర్ ముదిరాజ్, ఉపసర్పంచ్ శంకర్ నాయక్ బారీగా తరలివచ్చిన గ్రామ ప్రజలు, భక్తజనం

నీ మేలుకొలుపు : మహబూబ్ నగర్ జిల్లా, మార్చి 27: రాజాపూర్ మండలం ఖానాపూర్ గ్రామంలో శ్రీరామనవమి ఉత్సవాలు భక్తిశ్రద్ధలతో, అత్యంత వైభవంగా జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా స్వామివారి పల్లకి సేవను పురస్కరించుకుని నిర్వహించిన శోభాయాత్రలో గ్రామ సర్పంచ్ పూజారి శేఖర్ ముదిరాజ్, ఉపసర్పంచ్ శంకర్ నాయక్ స్వయంగా పల్లకిని భుజాన మోసి భక్తిని చాటుకున్నారు. గ్రామ పెద్దలు వెంకట్ రెడ్డి, శ్రీనివాస్ గౌడ్, రాజేందర్ రెడ్డి, సంతోష్, శేఖర్, జీవన్ రెడ్డి, కాంత్ రెడ్డి, హరీష్ గౌడ్, యాదగిరి, శ్రీనాథ్ రెడ్డి తదితరులు ఈ ర్యాలీలో ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు. జై శ్రీరామ్ నినాదాలతో ఖానాపూర్ వీధులన్నీ మారుమోగిపోయాయి. యువకులు, భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చి స్వామివారి కృపకు పాత్రులయ్యారు. గ్రామంలో ఆధ్యాత్మిక వాతావరణం నెలకొనగా అనంతరం అందరికీ తీర్థప్రసాదాలు పంపిణీ చేశారు.

వింటర్‌లో హనీమూన్ ప్లాన్ చేస్తున్నారా...

కొత్తగా పెళ్లయిన జంటలు తమ జీవిత భాగస్వామితో సరదాగా గడిపేందుకు హానీమూన్‌కు వెళ్తుంటారు. ముఖ్యంగా వింటర్ సీజన్‌లో హానీమూన్‌కు వెళ్లేవారు హిల్‌స్టేషన్లను ఎక్కువగా ప్రాముఖ్యతనిస్తుంటారు. అలాంటి జంటలు విహరించేందుకు భారతదేశంలో చాలా ప్రదేశాలే ఉన్నాయి. ఇక, కేరళలో ఇలాంటి ప్రదేశాలకు కొదవేలేదు.. ఇక్కడి బీచ్‌లలో సరదాగా విహరిస్తూ, అద్భుతమైన పర్వత ప్రాంతాలను వీక్షించొచ్చు. ఇంకా బోటులో షికార్లు కూడా చేయొచ్చు. ఇక్కడ అనేక అందమైన ప్రదేశాలు ఉంటాయి. ఈ ప్రశాంతమైన వాతావరణంలో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి ఎంతో ఆనందంగా గడపొచ్చు. రండి కేరళలోని ఆ ప్రదేశాలేంటో చూద్దాం..అలెప్పీహనీమూన్‌కు వెళ్లేవారు కేరళలో సందర్శించాల్సిన ప్రదేశాలలో ముఖ్యంగా అలెప్పి ఉంటుంది. ఈ ప్రదేశం దేశవిదేశాల నుంచి వచ్చే పర్యాటకులను ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటుంది. ఈ ప్రాంతమంతా పచ్చని తివాచి పరచినట్లు ఉంటుంది. ఎటుచూసినా కనిపించే కొబ్బరిచెట్లు పర్యాటకులను పలకరిస్తూ ఉంటాయి. అందమైన బీచ్‌లతో పాటు హౌస్ బోట్ ప్రయాణాన్ని కూడా ఇక్కడ ఆస్వాదించొచ్చు. ఇక, పెళ్లయిన కొంతజంటలకు ఈ ప్రాంతం ఎంతో అనువుగా సౌకర్యవంతంగా ఉంటుంది.కోవళమ్ బీచ్

కొత్తగా పెళ్లయిన జంటలు సందర్శించేందుకు కోవళము బీచ్ ఎంతో బాగుంటుంది. సముద్రపు అలల తీరాన భాగస్వామితో కలిసి మీ విషయాలను పంచుకోవచ్చు. కేరళలోని తిరువనంతపురంలో అరేబియా సముద్రానికి చేరువలో ఉన్న తీర పట్టణం కోవలం. ఇక్కడ అన్నిరకాల సముద్రపు ఆహారాన్ని రుచి చూడొచ్చు. ఇంకా ఇక్కడ సందర్శించేందుకు అనేక రకాల ప్రదేశాలున్నాయి. పద్మనాభపురం ప్యాలెస్, కరమన్ నది, వెల్లయని సరస్సులు ఇక్కడి ముఖ్యమైన పర్యాటక ప్రదేశాలు. సాయంత్రం సమయంలో ప్రత్యేకమైన లైట్ హౌస్ బీచ్ అందాలను తిలకించాల్సిందే. అలాగే శంఘుముఖం బీచ్ కూడా ఎంతో ఆహ్లాదభరితంగా ఉంటుంది.వయనాడ్ప్రకృతి ఒడిలో జీవిత భాగస్వామితో కలిసి విహరించాలనుకునే వారు తప్పకుండా కేరళలోని వయానాడ్‌ను సందర్శించాల్సిందే. హనీమూన్‌కు వెళ్లే జంటలకు ఈ ప్రదేశం ఎంతో ఉత్తమమైనది. ఇక్కడి ప్రకృతి అందాలలో కొ్త జంటలు ఎంతో సరదాగా గడిపేయొచ్చు. ఇంకా ఇక్కడ విభిన్నరకాల వన్యప్రాణులను చూడడంతో పాటు బోటింగ్ వంటి సాహస కార్యకలాపాలను కూడా చేయొచ్చు. వయనాడ్‌కు సమీపంలో ఉండే ఊటీ, కూర్గ్, కన్నూర్, మైసూర్ వంటి ప్రముఖ పర్యాటక స్థలాలను కూడా సందర్శించొచ్చు.కుమారకొం

హనీమూన్ జంటలకు కేరళలోని మరో ఉత్తమ గమ్యస్థానం కుమారకొం. ఈ ప్రదేశం కొత్తగా పెళ్లయిన జంటలు విహరించేందుకు ఎంతో అద్భుతంగా ఉంటుంది. ఇక్కడి సరస్సులలోని బోట్‌లలో ప్రయాణం చేయొచ్చు. ఈ ప్రాంతం చుట్టూ ఎటు చూసినా పర్యాటకులకు పచ్చని అందాలే తారసపడతాయి. అనేక వృక్ష, జంతు జాలాలను ఇక్కడ మనం చూడొచ్చు. ఇక్కడ సందర్శించేందుకు ఎన్నో పురాతన ఆలయాలు, వేల చరిత్ర కలిగిన మ్యూజియంలు కూడా ఉన్నాయి. అవి పర్యాటకులను కొన్ని వేల సంవత్సరాల వెనక్కి తీసుకువెళతాయి. ఇక్కడి జలపాతాల్లో జలకాలడొచ్చు.మున్నార్కొత్తగా పెళ్లయిన జంటలు విహరయాత్రకు వెళ్లేందుకు కేరళలోని మున్నార్ ఎంతో అద్భుతమైన ప్రదేశమని చెప్పుకోవచ్చు. ఇక్కడ ప్రకృతి అందాలతో కూడిన సరస్సులు ఎన్నో ఉంటాయి. ఇంకా ఇక్కడ ఎటుచూసిన కనిపించే పర్వతాలు, జలపాతాల సవ్వడులతో ఈ ప్రదేశం ఎంతో ఆహ్లాదభరితంగా ఉంటుంది. ఇక్కడి టీ ఎస్టేట్‌లు కూడా సందర్శించదగ్గ ప్రదేశాలే. మున్నార్‌లో పర్యాటకుల సందర్శనకు ఎరవికులం నేషనల్ పార్క్, కుండల సరస్సు, టీ మ్యూజియం వంటి వివిధ ప్రదేశాలు ఉన్నాయి. ముఖ్యంగా భాగస్వామితో కలిసి నడిచేందుకు ఇక్కడ ఎంతో అద్భుతమైన ప్రదేశాలు ఉన్నాయి.

టాటా నుంచి మరో 4 ఈవీ కార్లు..

ప్రముఖ ఆటో వాహన కంపెనీ టాటా మోటార్స్ ఈ సంవత్సరం కొత్త కార్లను మార్కెట్‌లోకి తీసుకు రానుంది. టాటా మోటార్స్‌తో పాటు దాని అనుబంధ జగ్వార్ ల్యాండ్ రోవర్ (జేఎల్ఆర్) బ్రాండ్ పై కూడా కొత్త కార్లను మార్కెట్‌లోకి తీసుకు రానుంది.వచ్చే సంవత్సరం ప్రారంభం నాటికి మరో 4 కొత్త విద్యుత్ కార్లను తీసుకురావాలని టాటా మోటార్స్ నిర్ణయించింది. వాణిజ్య వాహనాల విభాగంలో హైడ్రోజన్ వాహనాలను మార్కెట్‌లోకి తీసుకురానుంది. త్వరలోనే అప్‌డేట్ చేసిన నెక్సాన్ కారును కూడా మార్కెట్‌లోకి తీసుకురానుంది. అప్‌డేట్ నెక్సాన్ ఈవీ మార్కెట్‌లోకి తీసుకు వచ్చిన వెంటనే హారియర్ విద్యుత్ కారును లాంచ్ చేయనుంది. ఈ సంవత్సరమే పంచ్ ఈవీ కారు కూడా మార్కెట్లోకి తీసుకు వచ్చేందుకు టాటా మోటార్స్ నిర్ణయించింది. వచ్చే ఆర్థిక సంవత్సరం మొదటి త్రైమాసికంలో టాటా ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా రూపొందిస్తున్న కర్వ్ ఈవీ కారు కూడా మార్కెట్‌లోకి తీసుకు వస్తామని కంపెనీ ఛైర్మన్ నటరాజన్ చంద్రశేఖరన్ వెల్లడించారు. ఈ సంవత్సరం చివరి నాటికి రేంజ్ రోవర్, రేంజ్ రోవర్ స్పోర్ట్స్ విద్యుత్ కార్ల బుకింగ్స్‌ను ప్రారంభిస్తామని తెలిపారు. జాగ్వార్ ఈవీ కార్లను 2024లో మార్కెట్‌లోకి తీసుకు రానున్నట్లు తెలిపారు. కమర్షియల్ వాహనాల్లో సీఎన్జీ వెర్షన్‌లో కొన్ని కొత్త వాటిని మార్కెట్‌లోకి తీసుకు వస్తామన్నారు. ప్రస్తుతం టాటా మోటార్స్ నెక్సాన్, టిగోర్, టియాగో బ్రాండ్స్‌లో విద్యుత్ కార్లను విక్రయిస్తోంది.

సిద్దిపేట సురక్ష నేత్రలో భాగంగా కుచనపల్లిలో సీసీ కెమెరాల ఏర్పాటు..

నీ మేలుకొలుపు సిద్దిపేట జిల్లా మార్చి 27: సిద్దిపేట పోలీస్ కమిషనర్ రష్మీ పెరుమాళ్ ఆధ్వర్యంలో చేపట్టిన సిద్దిపేట సురక్ష నేత్ర కార్యక్రమంలో భాగంగా కుచనపల్లి గ్రామంలో ఏర్పాటు చేసిన 5 ఆధునిక సోలార్ ట్రైయాంగిల్ 4ఖ సీసీ కెమెరాలను హుస్నాబాద్ ఏసీపీ సదానందం ప్రారంభించారు. గ్రామంలో నేరాల నియంత్రణ, భద్రత పెంపు కోసం గ్రామస్తులు పోలీసులతో కలిసి ముందుకు రావడం అభినందనీయమని ఆయన తెలిపారు. సీసీ కెమెరాల ద్వారా అసాంఘిక కార్యకలాపాలకు అడ్డుకట్ట వేయడంతో పాటు నిందితులను త్వరగా గుర్తించే అవకాశం ఉంటుందని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో సీఐ శ్రీను, ఎస్ఐ లక్ష్మారెడ్డి, విపిఓ కుమార్, గ్రామ సర్పంచ్ మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

టూత్ బ్రష్‌లను టాయిలెట్ రూమ్‌లో పెడుతున్నారా..!

టూత్ బ్రష్.. ఇది లేకపోతే మనకు పని స్టార్ట్ కాదు. రోజూ మనం ఉపయోగించే వస్తువుల్లో ఇది కూడా ఒకటి. రోజుకు కనీసం రెండు సార్లు అయినా బ్రష్ చేయడం మంచిదని వైద్య నిపుణులు చెబుతూ ఉంటారు.ఉదయం, రాత్రి బ్రష్ చేయడం వల్ల దంతాలు స్ట్రాంగ్ గా, బలంగా ఉంటాయి. అలాగే పళ్లు కూడా తెల్లగా ఉంటాయి. కాబట్టి బ్రష్ ని ఎప్పుడూ జాగ్రత్తగా ఉంచుకోవాలి. దుమ్ము, ధూళి పడకుండా చూసుకోవాలి.అయితే కొంత మంది టూత్ బ్రష్ లను బాత్రూమ్ లలో పెడుతూంటారు. ఇది మంచి పద్ధతి కాదని నిపుణులు చెబుతున్నారు. టూత్ బ్రష్ ని టాయిలెట్ లో ఉంచి చాలా సమస్యలు వస్తాయట.. మరి అవేంటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం.టూత్ బ్రష్ ని టాయిలెట్ లో ఉంచడం వల్ల క్రిములు ఎక్కువగా చేరే ప్రమాదం ఉంది. ఎందుకంటే బాత్ రూమ్ లో వాతావరణం తేమగా ఉంటుంది. దీని వల్ల రోగకారక క్రిములు ఎక్కువగా తిరుగుతాయి. ఇవన్నీ కూడా అంటు వ్యాధులకి కారణం అయ్యే అవకాశం ఉంది. అంతే కాకుండా బ్రష్ ని బాత్ రూమ్ లో ఉంచడం వల్ల.. కంటికి కనిపించని విసర్జన అవశేషాలు చేరే అవకాశం ఉంది. ఫ్లష్ చేసేటప్పుడు వచ్చే నీటి బిందువుల ద్వారా క్రిములపై చేరతాయి. టాయిలెట్ లో బ్రష్ ఉంచడం వల్ల.. కంటికి కూడా కనిపించని సూక్ష్మ క్రిములు కూడా బ్రష్ లోకి చేరతాయి. ఇవి మనకు తెలియకుండా బాడీలోకి చేరి.. వ్యాధులు కలుగజేసేందుకు కారకాలు అవుతాయి. బ్రష్ ని వీలైనంత వరకూ బాత్ రూమ్ కి దూరంగా ఉంచడమే మంచిది. కాస్త గాలి, ఎండ తగిలే ప్రాంతంలో పెడితే.. ఎండ వేడికి క్రిములు నశిస్తాయి. ఒకవేళ కుదరని సమయంలో బాత్ రూమ్ లో పెడితే బ్రష్ కేసులు వాడటం మంచిది. దీని వల్ల క్రిములు చేరకుండా ఉంటాయి. అలాగే అప్పుడప్పుడు టూత్ బ్రష్ లను వేడి నీటిలో ముంచి లేపితే చాలా మంచిది.

తలనొప్పి తీవ్రంగా వేధిస్తోందా?

కార్యాలయాల్లో ఉద్యోగులు.. మార్కెట్లో వ్యాపారులు.. స్కూళ్లల్లో విద్యార్థులు.. ఇంట్లో గృహిణులు.. ఇలా నేటి కాలంలో ప్రతి ఒక్కరూ అనేక రకాలుగా ఒత్తిడికి గురవుతున్నారు. చేయాల్సిన పనులు ఇన్ టైంలో చేయలేకపోవడంతో ప్రెషర్ కు గురవుతారు. ఈ సమయంలో తలనొప్పి తీవ్రంగా వేధిస్తుంది. చాలా మంది తలనొప్పిని తేలికగా తీసుకుంటారు. ఏదైనా బామ్ రాసుకుంటే సరిపోతుంది అని అనుకుంటారు. కానీ తలనొప్పి కూడా ఒక వ్యాధి అని గుర్తించాలి. ఇది ఒక్కోసారి ప్రాణం పోయేంత పనిచేస్తుంది. అయితే తలనొప్పి వల్ల కొన్ని వ్యాధులకు గురవుతారు. అందువల్ల దీనిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా సరైన చికిత్స తీసుకోవాలి. అయితే తలనొప్పి వల్ల ఎలాంటి వ్యాధులకు గురవుతారు? తలనొప్పి గురించి చాల మంది పెద్దగా పట్టించుకోరు. కానీ ఇది రాను రాను మైగ్రేన్ కు దారి తీస్తుంది. తలనొప్పి క్రమంగా పెరుగుతుందంటే ఇది ఆ స్టేజికి వెళ్లే అవకాశం ఉందని కొందరు ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొంత మందికి తలనొప్పి ఇలా వచ్చి అలా వెళ్తుంది. కానీ కొందరికి మాత్రం కనీసం గంట సేపు వరకు వేధిస్తుంది. ఇలాంటి సమయంలో కళ్లు మూసుకుపోయినట్లు అవుతాయి. తల తిరుగుతుంది. ఇలాంటి పరిస్థితిని మైగ్రేన్ గానే భావించాలి. పని ఒత్తిడి వల్ల తలనొప్పి రాగానే కాస్త రిలాక్స్ కావడానికి ప్రయత్నిస్తుంటారు. అయితే తరుచూ ఇలా తలనొప్పి వస్తే మాత్రం అస్సలు నిర్లక్షయం చేయకూడదని అంటున్నారు.

https://epaper.neemelukolupu.in/ మీ స్పందనే మా అక్షరం TG/25/062861931467
నీ మేలుకొలుపు

29న ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ పాఠశాల ప్రవేశ పరీక్ష ఉట్నూర్ కేంద్రంలో 624 మంది విద్యార్థులు హాజరుకనున్నారు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసినట్లు ప్రిన్సిపల్ అరవింద్ వెల్లడి

నీ మేలుకొలుపు: ఉట్నూర్, మార్చి 27:ఉట్నూర్:ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో ఆరో తరగతి ప్రవేశాల కోసం ఈ నెల 29వ తేదీన నిర్వహించనున్న ప్రవేశ పరీక్షకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తయ్యాయని ప్రిన్సిపల్ శ్రీ అరవింద్ తెలిపారుఉట్నూర్ పరీక్షా కేంద్రంలో మొత్తం 624 మంది విద్యార్థులు హాజరుకానున్నారని ఆయన పేర్కొన్నారు పరీక్ష నిర్వహణకు సంబంధించి అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు పర్యవేక్షణ సిబ్బంది నియామకం మరియు భద్రతా చర్యలు పూర్తి చేసినట్లు వెల్లడించారు
అభ్యర్థులు వెంటనే అధికారిక వెబ్‌సైట్ ద్వారా తమ హాల్ టికెట్లను డౌన్‌లోడ్ చేసుకోవాలని సూచించారు పరీక్ష ప్రారంభానికి కనీసం ఒక గంట ముందుగా కేంద్రానికి చేరుకోవాలని హాల్ టికెట్‌తో పాటు చెల్లుబాటు అయ్యే గుర్తింపు పత్రాన్ని తప్పనిసరిగా తీసుకురావాలని కోరారు
నిర్దేశించిన నిబంధనల ప్రకారం పరీక్షను పారదర్శకంగా క్రమబద్ధంగా నిర్వహించనున్నట్లు ప్రిన్సిపల్ స్పష్టం చేశారు.

శ్రీ సీతారామ చంద్ర స్వామి వారి కళ్యాణ మహోత్సవంలో పాల్గొన్న మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి

మీ మేలుకొలుపు : జనగామ జిల్లా, మార్చి 27: పాలకుర్తి మండల కేంద్రంలోశ్రీ రామ నవమి సందర్బంగా పాటిమీది ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో స్థానిక ఉత్సవ కమిటీ ఆహ్వానం మేరకు శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణంలో ముఖ్య అతిధిగా మాజీ మంత్రి ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావు పాల్గొని ప్రజలందరికి శ్రీరామనవమి పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.అంతకు ముందు ఆలయ అర్చకులు స్వాగతం పలికారు.ఆలయమంతా శ్రీ రామ నామస్మరణతో మార్మోగింది. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ మండల అధ్యక్షుడు పసునూరి నవీన్ కుమార్, పాలకుర్తి సర్పంచ్ కమ్మగాని విజయ నాగన్న గౌడ్ ,బిఆర్ఎస్ పట్టణ పార్టీ అధ్యక్షులు కడుదుల కరుణాకర్ రెడ్డి వాట్సాప్ లో దస్తగిరి కత్తి బిజెపి జిల్లా నాయకుడు పాలకుర్తి వార్డు సభ్యుడు శ్రీకాంత్ గౌడ్ మండల నాయకులు,ప్రజా ప్రతినిధులు,కార్యకర్తలు,ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

మద్యం మత్తులో పెట్రోలు తాగి, చికిత్స పొందుతూ యువకుడి మృతి.

నీ మేలుకొలుపు, దుబ్బాక, సిద్దిపేట జిల్లా, మార్చి 27. మద్యం మత్తులో పెట్రోల్ తాగిన యువకుడు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతూ మృతి చెందిన ఘటన దుబ్బాక మండలం లచ్చపేట శివారులో గురువారం రాత్రి చోటుచేసుకుంది. దుబ్బాక ఎస్ఐ కీర్తిరాజు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం మండలంలోని పెద్ద చీకోడ్ గ్రామానికి చెందిన ఎండి.ఫయాజ్ (22)అనే యువకుడు ఏ పని చేయకుండా ఖాళీగా ఉంటూ మద్యానికి బానిస అయ్యాడు. ఈ క్రమంలో ఈనెల 16న దుబ్బాక పురపాలికలోని లచ్చపేట జడ్పీహెచ్ఎస్ పాఠశాల వెనక మద్యం మత్తులో తన ద్విచక్ర వాహనంలోని పెట్రోలు తాగి, స్నేహితుడు రాజుకు సమాచారం అందించాడు. వెంటనే అక్కడికి చేరుకున్న స్నేహితుడు, కుటుంబ సభ్యులు ఎండి ఫయాజ్ను చికిత్స నిమిత్తం దుబ్బాక, సిద్దిపేట ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులకు, అక్కడి నుంచి మెరుగైన చికిత్స కోసం హైదరాబాదులోని ఉస్మానియా ఆస్పత్రికి తరలించారు.అక్కడ చికిత్స పొందుతూ గురువారం అర్ధరాత్రి ఎండి ఫయాజ్ మృతి చెందాడు. మృతుని చిన్నాన్న ఎండి ఫరూక్ ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు దుబ్బాక పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నారు.

'శ్రీ రామ నవమి' సందర్భంగా రాముడి జన్మదినాన్ని ఉత్సవంగా జరుపుకుంటున్నరా

నీ మేలుకొలుపు : సిద్దిపేట జిల్లా, మార్చ్ 27 :ఎందుకంటే ఈ దేశంలో బ్రాహ్మణ, క్షత్రియ, వైశ్య వర్ణాలు మినహా మిగతా వారైన ఎస్సీ, ఎస్టీ, ఓబీసీ, రెడ్డి, కమ్మ, వెలమ, కాపు, మరాఠ, ఒక్కలిగ, జాట్ తదితర కులాలతో సహా, ఈ వర్గాలనుండి ఇస్లాం, క్రైస్తవ, బౌద్ధ, జైన, సిక్కులు, లింగాయత మతస్తులుగా మారిన వారు కూడా చారిత్రకంగా చూస్తే శూద్రులే.రామాయణంలో చెప్పిన ప్రకారం చూసినా, ఇప్పటి ఆరెస్సెస్ బ్రాహ్మణుల రామరాజ్య ఎజెండా ప్రకారం చూసినా "శూద్రులను సామాజిక బానిసలు"గా మార్చడమే పై మూడార్య వర్ణాల ఏకైక లక్ష్యం. శూద్రులకు విద్య, ఆస్థి, ఆయుధం, ఆత్మగౌరవాలను నిరాకరించడమే ధర్మమని, అవి పొందడానికి మూడార్య వర్ణాలకే అర్హత ఉంటుందని 'రామాయణం', బ్రాహ్మణుల వర్ణధర్మం చాలా స్పష్టంగా చెబుతోంది.
ఆ ధర్మాన్ని అమలు చేసి శంభూక వధ చేసిన వాడు రాముడు. అలాంటి రామున్ని ఈ దేశానికి ఆదర్శ పురుషుడని ప్రకటించిన నేటి మనువాదులు, వారి దైవం రాముడు "శూద్రులకు" శతృవులు కాక మిత్రులెలా అవుతారు?అలాంటి రాముడికి చేసే ఉత్సవాలు ఎవరి ప్రయోజనాలను కాపాడతాయి? అలాంటి రాముడి పేరుతో శూద్రులకు తెలిపే విషెష్ శూద్రులకు 'శుభాకాంక్షలవుతాయా!? లేక అశుభాకాంక్షలవుతాయా!? గత చరిత్ర, నడుస్తున్న చరిత్ర ఏం నిరూపిస్తుంది? గత చరిత్ర అంతా మూడార్యవర్ణాలు శూద్రుల అణిచివేయడమే.. ఇప్పుడూ అదే కొనసాగుతోంది...మనం ఇకనైనా వివేకం చూపకపోతే అతి త్వరలో మనకు (శూద్రులకు) భవిష్యత్తు లేకుండా పోవడం మాత్రం ఖాయం... పోనీ మనం అందరం హిందువులము, బందువులము అంటారా? అలా ఐతే హిందువుల మధ్య బందుత్వాన్ని నిషేధించి పై మూడు వర్ణాలకే సర్వం అప్పచెప్పే రామాయణం, రాముడు ఇప్పుడెలా ఆదర్శమవుతాడు?
మనమందరం హిందువులము, బందువులమే అనుకుంటే అందరూ సమానమన్న బుద్ధుడిని, సామ్రాట్ అశోకున్ని ఈ దేశానికి చారిత్రక ఆదర్శ పురుషులుగా బ్రాహ్మణు, మూడార్య వర్ణాలు ఎందుకు ప్రకటించడంలేదు?అందుకు విరుద్ధంగా ఉన్న రాముణ్ని ఎందుకు బ్రాహ్మణులు ఈ దేశానికి ఆదర్శ పురుషునిగా ప్రకటిస్తున్నారు? అంతేకాక ఈ దేశంలోని హిందువులతో సహా ప్రజలందరూ సమానమన్న "భారత రాజ్యాంగాన్ని" కాదని, హిందువులే కాదు, ప్రజలందరూ సమానులు కాదని చెప్పే "మనుధర్మాన్ని" రామ భక్తులు తమ నెత్తిన ఎందుకు మోస్తున్నారు?
ఈ ప్రశ్నలకు సమాధానం మనకు మనం వెతుక్కోవలసిన సమయం ఇది. ఈ చర్చ ఇప్పుడుకాక ఇంకెప్పుడు చేస్తాము... చదువుకున్న వాళ్లం, రాజ్యాంగం ఔన్నత్యం తెలిసిన వాళ్లం, ఆ రాజ్యాంగపరమైన వృత్తులతో, పదవులతో లబ్ధిపొందుతున్న వాళ్లం...
ఇప్పుడు ఆ రాజ్యాంగాన్ని తీసేసి మనుధర్మాన్ని రీప్లేస్ చేద్దామని రామ భక్తుల ముసుగులోని పై మూడార్య వర్ణాలు అంటూ అందుకు రంగం సిద్ధం చేస్తుంటే...
మరి నిజాలని బట్టబయలు చేసి, ప్రతిఘటనకు సిద్ధం కావద్ద!?

కళలను కాపాడుదాం భావితరాలకు మన సంస్కృతి ముందుకు తీసుకు పోదాం ఘనంగా ప్రపంచ రంగస్థల దినోత్సవం ప్రముఖ సంఘ సేవకులు తెలంగాణ జానపద సకల వృత్తి కళాకారుల సంఘం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి వలస సుభాష్ చంద్ర బోస్

నీ మేలుకొలుపు: సిద్దిపేట జిల్లా, మార్చి 27 : కోహెడ మండలం నారాయణపురం గ్రామంలో ప్రపంచ రంగస్థల దినోత్సవ సందర్భంగా తెలంగాణ జానపద సకల వృత్తి కళాకారుల సంఘం కోహెడ మండల కన్వీనర్ గుండ శ్రీనివాస్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశానికి ముఖ్యఅతిథిగా ప్రముఖ సంఘ సేవకులు తెలంగాణ జానపద సకల వృత్తి కళాకారుల సంఘం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి వలస సుభాష్ చంద్రబోస్ వారి చేతుల మీదుగా రంగస్థల కళాకారులకు సన్మానం చేయడం జరిగింది ఈ సందర్భంగా ప్రముఖ సంఘ సేవకులు వలస సుభాష్ చంద్రబోస్ మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కళాకారులకు గుర్తింపు కార్డులు మంజూరు చేస్తుందని ప్రతి కళాకారుడు గుర్తింపు కార్డుల కోసం దరఖాస్తు చేసుకోవాలని ఆయన కళాకారులకు పిలుపునిచ్చారు మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలు, భావోద్వేగాలకు ప్రతిబింబంగా నిలిచేది రంగస్థలం. జీవితం అనే నాటకానికి అద్దం పట్టి, మనలోని మంచి–చెడులను ఆలోచింపజేసే మహోన్నత వేదిక ఇది.
రంగస్థలం కేవలం వినోదం కాదు అది విద్య, అది చైతన్యం, అది సమాజ మార్పుకు శక్తివంతమైన సాధనం.ప్రతి కళాకారుడు తన ప్రతిభతో ప్రేక్షకుల హృదయాలను తాకుతూ, సమాజానికి సందేశాలను చేరవేస్తాడు. ప్రతి సంభాషణలో ఒక సత్యం ఉంటుంది, ప్రతి పాత్రలో ఒక జీవితం ఉంటుంది, ప్రతి ప్రదర్శనలో ఒక సందేశం దాగి ఉంటుంది.
మనం రంగస్థల కళాకారులందరికీ కృతజ్ఞతలు తెలుపుదాం. వారు తమ శ్రమ, నిబద్ధతతో ఈ కళను నిలబెడుతూ, తరతరాలకు అందిస్తున్నారు. గ్రామీణ స్థాయిలోనైనా, మహానగరాల్లోనైనా రంగస్థలం మన సంస్కృతిని నిలబెట్టే శక్తిగా కొనసాగుతోంది.
రంగస్థల కళను ప్రేమించే ప్రతి ఒక్కరికీ,
ఈ కళకు ప్రాణం పోసే నటీనటులకు, రచయితలకు, దర్శకులకు,
మరియు ఈ కళను ఆదరిస్తున్న ప్రేక్షకులందరికీ నా హృదయపూర్వక అభినందనలు తెలియజేస్తున్నాను.రంగస్థలం జీవితం నేర్పుతుంది పాత్రలు మారినా, విలువలు నిలిచిపోతాయి.కళలను కాపాడుకుందాం...
భావితరాలకు మన సంస్కృతిని ముందుకు తీసుకెళ్దాం వారన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ హరి పుష్పలత అశోక్ గవ్వ కమలమ్మ ట్రస్టు వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు గవ్వ వంశిధర్ రెడ్డి తెలంగాణ జానపద సకల వృత్తి కళాకాల సంఘం మండల కన్వీనర్ గుండా శ్రీనివాస్ హనుమాన్ దేవాలయ కమిటీ అధ్యక్షులు రమేష్ శ్రీనివాస్ రెడ్డి సన్మాన గ్రహీతలు బుర్ర మల్లయ్య గౌడ్ సంపత్ తిరుపతి రెడ్డి శ్రీనివాస్ మహిళ కోలాట బృందాలు గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

అంగరంగ వైభవంగా సీతారాముల వారి కళ్యాణం

నీ మేలుకొలుపు : జగిత్యాల జిల్లా, మార్చి 27 : జగిత్యాల జిల్లా గొల్లపెల్లి మండల కేంద్ర శ్రీ కళ్యాణ రామచంద్రస్వామి ఆలయంలోని సీతారాముల వారి కళ్యాణ మహోత్సవం భాగంగా మండలంలోని వివిధ గ్రామాల నుండి వచ్చే భక్తులకు సకల సౌకర్యాలు ఆలయ కమిటీ మరియు ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు అన్ని ఏర్పాట్లను చేశారు.ఉదయం నుండి శ్రీ రామచంద్రస్వామి వారిని సీతమ్మవారిని భక్తులు దర్శించుకున్నారు. 12: 30 సీతారాముల కళ్యాణం కన్నుల పండుగగా జరిగింది. స్వామి వారి కళ్యాణం లో ధర్మపురి సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ రామ్ నర్సింహా రెడ్డి,వారి దంపతులు,ఎస్సై కృష్ణ సాగర్ రెడ్డి దంపతులు మరియు ఆలయ కమిటీ అధ్యక్షులు అనంతుల భూమయ్య,దంపతులు కూర్చున్నారు. ప్రతి సంవత్సరం లాగే ఈ సంవత్సరం కూడా స్వామి వారి కళ్యాణం మహోత్సవంలో భాగంగా అన్నదాన కార్యక్రమని నిర్వహిస్తున్నారు. ప్రజా ప్రతినిధులు, నాయకులు, దీక్షాపరులు స్వామివారిని భారీ సంఖ్యలో దర్శించుకుని స్వామివారి ప్రసాదాలు స్వీకరించారు. ఆలయ కమిటీ సభ్యులు మాట్లాడుతూ దాదాపు భక్తులు నాలుగు వేల మంది స్వామివారిని దర్శించుకున్నారని తెలిపారు. ఈ సంవత్సరం సరైన సమయంలో భోజనాలు ఏర్పాట్లు చేయడం పట్ల వచ్చిన భక్తులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

మార్చి 28 తేదీన జాతీయ లోక్ అదాలత్ జరగనున్నది.

నీ మేలుకొలుపు : సిద్దిపేట జిల్లా, మార్చి 27 :చిన్న చిన్న కంపౌండబల్ కేసులలో కోర్ట్ చుట్టూ తిరుగుతున్న ప్రజలకి ఇదొక మంచి అవకాశం. రాజీ పడ దగిన కంపౌండబుల్ కేసులు, సివిల్ తగాదా కేసులు, ఆస్తి విభజన కేసులు, కుటుంబపరమైన నిర్వాహణ కేసులు, రోడ్డు ప్రమాదాల కేసులు, డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ మరియు టౌన్ న్యూసెన్స్ కేసులు, చెక్ బౌన్స్ కేసులో మరియు ఇతర రాజీ పడ దగిన కేసులలోని నిందితులు , ఫిర్యాదీదారులు సంబంధిత పోలీస్ స్టేషన్ ని లేదా న్యాయస్థానాన్ని నేరుగా సంప్రదించి రాజి పడవచ్చు .చిన్న చిన్న కేసులతో కక్షలు పెంచుకుని కోర్టుల చుట్టూ తిరుగుతూ సమయాన్ని , డబ్బులను వృధా చేసుకోవద్దనీ, రాజి మార్గమే రాజి మార్గమని, జుడిషియల్ డిపార్ట్మెంట్ ఇచ్చిన అవకాశాన్ని ప్రతి ఒక్కరు సద్వినియోగం చేసుకోవాలనీ, పోలీస్ అధికారులు ప్రతి పోలీస్ స్టేషన్లో రాజీ పడ దగిన కేసులను గుర్తించి ఇరువర్గాల వారిని పిలిపించి కౌన్సిలింగ్ నిర్వహించి రాజీ పడేటట్లు అవగాహన కల్పిస్తున్నారు. లోక్ అదాలత్ ద్వారా బాధితులకు సత్వరమే న్యాయం జరుగుతుందని గజ్వేల్ ఏసిపి నర్సింలు తెలియజేశారు.
అదాలత్‌ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు.

చేగుంట పట్టణం లో కన్నుల పండుగగా శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణం

నీ మేలుకొలుపు :మెదక్ జిల్లా, మార్చి 27 : చేగుంట పట్టణం లో శ్రీరామనవమి సందర్భంగా శ్రీ సీతారాముల కళ్యాణ మహోత్సవం సర్పంచ్ సంద్రుగు స్రవంతి సతీష్ పాలక వర్గం ఆధ్వర్యశీలో హనుమాన్ ఆలయంలో కన్నుల పండుగగా శుక్రవారం రోజున జరిగింది .కళ్యాణ మహోత్సవ కార్యక్రమాని పంతులు రాఘవ శర్మ కళ్యాణం జరిపించారు అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ సర్పంచ్ సంద్రుగు స్రవంతి సతీష్ సీతారాముల కళ్యాణం అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు చేగుంట గ్రామ ప్రజల క్షేమం కొరకు లక్ష్మీ గణపతి హోమం ధర్మతాయ హోమం చేసుకొని స్వామివారికి అంగరంగ వైభవంగా ఈరోజు సీతారాముల కళ్యాణం జరిగినది సర్పంచ్ స్రవంతి సతీష్ చేగుంట ప్రజల క్షేమం కొరకు తలంబ్రాలు రెండు ముత్యాలు ప్రతి ఇంటికి చేరాలని ప్రతి ఆడబిడ్డ రాముని యొక్క అనుగ్రహం పొందాలని వారు సంకల్పించినారు. అమ్మవారికి వెండి బార్సింగాలు పావుతులం వస్తే బ్రహ్మం ఇచ్చారు ఆ రాముల వారి అనుగ్రహం ఎప్పుడూ ఉండాలని ఆయన దీవించారు .గ్రామ ప్రజలు హాజరై ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ సంద్రుగు స్రవంతి సతీష్, పాలకవర్గ సభ్యులు, గ్రామ పెద్దలు గ్రామ ప్రజలు అందరూ పాల్గొని స్వామివారిని దర్శించుకుని తీర్థ ప్రసాదాలను,అన్నప్రసాదాన్ని స్వీకరించారు.

జనగామ పాలకుర్తి రోడ్ పై డీసీఎం బోల్తా డ్రైవర్ మృతి

నీ మేలుకొలుపు: జనగామ జిల్లా, మార్చి 27:లింగాల ఘనపూర్ మండలశీ చిటూరు గ్రామం అప్పిరెడ్డి పల్లి క్రాస్ వద్ద ప్రమాదం చోటు చేసుకుంది మొక్క జొన్న లోడుతో వెళుతున్న డీసీఎం అతివేగం అజాగ్రత్తె ప్రమాదానికి కారణమని తెలుస్తుంది
ముల మలుపు వద్ద నియంత్రణ కోల్పోవడంతో ఒక్కసారిగా బోల్తా పడ్డ డీసీఎం ప్రమాదంలో డీసీఎం డ్రైవర్ జహిరుద్దీన్ అక్కడికక్కడే మృతి మృతుడు జహీరుద్దీన్ భువనగిరి నివాసిగా గుర్తించారు సంమాచారం అందుకున్న పోలీసులు ఘటన స్థలానికి చేరుకుని మృతదేహాన్ని పరిశీలించి పోస్టుమార్టం నిమిత్తం ఆసుపత్రికి తరలించారు

అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న మహిళలకు చిరంజీవి సేవ సంఘం ఆర్థిక సహాయం

నీ మేలుకొలుపు: చిత్తూరు జిల్లా, మార్చి 27: ఆంధ్ర ప్రదేశ్ : చిత్తూరు జిల్లా సూళ్లూరుపేట నాదెండ్ల వారి కండ్రిగ గ్రామానికి చెందిన నెలవల సుప్రజ కి మెదడు వాపు వ్యాధితో బాధపడుతుందని తెలుసుకొని ఆర్థిక సహాయం అందించాలని చిరంజీవి సేవా సంఘ0 దాతల సహాయంతో గ్లోబల్ స్టార్ రామ్ చరణ్ తేజ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా చిరంజీవి సేవా సంఘం ఆర్థిక సహాయం అందించడం జరిగినది నెలవల సుప్రజకి వైద్య ఖర్చులకి 23000 అందించిన చిరంజీవి సేవా సంఘం నాయకులు మాభాష నక్క హరిబాబు కయ్యాలకోటి ఆవుల రమణ, చిరంజీవి సేవా సంఘం అధ్యక్షులు మాభాష మాట్లాడుతూ దాతలు సహకారంతో వైద్య ఖర్చులకి మెదడు వాపు వ్యాధితో బాధపడుతోంది. తెలుసుకొని ఆమెకు ఈరోజు అందజేశామని ఆమె త్వరగా కోలుకోవాలని ఆ భగవంతున్ని ప్రార్థిస్తున్నామని అన్నారు అలాగే దాతలు ఎవరైనా ముందుకొచ్చి ఆ కుటుంబాన్ని ఆదుకోవాలని కోరుతున్నామని అన్నారు

శ్రీ సీతా రామచంద్ర స్వామి కళ్యాణోత్సవానికి హరీష్ తన్నీరు ప్రత్యేక కానుక. అంతా రామ మయం... జగమంతా రామ మయం. శ్రీరామ నవమి శుభ దినాన... ప్రతి నోట రామ నామ స్మరణం.

నీ మేలుకొలుపు : సిద్దిపేట జిల్లా, మార్చి 27 : సిద్దిపేట లో మాజీ మంత్రి ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు ఫల పుష్పాల సమర్పణ.
సిద్దిపేట నియోజకవర్గం లోని 60 దేవాలయాలకు శ్రీరామ నవమి కళ్యాణోత్సవ కానుక గా ఫల పుష్పాలు పంపించిన హరీష్ రావు . సిద్దిపేట పట్టణం లోని 30 ఆలయాలకు, రూరల్ మండలాల లో 30 ఆలయాలకు హరీష్ రావు తరుపున సమర్పించిన కౌన్సిలర్స్ పార్టీనాయకులు. శ్రీ సీతా రామ చంద్ర స్వామి వారి ఆశీస్సులతో హరీష్ రావు పై ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని ప్రార్థించారు.

Printed by SIRIGIRI VARADARAJU and Published by SIRIGIRI VARADARAJU on behalf of SIRIGIRI VARADARAJU,and Printed at: Kanthi Publications, Door No:2-504/1,Adityanagar colony,Arasavalli, Srikakulam, Andhra Pradesh State,532401, India,Printed and Published and Owned by SIRIGIRI VARADARAJU Door No:18-11-12/1,Krishnanagar, Rajamahendravaram,East Godavari