

మరో 11 మందికి

యావజ్జీవ కారాగార

శిక్ష విధింపు

ప్రత్యేక కోర్టు తీర్పును

సమర్థించిన హైకోర్టు



ప్రతి రంగూ ఓ నిజం

బుధవారం 8 జులై 2026 సంపుటి: 1 సంచిక: 21 పేజీలు 12 వెల: 6.50

Published from: Hyderabad, Karimnagar, Warangal, Khammam, Nizamabad, Mahabubnagar Adilabad



కాళేశ్వరంపై అసెంబ్లీలో ప్రత్యేక చర్చ

కేసీఆర్ సరేనంటే..ఎంత సమయమైనా కేటాయిస్తాం
కేసీఆర్ వాదన సరైనదయితే..ప్రాజెక్ట్ నిర్వహణ అప్పగిస్తాం
కాళేశ్వరం కమిషన్ ప్రాజెక్ట్ అన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
నిపుణుల సలహాలు పక్కన పెట్టడంతోనే సమస్యలు

కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు విషయంలో గత టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ పై తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిపరలు చెరిగాడు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టుపై మాజీ సీఎం కేసీఆర్ కు ఓపెన్ ఛాలెంజ్ విసిరారు. కేసీఆర్ ఎవరెడు లెటర్ రాస్తే... అవరెడే అసెంబ్లీ సమావేశమై ఏర్పాటు చేయడానికి తాము సిద్ధంగా ఉన్నామని ప్రకటించారు. కాళేశ్వరంపై అసెంబ్లీలో ప్రత్యేక చర్చ పెడదామని, ప్రతిపక్ష నేతగా కేసీఆర్ ఎంత సమయం మాట్లాడాలనుకుంటే అంత సమయం ఇస్తామని స్పష్టం చేశారు.

- హైదరాబాద్, జులై 7 (సింగిడి)

రాష్ట్రంలో డిజిటల్ గవర్నెన్స్ దిశగా అడుగులు

ప్రజలకు మెరుగైన సేవలను అందించడమే లక్ష్యం

పరిపాలన వ్యవస్థను పూర్తి స్థాయిలో డిజిటలైజేషన్

కాంట్రాక్ట్, జిట్ సోల్యూషన్ ఉద్యోగులకు ఆన్లైన్లోనే జీతాలు

ఉన్నతస్థాయి సమీక్షలో సీఎం రేవంత్ ఆదేశాలు

తెలంగాణ అభివృద్ధిలో మహిళలు, పిల్లలదే కీలక పాత్ర

నాచారంలో బాలామృతం ప్లాంట్ ప్రారంభంలో సీఎం రేవంత్

వర్షాలకు వయనాడ్ అతలాకుతలం

కేరళలో భారీ వర్షాలు

కొండచరియలు విరిగిపడి ముగ్గురు మృతి

మట్టి దిబ్బల కింద పలువురిని కాపాడిన సిబ్బంది

సహాయక చర్యలకు అడ్డంకిగా మారిన వాతావరణం

వర్షాలపై సీఎం అత్యవసర భేటీ

వయనాడ్ కు ఇద్దరు మంత్రులు

దక్షిణ కొరియాలో కొనసాగుతున్న లోకేష్ పర్యటన

వివిధ కంపెనీలతో పెట్టుబడులపై విస్తృతంగా చర్చలు

హ్యుందాయ్, మోటార్ ఉన్నతస్థాయి ప్రతినిధులతో లోకేష్ భేటీ

బిఎల్వోలను బెదిరిస్తున్న ఎంఐఎం

సిఇవోకు ఫిర్యాదు చేసిన బిజెపి నేతలు

ధరణి పోర్టల్ తో భూ అక్రమాలు సమగ్ర దర్యాప్తు దిశగా ప్రభుత్వం చర్యలు

సిట్ వేసే యోచనలో ప్రభుత్వం

హైదరాబాద్, జులై 7 (సింగిడి):

ధరణి పోర్టల్లో జరిగినట్లు ఆరోపణలు వస్తున్న అక్రమాలపై తెలంగాణ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకునే దిశగా అడుగులు వేస్తోంది. భూ రికార్డులు, రిజిస్ట్రేషన్ జరిగిన అవకతవకలపై సమగ్ర విచారణ చేపట్టేందుకు ప్రభుత్వం సిద్ధమవుతోంది. ఇందుకోసం విజిలెన్స్ విభాగం ద్వారా లేదా ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం ఏర్పాటు చేసి విచారణ జరిపించే అంశాన్ని పరిశీలిస్తున్నట్లు సమాచారం. ఇప్పటికే వెలుగులోకి వస్తున్న అక్రమాలపై ప్రభుత్వం తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. భూమి యజమాని వెలిముద్ద, ఓటిపీ డ్రువీకరణ లేకుండానే రిజిస్ట్రేషన్ జరిగినట్లు ఆరోపణలు రావడం కలకలం రేపుతోంది. భద్రతా వ్యవస్థలను భేషాన్ చేస్తూ ప్రత్యేక సాఫ్ట్వేర్లను వినియోగించి లావాదేవీలు నిర్వహించినట్లు ప్రాథమిక సమాచారం వెల్లడిస్తోంది.

జరిగే గ్రామాల రైతులకు రుణమాఫీ చేయాలని నిర్ణయించింది. ఈ ఏడాది జనవరి 6లోగా రుణం తీసుకున్న వారికి ఈ మాఫీ అమలవుతుంది. సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన 63వ సీఆర్డీ సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో మంత్రి నారాయణ, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సాయిప్రసాద్, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. రెండో దశ ఫార్మింగ్లో భూములిచ్చిన రైతుల గురించి చర్చించారు. రైతులకు యాన్యుటీ, వ్యవసాయ రుణమాఫీ, ల్యాండ్ బ్యాంక్ ఏర్పాటు, మంతుల కమిటీ సిఫారసు మేరకు వివిధ సంస్థలకు భూ కేటాయింపులపై చర్చించారు. ఇనాం భూముల కోసం దేవాదాయ శాఖల ద్వారా 159 కోట్లు చెల్లించేందుకు ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపింది. అమరావతి 25 టౌన్షిప్లో ఒక ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్ ఉండేలా చూడాలని సీఎం దిశానిర్దేశం చేశారు.

భూములు ఇచ్చిన రైతులకు 40 వేల కొలు పదేళ్లపాటు అమలు చేయాలని నిర్ణయం

జనవరి 6లోగా రుణం తీసుకున్న వారికి రుణమాఫీ అమలు

ల్యాండ్ ఫూలింగ్ కు అంగీకరించని వారిపై భూసేకరణ కత్తి

ఇనాం భూముల కోసం దేవాదాయ శాఖకు రూ.159 కోట్లు చెల్లింపు

చంద్రబాబు అధ్యక్షతన 63వ సీఆర్డీ సమావేశంలో కీలక నిర్ణయాలు

అమరావతి, జులై 7 (సింగిడి):

సీఆర్డీ సమావేశంలో ఏపీ ప్రభుత్వం పలు కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంది. 2024 జూన్ నుంచి భూములిచ్చిన వారికి రూ.40వేలు కొలు ఇచ్చేందుకు ఆమోదం తెలిపింది. భూములు ఇచ్చినప్పటి నుంచి 10ఏళ్లపాటు ఇది అమలు కానుంది. గ్రామకలరాల్లో భూమి కోల్పోతున్న వారికి ఏటా రూ.10వేలు ఇచ్చేందుకు అనుమతిని ఇచ్చింది. కొత్తగా ఫూలింగ్

జరిగే గ్రామాల రైతులకు రుణమాఫీ చేయాలని నిర్ణయించింది. ఈ ఏడాది జనవరి 6లోగా రుణం తీసుకున్న వారికి ఈ మాఫీ అమలవుతుంది. సీఎం చంద్రబాబు అధ్యక్షతన 63వ సీఆర్డీ సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో మంత్రి నారాయణ, ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సాయిప్రసాద్, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. రెండో దశ ఫార్మింగ్లో భూములిచ్చిన రైతుల గురించి చర్చించారు. రైతులకు యాన్యుటీ, వ్యవసాయ రుణమాఫీ, ల్యాండ్ బ్యాంక్ ఏర్పాటు, మంతుల కమిటీ సిఫారసు మేరకు వివిధ సంస్థలకు భూ కేటాయింపులపై చర్చించారు. ఇనాం భూముల కోసం దేవాదాయ శాఖల ద్వారా 159 కోట్లు చెల్లించేందుకు ప్రభుత్వం ఆమోదం తెలిపింది. అమరావతి 25 టౌన్షిప్లో ఒక ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్ ఉండేలా చూడాలని సీఎం దిశానిర్దేశం చేశారు.

సింగరేణికి తాడిచర్ల-2 బొగ్గు గనులు

182 మి.టన్నుల బొగ్గు ఉత్పత్తికి అవకాశం

సింగరేణికి రూ.75 వేల కోట్ల ఆదాయం కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి వెల్లడి

తాడిచర్ల-2 బొగ్గు గనుల్ని సీఎం రేణికి ఇవ్వడానికి ప్రధాని మోదీ అంగీకరించినట్లు కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి వెల్లడించారు. ఆ బొగ్గు గనులకు సంబంధించి ఈ రోజు తాను సంతకం చేసినట్లు చెప్పారు. తాడిచర్ల-2లో 182 మి.టన్నుల బొగ్గు ఉత్పత్తికి అవకాశము ఉన్నాడు. మరో 40-50 ఏళ్లపాటు బొగ్గు ఉత్పత్తి చేయొచ్చున్నారు.

హ్యుడెల్లీ, జులై 7 (సింగిడి)

కేంద్రానికి కృతజ్ఞతలు

డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క

వేగంగా భోగాపురం ఎయిర్పోర్టు ఏనులు

నిర్ణీత సమయానికి జిఎంఆర్ సంస్థ నిర్మాణాలు ప్రధాని చేతుల మీదుగా ఎయిర్పోర్ట్ ప్రారంభం పనులపై సమీక్షించిన కేంద్రమంత్రి రామ్మోహన్ నాయుడు



ప్రజా సమస్యలపై పద్మానగర్‌లో ఎమ్మెల్యే పాదయాత్ర

ప్రజల మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించడమే లక్ష్యం

ಎಮ್ಮೆಲ್ಯೆ ಕೆಪಿ ವಿವೆಕಾನಂದ್

కుత్తులూపూరి, జూలై 7 (సింగిడి) : కుత్తులూపూరి పరిపాలకసంఘం 285 - వదాసు నగర్ డివిజన్ ఏర్పాటుకొని ఫీట్ లాట్ వివిధ శాఖల ఆధికారాలతో కలిసి ప్రజా సమస్యలపై ఆధారపడి ఎన్ని ఏప్, ఎమ్మెల్యే కేటీ. వివేకానంద్ పాదయాత్ర నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రోడ్ నెంబర్ 22 నుంచి రూ.28 లక్షలతో నిర్మించిన నూతన సీటీ రోడ్డును ప్రారంభించారు. అంతరంగ కాలనీలో పాదయాత్ర నిర్వహిస్తూ సానికల సమస్యలను స్వయంగా ఆడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా సానిక మహిళలు తాగునీరు సరఫరా లో-పైసరి కారణంగా ఎదురవుతున్న అబ్బిందులను, తెలుగులను చౌదానీ వద్ద రోడ్డుపై నిత్యం ముందుగురిని ప్రవహిస్తూ ప్రజలకి తీవ్ర ఆనాకర్యం కలిగిస్తున్న సమస్యను ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకువచ్చారు. వెంటనే స్పందించి ఎమ్మెల్యే సందర్శించి ఆంధ్రప్రదేశ్ సమస్యలను త్వరితగతిన పరిష్కరించాలని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ, ప్రజలకు నాణ్యమైన మౌలిక వసతుల కల్పించడం, ప్రతి కాలనీని సమగ్రంగా అభివృద్ధి చేయడమే తమ లక్ష్యమని అన్నారు. ప్రజల అవసరాలకు అనుగుణంగా రోడ్లు, డ్రైనేజీలు, తాగునీరు వంటి



మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధికి నిరంతరం కృషి చేస్తూ, ప్రజల జీవన ప్రమాణాలను మరింత మెరుగుపరచే దిశగా రానున్న రోజులలో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను కొనసాగిస్తామని తెలిపారు. తెలంగాణ చారస్థాలో మురుగునీరు ఓవర్ ఫ్లో కాకుండా నూతన డ్రైనేజీ వ్యవస్థ ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు క్రాసినీటి నువ్వు పరిష్కారానికి తగిన చర్యలు చేపట్టాలని అధికారులను అనేకించారు. ఈ కార్యక్రమంలో జి.ఎస్.ఎస్. ఏకల అభిరూప, వాలర్ వర్గ్ మేనేజర్

శివప్రసాద్, సమైజికకవర్ యువజన అధ్యక్షులు
దేవరహిద్దా సోమేష్ యార్దే, డివీజన్ అధ్యక్షులు
దేవరహిద్దా శ్రీనివాస్, ప్రధాన కార్యదర్శి నత్తి
రెడ్డి, సీనియర్ నాయకులు కిషోర్ చార్
బొంబాయి శీను, రాకేష్ జాగం, ముప్పుర రెడ్డి
ఎం.డి. నజీరుద్దీన్, రమణారెడ్డి, ఆంధ్రనేలయల్
వెంకటేశ, దుర్గా రెడ్డి, కల్లెం శ్రీనివాస్, అలాగే
కాలనీ ప్రతినిధులు శౌరి రాజ్, కేదార్ నాథ్
సంకల్త సాయి, దశరథ్, రామే దాస్, సంతోష్
విలా నగేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వెంకట్రావుపేట పాఠశాల ఉపాధ్యాయుల
డిప్యూటీషన్ రద్దుకు అధికారుల హామీ



అవసరగల్గు, జూలై 07(సోనిడి): తలకొండపల్లి మండల పరిషత్తులో, వెంకట్రావుపేట పాఠశాలలో విద్యార్థుల దృఢబుద్ధులకు అందకరాలనే పదకొండే, 50 మందికి పైగా విద్యార్థులు ఉన్నారు. కేవలం ఇద్దరు ఉపాధ్యాయులుతోనే నెలవారీ సమావేశం పరిచింది. గ్రామ స్వర్గంను ఇబ్బడి మహమ్మేదాస్ తనకు తీసుకుని, దిమ్మతేలున్న వైదగన, జె.పాఠాల్, ఎస్. శ్రీధర్, కె. లక్ష్మీలను తిరిగి రమ్మంనాటిని అధికారులను చేరుకున్నారు. జిల్లా అదనపు విద్యాకాశ దైర్యకర్త పూర్వరంగుల రామి, మండల విద్యాకాశ అధికారి పంపిణీ నాయకులకు దానిపై మండల అధికారుల, ఉపాధ్యాయుల సామర్థ్యాల స్పందనతో విద్యార్థుల్లో ఆసక్తి పెరిగిందని, గాజుబుట్ల పద్మి అందరికీ మూలాని గ్రామస్థులు కోరుతున్నారని

సర్ హెల్ప్‌లైన్ ప్రారంభం

తోకల శ్రీనివాస్ రెడ్డి

కాశీద్రవంగర్, జాత్రు 7
(సంగీది): భారత విప్లవకల
సంఘం దేశభావప్రంగా
నిర్వహిస్తున్న ప్రత్యేక ఓటర్ల
జాబితా సవరణ
కార్యక్రమంలో భాగంగా,
కాశీద్రవంగర్ నియోజకవర్గం
ప్రజలకు అవసరమైన
సహాయం, మార్గదర్శకత్వం
అందించేందుకు ప్రత్యేక
హెల్ప్ లైన్స్ ప్రారంభించినట్లు
విజ్ఞాపిస్తూ కార్యవర్గ సభ్యులు, నియోజకవర్గ కంప్లెక్స్
మీటింగ్ తోకల శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు.
శ్రీనివాసం నియోజకవర్గంలో జీజీపీ ప్రధాన
కార్యాలయంలో ఈ హెల్ప్ లైన్ సేవలు అందుబాటులోకి
వచ్చాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన
మహిళాతూతా, ఓటరు జాబితా సవరణ ప్రక్రియ ప్రతి
పౌరుడి ప్రజాస్వామ్య హక్కులకో ముదిపడి ఉందని
సాధించారు. అర్హుడైన ప్రతి పౌరుడు ఓటరుగా సమాచార
కాపాడం, ఇప్పటికే ఉన్న ఓటర్లు తమ వివరాలు
సరిచూపుకొని అవసరమైన సవరణలు చేసుకోవడం
అత్యంత ముఖ్యమైన ఆయన పేర్కొన్నారు.

చట్ట ప్రకారం
కోర్టు అనుమతి
తీసుకున్నాం
జిల్లా ఎస్పీ
పరితోష్ పంకజ్



1485.75 కిలోల ఎండు గంజాయి,
5 కిలోల ఆల్కాజోలం దహనం

సంగారెడ్డి జ్యూరీ, జూలై 7 (నెంఁగిడి): జిల్లాలో వివిధ పోలీసు స్టేషన్లలో యన్.డి.పి.యన్. చట్ట ప్రకారం నవమెర్ల కేసులోని సీట్ సేయబడిన ప్రభుత్వ సీట్లపై 1485.75 రోజుల ఎందు గంజాయి, 5 కోటిల ఆల్కహాల్లను చట్ట ప్రకారం కోర్టు ఆనుమతి తీసుకుని, జిల్లా డ్రగ్స్ డిస్పెన్సరీ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం సంగారెడ్డి జిల్లాలోని పోలీసుమెర్లం పాలిక్రామిక్ కవర్లలోని మెడికల్ పరికరాలను ఇన్స్పెక్షన్ ప్రక్రియ ద్వారా పర్యావరణ కాలుష్య నియంత్రణ విభాగంలోని పాడినూర్ హసాన చేయూర్ జరిగినది జిల్లా సస్పై పరిశోధన పంక్తి తెలియజేసారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సీ ముఖ్యమంత్రి యన్.డి.పి.యన్. యూక్ టీఎన్ నియమనిబంధనల ప్రకారం జిల్లాలోని పలు పోలీసు స్టేషన్లలో నిల్వ ఉన్న ప్రభుత్వ సీట్లపై ఎందు గంజాయి, ఆల్కహాల్లను, సు రోజు హసాన చేయూర్ జరిగినది జిల్లావారు. కొందరు అక్రమార్కంలో భాగంగా అక్రమ

అలాట్రోలీల అం తయారీ, గంజాయి సాగు, విక్రయస్తూ పట్టణ, గ్రామీణ ప్రాంతాల్లోని యువతను ప్రలోభాకం గురి చేస్తూ మత్తుల్లోకి లాగుతున్నారని అన్నారు. జిల్లాలో అసామాన్య, చట్ట వ్యతిరేక కార్యకలాపాలను అరికట్టడానికి జిల్లాలో స్పెషల్ టాస్క్ ఫోర్స్ టీం లను ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని, ఈ టీమ్స్ విజ్ఞాన వ్యాప్తిగా విస్తృత స్థాయిలో తనిఖీలు నిరవహిస్తూ దాడులు చేస్తున్నట్లందం జరిగిందని అన్నారు. జిల్లాలో ఎవెన్యూ గంజాయి, ఇతర మత్తు పదార్థాలను విక్రయించి, సరఫరా చేసేలా, రోదా సాగు చేసేన తీరిన చర్లలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఈ డ్రగ్ డిస్కాజిబిల్ కార్యక్రమంలో అదనపు సీనియర్ ఇన్స్పెక్టర్, పబ్లిక్ రిలేషన్స్ సురందర్ రెడ్డి, ఐడికెఆర్ ఎన్నియోమెంటల్ పరిశ్రమ మేనేజర్ శివారెడ్డి, డి.ఐ.ఎల్. ఇన్స్పెక్టర్ రి.రమేష్, ఎస్-న్యూల్ ఇన్స్పెక్టర్ నాగేశ్వర్ రెడ్డి, భానూర్ ఇన్స్పెక్టర్ విజయ కృష్ణ, సంబంధిత ఎస్. హెచ్. టి.లు ఉన్నారు.

ముస్లింపల్ కమిషనర్‌కు వినతిపత్రం అందజేత

దుర్భాక, జూలై 7 (నంబి): సిద్దిపేట జిల్లా దుర్భాక మున్సిపల్ పరిషత్ నిర్వహించే ప్రైవేటు, సీసీ రోడ్ల వసూళ్ల కాపాట్ల ప్రయత్నాల వాంఛించడం లోని ఆరోపణల సీపీఎం దుర్భాక పట్టణ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ మహేష్ కుమార్ కి మంగళవారం విచిత్రతరం నమర్చారు. జిల్లా పరిషత్లో సీపీఎం సిద్దిపేట జిల్లా కార్యదర్శిని పట్టించి, ఛాన్సర్ల మూలకదంతా, దుర్భాకలోని సరస్వతినగర్ బాకర్ల కన్వత్ పాఠశాల ప్రధాని కె.కె. పవన్ డిజివల్ నిర్వహించే ట్రైనింగ్ ఛెంటర్ నిర్మాణం పూర్తికావాలి కాలిబరేటర్ల ద్వారా లోపాకట నిర్దేశనాని విమర్శించారు. మున్సిపల్ పరిషత్లోని వివిధ కార్యక్లాం కొనసాగుతున్న సీసీ రోడ్లు, ప్రైవేట్ నిర్మాణాల్లో నిర్మాణాధికారి సీమెంట్ వినియోగించునని, ఇంకవక బదులుగా అధికంగా డస్ట్ నిర్మాణం కలిపి ములు మేపడమనానని ఆరోపించారు. దీనిపై నిర్మాణాల

తత్పున కాలంలనే దెబ్బతినే ప్రణాధనం వృధా అవుతుందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటించకుండా వసలు చేసేదుతు పాల్గొన్నారన్న కఠిన వర్ణన తీసుకుని, వారిని బ్లాక్‌లొక్కటే చేర్చాలంటే డిమాండ్ చేశారు. అలాగే నాణ్యతను పర్యవేక్షించాలని అధికారులు త బాధ్యతను నవగృహా నిర్మింపకుండా కొరల్కాక్రమణ రాజీ పడుతుంటే ఆరోపించారు. నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటించకుండా చేసేదన్న నిన్నా బిల్లులను వెంటనే నిలిపివేసి, ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న డ్రైనేజీలు, నీటి నిర్మాణాలపై అధికారులు నిరంతర పర్యవేక్షణ చేయాలి. నాణ్యతలో ఎలా రాజీ పడుకుండా వర్ణన తీసుకున్నావని కోరారు. టెన్డర్లలో ప్రజలను సమీకరించి ఆందోళన కార్యక్రమాలు చేపడతామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీపీఎం నాయక పల్లణ కార్యదర్శి కొంపలి భాస్కర్, తయారులు ఎం.డి. సూర్య్, కంపే ఎల్లయ్య, ఎల్లూరి రవికుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో ప్రజలకు
నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందించాలి

పీహెచ్సీలు, యూపీహెచ్సీల్లో సదుపాయాల కల్పనకు ప్రత్యేకచర్యలు

జిల్లా కలెక్టర్ ప్రతీక్ షెన్

సినగార్ల బ్యారో, జూలై 7 (సింగిడి): జిల్లాలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులకు వచ్చే ప్రజలకు నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందించేందుకు వైద్యులు ప్రత్యేక పనిని నిర్వహించి జిల్లా కేంద్రాల్లో సేవలకు జైన్ అవేశారు. జిల్లాలోని 31 ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలు, 4 పట్టణ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాలలో కనీస మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించేందుకు చర్చలు చేపట్టాలి నూనించారు. మంగళవారం కలెక్టర్ల మీన్ సమావేశం ముగిసిన తర్వాత ఓడరాల్మీ ద్వారా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారులు, పీహెచ్ఐ, యూపీహెచ్ఐ వైద్యులతో సేవసాపాదించి సమగ్ర సమావేశంలో కలెక్టర్ల పలు అంశాలపై దిశనిర్దేశం చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులకు వచ్చే రోగులకు నిలాంటి ఆశాకరణల కలిగకుండా అన్ని వనతులు కల్పించాలని ఆయన. ఆసుపత్రులో కాగునీటి సౌకర్యం, పరిశుభ్రమైన మరుగుదొడ్లు, విద్యుత్తు సెంటర్, లైటింగ్, స్పాన్సర్, ఇతర సౌకర్యాలను మరమ్మత్తులు చేపట్టేందుకు అవసరమైన అంచనా ప్రతిపాదనలను వెంటనే సమర్పించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రతి పీహెచ్ఐని అన్ని ఆసుపత్రుల భలోపేతం చేసే ప్రజలకు మెరుగైన వైద్య సేవలు అందించేలా



చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. హెచ్ఎఫ్ఎ వ్యాక్సిన్‌షన్ పూర్తిగాతిని సమీక్షించిన కలెక్టర్, లక్షక వ్యాక్సిన్ వెయిటేజీని ప్రాంతాల్లో ప్రత్యేక కార్యక్రమాల ద్వారా చేపట్టి ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించి, అర్హతను ప్రతి ఒక్కరిలో వ్యాక్సిన్‌షన్ అందేలా కృషి చేసి వంద శాతం లక్ష్యాన్ని సాధించాలని ఆదేశించారు. మధ్యాహ్నం దృష్టిలో ఉంచుకుని దెంగ్గూ, చికునగియా, డిప్తెరియా తదితర సీజనల్ వ్యాధులు ప్రజలకురా ముందుకు చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. ఈ ఓడీయా క్యాంపెయిన్ లో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి, డాక్టర్ లలితాదేవి, డిప్యూటీ డీఎంహెచ్‌ఎస్, డాక్టర్ శతాంకం పాల్గొని, గూడుపాడిపల్లి వైద్యులు, పాతాళం వారి సహానుభవం

ట్రాఫిక్ నియమాలు చిన్నప్పటి నుంచే నేర్చుకోవాలి

మల్కాజిగిరి సిటీ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్ అసోసియేట్ డైరెక్టర్ సావిత్రి

[illegible]

వినియోగించడం, ట్రాఫిక్ సిగ్నల్స్ను గౌరవించడం, లేనే క్రమశిక్షణ ఉంచడం, అతివేగం, వాహనం నడుపుతూ మైబైల్ ఫోన్ వినియోగం రాంగ్ సైడ్ డ్రైవింగ్, డ్రిటివ్ రైడింగ్ వంటి ప్రమాదకర అవాల్తునను నినారించడాల్సిన అవసరంన్న విషయించారు. అలాగే ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతనుపైసు రహదారి వినియోగదారులూ మారి తమ వసరలకు రహదారి భద్రతపై అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో 500 మందికి పైగా విద్యార్థులు మరియు అధ్యాపకులు, ఉత్పాదకంగా పాల్గొన్నారు. చివరగా ప్రతి ఒక్కరూ ట్రాఫిక్ నియమాలను ఉల్లంఘించే పాటికి రహదారులను మరింత సురక్షితంగా మార్చగలరు. తమ వంతు బాధ్యతను నిర్వహించాలని అతిథురాలు విలపించారు. జి. పవన్ కుమార్ రెడ్డి ఇన్స్పెక్టర్ ఆఫ్ పోలీస్ అల్ట్రా ట్రాఫిక్ పోలీస్ స్టేషన్ ముఖ్యఅధికారిమహాపరస్మే నిఖిల్ అగ్రవాలా.

ముచ్చింతల్ సమతా మూర్తిని దర్శించుకున్న గవర్నర్ సతీమణి

రాజేంద్రనగర, జూలై 7 (సింగపూ): తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ శివ ప్రతాప్ శర్మకు సత్తిమణికి జానకి శర్మకు మంగళశరారు కంపెనీలో ముంబైలోని కొలెబ్బ ఉన్న ప్రముఖ ఆధ్యాత్మిక కేంద్రం 'సామ్య ఆఫ్ ఈకానోమీ' (సమతా మూర్తి) నే నందర్బాదారు. ఈ సందర్భంగా ఆలయ ప్రాంగణానికి చేరుకున్న గవర్నర్ సత్తిమణికి ఆలయ నిర్మాతలు, ఆర్కుకులు పూర్వకంభంతు పున సాగనం పలికారు. అనంతరం ఆమె 216 ఆదగల వత్తెన శ్రీ రామనాజుదార్శుల మహా విగ్రహాన్ని భజనశలశాలో దర్శించుకున్న ప్రత్యేక పూజలు



నిర్వహించారు. "సమతా మూర్తి కేంద్రంలోని ఆధ్యాత్మిక వాతావరణం, ఇక్కడి శిల్పకళా చాతుర్యం ఎంతో అద్భుతంగా

శివాయి..”అలరు (ప్రాంగణంలో) ప్రతిష్ఠించిన 108 దివ్య దేశాలను ఆమె ప్రత్యేకంగా పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా అలరుని నిర్వాహకులు ఆమెకు శ్రీ రామానుజాచార్యుల జీవన విశిష్టతను, ఆయన అందించిన సమానత్వ సందేశాన్ని అలాగే ఈ క్షేత్రం నుంచుకు ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. రామానుజాచార్యుల జీవనల పట్ల ఆమె ఆసక్తిని కనబరిచారు. దర్శనాన్ని అలరుని వేద పండితులు జానకి కుమార్తె తీర్థప్రసాదాలు అందజేసి, వేదాభ్యర్థనను చేశారు. ఈ ఆధ్యాత్మిక పర్యటనలో రాజ్‌ధవని ఆధికారాలు, అలరు కమిటీ ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

అణు నిర్మాణాల గణిత

నమూనాపై పరిశోధనకు పీహెచ్.డి.

పటాచార్య, జూలై 07(సింగిడి): హైదరాబాదులోని గీతం స్కూల్ ఆఫ్ సైన్స్, గణిత, గణాంక శాస్త్ర విభాగం పరిశోధక విద్యార్థిణి జైనా ప్రభువిద్యార్థి కు అర్హత సాధించారు. 'టోపాలాజికల్ సూచికలను ఉపయోగించి అణు నిర్మాణాల గణిత సమూహాల రూపకల్పన' అంశంపై డిప్లొమెంటిక్ విధానంపై ఆమె పూర్తి స్థాయి పరిశోధక విద్యార్థిగా అద్యయనం చేసి, సిద్ధాంత వ్యాసాన్ని సమర్పించారు. ఈ పరిశోధకుకు మార్గదర్శనం పట్టావున్న గీతం స్కూల్ ఆఫ్ సైన్స్ గణిత శాస్త్ర విభాగం నేతృత్వంలో ఉన్నది.

విజయశిఖర ఆనామనాథుని ప్రభువని ద్వైతం జె. విజయశిఖర మంగళవారం విడుదల చేసిన ప్రకటనలో ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. ఈ ద్వైతంలో పరిశోధన, గణనచరంగా అధిక శ్రమతో కూడిన కన్యాశుల్కం-రసాయన పద్ధతిపై ఆధారపడకుండా, అణు నిర్మాతలకు సమాన హక్కునిచ్చేలా పరిశోధన, పట్టి భౌతిక, రసాయన ధర్మాలను కచ్చితంగా అంచనా వేయడానికి గ్రాఫీ సిద్ధాంతం యొక్క అనువర్తనాన్ని ఆసక్తిపింపించిన విషయంవారు. ఈ పరిశోధన, అలిఫాటిక్ కిటీన్లు, కార్బన్ ఆమ్లము, క్వాటర్నరీ నిరోధక సమూహాలతో సహా వివిధ రకాల అణువులను విశ్లేషించడానికి టోటాలజిటిక్ సమీక్షల ఆధారంగా గణిత సమస్యలను అభివృద్ధి చేయడంవారు. ఈ సమస్యలను జ్యామితీయ సాగుం, ప్రవృద్ధిచేసే సాగుం, మోలార్ ఘనసాంద్రత, ఎంథాల్పీ, పోలరైజేషన్ వంటి కీలక అణు ధర్మాలను అధిక కచ్చితత్వంతో విజయవంతంగా అంచనా వేసేసాగుం తెలిపారు. ఈ అధ్యయనం గ్రాఫీ సిద్ధాంతాన్ని మాతృకగల మోడల్స్ ను సాగుం ఒక సరళమైన, సమృద్ధిగన, గణనపరికరం సమర్థవంతమైన విధానంగా రుజువు చేస్తుందన్నారు. ఇది ఉపవ్యూహీకరణ కెమిస్ట్రీ ఫార్మాటానిటీతో పరిశోధన, మోడలింగ్ నుండి, సైన్స్, బెండ్ అనివారణలో ముఖ్యమైన అనువర్తనంగా అందిస్తుందని తెలిపారు. ఇది గ్రాఫీ నిర్మాణం, మాతృకగల సైన్స్ మధ్య సంబంధాన్ని బలోపేతం చేయడం ద్వారా అభివృద్ధి చెందుతున్న గణిత రసాయన శాస్త్ర రంగాన్ని రికార్డు జలవరసంపందన్నారు. ఇది సమయంలో, కృత్రిమ మేధస్సు (ఎఐ), మెషిన్ లెర్నింగ్ వంటి వు విశిష్టతల చేసే భవిష్యత్తు పరిశోధనల అభివృద్ధిని పూచాదని అందిస్తుందని వివరించారు.ద్వైత ప్రణాళి సిద్ధాంత వ్యాసం కీహెచ్.ఐ. పట్నకు అరత సాధించడం పట్ల గతం హైదరాబాదు ఆదనవంతు ఉపకుమారతల్ల ప్రభువని డి.వి.వార్తా, గతం చలనచిత్ర ద్వైతరీ డిజిటివీవీఆర్ వర్గం న్యూఢల్ అఫ్ సైన్స్ ద్వైతరీ ద్వైతరీ పం.రెజా, గతక, గతాఢత శాస్త్ర విభాగాధిపతి ద్వైతరీ జాడవీ గణేషి, పలు విభాగాల అధిపతులు, అధ్యాపకులు, సిబ్బంది తదితరాలు అభినందించినట్లు ఆ ప్రకటనలో వేర్పాన్నారు.

దుబ్బాకలో నాణ్యత లేని డ్రైనేజీలు, సీసీ రోడ్ల నిర్మాణాలు



గ్లాసుడు తాగితే చాలు! కాలేయాన్ని శుద్ధిచేసే క్యారెట్లు!

ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో కాలేయం కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది మన శరీరంలో కంకి పైగా విధులను నిర్వహించే ఒక ముఖ్యమైన అవయవం. హార్డ్‌వర్క్ ఉత్పత్తి, ప్రోటీన్ల సంశ్లేషణ వంటివి కీలకమైన పనులు ఇది నిర్వహిస్తుంది. అయితే జీవనశైలి కారణంగా కాలేయంపై ఒత్తిడి పెరుగుతుంది.



ముఖ్యంగా సేదీ కాలంలో ఫ్లావీ లివర్ సాధారణ సమస్యగా మారింది. తప్పుల ఆహారపు అలవాట్లు కారణంగా ఫ్లావీ లివర్ సమస్య తలెత్తింది. కానీ కాలేయాన్ని నిర్మూలకరణ చేసి, ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడటంలో కారెట్లు కీలకంగా పనిచేస్తాయి.

క్యారెట్లు, ఆపిల్ వండ్లు, ద్రాక్ష వండ్లు, పుదీనాను కలిపి జ్యూస్ తయారు చేసుకుని తాగాలి. అయితే ఈ జ్యూస్ తయారుచేసేటప్పుడు అందులో చక్కెర లేదా ఉప్పు కలపవద్దు. ఈ జ్యూస్‌ను ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి. ఈ జ్యూస్ ఫ్లావీ లివర్‌కు మాత్రమే కాకుండా కామెర్లకు కూడా మేలు చేస్తుంది. ప్రతిరోజూ ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో దీనిని తాగడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి.

మధ్యం, అధిక ప్రోటీన్ తీసుకునే వారు కాలేయంపై భారాన్ని పెంచి, దాని పనితీరును ప్రభావితం చేస్తుంది. కానీ కాలేయం పనితీరును మెరుగుపరచడానికి ఆయుర్వేదం కొన్ని మార్గాలను సూచిస్తుంది.



క్యారెట్లు కాలేయ కణాలను బలపరిచి, వాటిని నష్టం నుంచి కాపాడతాయి. క్యారెట్లలోని వధారాలు కాలేయంపై ఉండే అధిక ఒత్తిడిని కూడా తగ్గిస్తాయి. యూబిల్స్‌లోని గుణాలు కాలేయ వాపును తగ్గించడంలో, కణాల పునరుత్పత్తిలో సహాయపడతాయి. ద్రాక్ష వండ్లు కాలేయంలో ఎంజైమలను పెంచుతాయి. ఇవి ప్రోటీన్ల జీర్ణతీయ, సంశ్లేషణకు సహాయపడతాయి.

పీఎఫ్ ఖాతాదారులకు పండుగలాంటి వార్త..

త్వరలో బ్యాంక్ అకౌంట్లోకి డబ్బులు.. కేంద్రం డెసిషన్



ఈపీఎఫ్ఐ ఖాతాదారులకు కేంద్ర ప్రభుత్వం భారీ ఊరటనిచ్చింది. పీఎఫ్ అకౌంట్ ఇనాక్టివ్ అయి ఉండి డబ్బులు కైయమ్ చేయనివారికి ఆటోమేటిక్ గా నిధులను బదిలీ చేయనుంది.

పీఎఫ్ ఖాతాల్లో మిగిలిపోయిన సొమ్మును నేరుగా లబ్ధిదారుడి బ్యాంక్ అకౌంట్లో జమ చేయనుంది. ఇటీవల కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది.

ఇప్పటివరకు పీఎఫ్ కైయమ్ చేయాలంటే ముందుగా ధరఖాస్తు చేసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇందుకు అవసరమైన డాక్యుమెంట్లను సమర్పించాల్సి ఉంటుంది. అనంతరం అధికారులు పరిశీలించి కైయమ్ ప్రాసెస్ చేస్తారు. కానీ కైయమ్ కోసం ధరఖాస్తు చేసుకోవోయినా ఇనాక్టివ్ ఖాతాల్లోని వగదును ఆటోమేషన్ విధానంలో సెటిల్ చేయనుంది. ఆధార్‌తో లింక్ అయిన బ్యాంక్ అకౌంట్లో కైయమ్ చేయని సొమ్ము



ఆటోమేటిక్ గా జమ అవుతుంది. రూ. వెయ్యిలోపు బ్యాలెన్స్ ఉన్న ఖాతాలకు ఫైలీ ప్రాజెక్టుగా నిధులను ఆటోసెటిల్మెంట్ చేయనుంది. ఆ తర్వాత మిగతా ఖాతాదారులకు కూడా జమ చేయనుంది. కొలి దశలో 8 లక్షల ఇనాక్టివ్ ఖాతాలను గుర్తించారు.

8 లక్షల పీఎఫ్ ఖాతాల్లో రూ. 5,200 కోట్ల విధులు ఉన్నాయి. వీటిలో 14 వేల ఖాతాల్లో రూ. 5 లక్షలకుపైగా కైయమ్ చేయని వగదు ఉంది. ఇక 31 లక్షల ఖాతాల్లో రూ. 10,181 కోట్ల బ్యాలెన్స్ నిరుపయోగం ఉంది. దీంతో వీటిని ఆటోమేషన్ పద్ధతిలో బ్యాంక్ అకౌంట్‌కు నేరుగా జమ చేయనుంది. త్వరలో ఈ కొత్త వ్యవస్థ ప్రవేశపెట్టనున్నారు. కాగా ఆటోమేట్ మూడేళ్లపాటు ఎలాంటి కాంట్రీబ్యూషన్ జమ కాకపోయినా, కైయమ్ చేయకపోయినా ఇనాక్టివ్ అవుతుంది. ఇక 55 ఏళ్ల వయస్సులో రిటైర్మెంట్ అయితే.. మూడేళ్ల పాటు ఎలాంటి కాంట్రీబ్యూషన్ జమ కాకపోయినా ఇనాక్టివ్ అవుతుంది. వీటికి కేంద్రం నుంచి వడ్డీ జమ కాదు.

సెన్సెక్స్ 1800 పాయింట్లు పతనం..

ఒక్క సెషన్‌లో 14లక్షల కోట్లు గాయబ్

ముంబయి: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్ సూచీలు మరోసారి భారీగా నష్టపోయాయి. పశ్చిమాసియాల్ అమెరికా-ఇరాన్ మధ్య ఉద్రిక్తతలు మరింత పెరుగుతుండడం సెంటిమెంట్‌ను దెబ్బతీసింది. చమురు ధరలు భారీగా తేగడం, విదేశీ సంస్థాగత మరుపర విక్రయాలు కొనసాగుతుండడం సూచీ లపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపాయి. సెన్సెక్స్ 1.4 దశలో 2 వేల పాయింట్ల మేర నష్టపోగా, నిఫ్టీ 22,500 పాయింట్ల మార్పు కాస్త ఎగువన ముగిసింది. ఒక్కరోజులోనే మరుపర వ్యవస్థ దాదాపు రూ. 14 లక్షల కోట్లు ఆవిరై రూ. 415 లక్షల కోట్లకు చేరింది. దాలరుతో రూపాయి మారకం విలువ తొలిసారి 94 మార్పుదాటి 94.01 వద్ద ఆల్టైమ్ కనిష్టానికి చేరింది.



దాలర్ వద్ద ట్రేడవుతోంది.

కారణాలు ఇవే..
ముదురుతున్న యుద్ధం: హుజుజ్ జలసంధిని 48 గంటల్లోగా తెరవకపోతే.. ఇరాన్ పరస్పరాంధ్రమై దాడులు చేస్తామని ఢాన్కాల్ ట్రంప్ ప్రకటించారు. అదే జరిగితే హుజుజ్ జలసంధిని హుజుజ్ మూసేసామంటూ ఇరాన్ హెచ్చరికలు చేసింది. ప్రాంతీయ విద్యుత్ క్షేత్రాల పైనా దాడులకు దిగుతామని హెచ్చరించింది. యుద్ధం మరింత తీవ్రతరం అయ్యే అవకాశం ఉందన్న భయాలు మార్కెట్లను వణికించాయి.
చమురు 110దాలర్లపైనే: యుద్ధం కారణంగా భారీగా పెరిగిన ముడి చమురు ధర గత కొన్ని రోజులుగా 110దాలర్లపైనే స్థిరంగా కొనసాగుతోంది. దీనివల్ల ద్రవ్యోల్బణం పెరిగి, వృద్ధి నెమ్మదిస్తుందన్న భయాలు ఉన్నాయి.

రూపాయి: దాలరుతో పోలిస్తే రూపాయి మారకం విలువ కూడా సరికొత్త కనిష్టాలను తాకుతోంది. చమురు ధరలు పెరగడం,

ఎఫ్ఐఐల విక్రయాలు రూపాయి విలువపై ప్రభావం చూపుతున్నాయి. దీనివల్ల మార్కెట్ పై ప్రతికూల ప్రభావం పడుతోంది.

ఎఫ్ఐఐల విక్రయాలు: ఉద్రిక్తతలు ప్రాంతీయమైన నాటి నుంచి విదేశీ సంస్థాగత మదుపర అమ్మకాలు వివరీకరంగా పెరిగాయి. ఫిబ్రవరి 26 నుంచి మార్చి 20వ తేదీ వరకు 16 ట్రెడింగ్ సెషన్లలో విదేశీ మదుపర దాదాపు రూ. 1.4 కోట్ల విక్రయాలు చేపట్టారు. అంటే ఒక్క ట్రెడింగ్ అవర్ కు దాదాపు రూ. 100కోట్ల మేర అమ్మకాలు జరిగాయి. శుక్రవారం కూడా రూ. 5518 కోట్ల విలువైన ఈక్విటీ షేర్లను ఎఫ్ఐఐలు విక్రయించాయి. వీటితో పాటు అమెరికాలో 10 ఏళ్ల బాండ్లపై రాబడులు పెరగడం, అంతర్జాతీయ మార్కెట్ల పతనం వంటివి మన మార్కెట్లపై ప్రభావం చూపాయి. ఇండియన్ రిజర్వ్ బ్యాంకు పెంచడంతో ఇన్ఫ్లా, కస్ట్రక్షన్, తయారీ యూనిట్లపై ప్రభావం పడుతుందన్న ఆందోళనలూ ప్రతికూల సంతకాలు పంపాయి.

కలర్ చూడొద్దండోయ్.. ద్రాక్షతెంట్ ఒంట్లో జరిగేది..!

వేసవి కాలంలో ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే పండ్లను విరివిగా తింటారు. అవి మీ శరీరాన్ని తేమగా, తాజాగా ఉంచుతాయి. ఇలాంటి అద్భుతమైన జ్యూసీ పండ్లలో ద్రాక్ష ఒకటి. అనేక రంగులలో లభించే ద్రాక్షలు తీపిగా, పలువుగా ఉంటాయి.. నలుపు, ఆకుపచ్చ, ఎరుపు రంగు ద్రాక్ష.. మూడు కూడా పోషకాలతో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. వాటిలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, యాంటీఆక్సిడెంట్లు అధిక మొత్తంలో ఉంటాయి. అందుకే.. వీటిని తినాలని చెబుతున్నారు డైటీషియన్లు.. ద్రాక్షలను వైన్ తయారీలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. ద్రాక్షలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు (రెస్పెరాట్రాల్).. ఫైబర్, ప్రోటీన్, ఐరన్, కాపర్, ఫోలేట్, విటమిన్లు సి, ఎ, కె, బి వంటి ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే అనేక పోషకాలు ఉన్నాయి..



ద్రాక్షతినడంవల్ల కలిగే లాభాలు..

రోగనిరోధక వ్యవస్థ కోసం - ద్రాక్షలో విటమిన్ సి, విటమిన్ బి6, ఐరన్ ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచి, ఇన్ఫెక్షన్తో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. అందువల్ల, మీ రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేసుకోవడానికి ద్రాక్షను రెగ్యులర్ గా తినవచ్చు.

మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తుంది: ద్రాక్షలో పీచుపదార్థం బాగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణం ఎంజైమల ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తుంది. దీనివల్ల జీర్ణ సమస్యలు నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

అలసటను ఎదుర్కోవడానికి: ద్రాక్షలో విటమిన్లు, మెగ్నీషియం, ఫాస్ఫరస్, ఐరన్, రాగి ఉంటాయి. ఇవి మీ శరీరానికి శక్తిని అందించి, అలసటను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి.

కళ్ళకు మేలు: ద్రాక్షలో ఉండే పాలిఫెనాల్స్

-- రెస్పెరాట్రాల్, మాక్యులర్ డిజెనరేషన్, ఆక్సిడేటివ్ స్ట్రెస్, వాపు, శుక్లాలు వంటి కంటి సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడతాయి. ద్రాక్షను తినడం అందరూ తాగని నివారించడంలో కూడా సహాయపడవచ్చు. అందువల్ల, కంటి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి ద్రాక్షను తినవచ్చునంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు..

రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణ : మధుమేహం ఉన్నవారికి ద్రాక్షపండ్లు కూడా మేలు చేస్తాయి. వాటికి మధుమేహ నిరోధక గుణాలు ఉన్నాయి.. అవి రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

కొలెస్ట్రాల్ తగ్గించుకోవడానికి : మీరు ద్రాక్షపండ్లను తినడం ద్వారా కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించుకోవచ్చు. ద్రాక్ష రసంలో ఫైబర్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్‌ను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.

ఎముకలను బలపరుస్తుంది: ద్రాక్షలో రాగి, ఐరన్, మాంగనీస్ వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి ఎముకలను, బలపరిచి, బోలు ఎముకల వ్యాధి (ఆస్టియోపొరోసిస్) ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. అందుకే ద్రాక్షాలను రెగ్యులర్ గా తినాలని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు. అయితే.. ఏమైనా సమస్యలతో బాధపడుతుంటే ఆరోగ్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది.

నివారించడంలో సహాయపడతాయి.
గుండె జబ్బుల నుంచి రక్షణ కోసం : ద్రాక్షలో ఫైబర్లు, ఫిటోలిక్ ఆమ్లాలు, రెస్పెరాట్రాల్ ఉంటాయి. ఇవి గుండె జబ్బుల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడతాయి. అందుకే ద్రాక్షాలను రెగ్యులర్ గా తినాలని డైటీషియన్లు చెబుతున్నారు. అయితే.. ఏమైనా సమస్యలతో బాధపడుతుంటే ఆరోగ్య నిపుణులను సంప్రదించడం మంచిది.



ఒక్కరోజే రూ.10 వేలు డౌన్ ఊహించని రీతిలో బంగారం ధర పతనం..

హుటహుటకీ బంగారం ధరలు ఊహించని రీతిలో పతనమవుతున్నాయి. పశ్చిమాసియా యుద్ధభయాల, ద్రవ్యోల్బణం, పెట్టుబడులు కొనసాగిస్తే సప్లైలు పన్నావు సమీకరణాల నేపథ్యంలో బంగారం ధరలు అమాంతం పడిపోతున్నాయి. సోమవారం ఉదయం 24 క్యారెట్ల

బంగారంపై రూ.5950, 22 క్యారెట్ల బంగారంపై రూ. 5450 పతనమవుగా.. సాయంత్రం మరోసారి బంగారం ధరలు తగ్గాయి. సాయంత్రం 4 గంటల తర్వాత 24 క్యారెట్ల మేలిమి బంగారం 10 గ్రాములపై రూ.4370 తగ్గింది. అలాగే 22

క్యారెట్ల బంగారం 10 గ్రాముల ధర రూ. 4000 పతనమైంది. దీంతో ఈ ఒక్కరోజే 24 క్యారెట్ల బంగారం రూ. 10,320, 22 క్యారెట్ల బంగారం 10 గ్రాముల రేటు రూ.9450 తగ్గింది. భారీగా బంగారం ధర తగ్గడంతో కొనుగోలుదారులు ఆభరణాల కొనుగోలుకు ఆసక్తి చూపుతున్నారు. ప్రస్తుతం బులియన్ మార్కెట్లో 24 క్యారెట్ల మేలిమి బంగారం 10 గ్రాముల ధర రూ. 1,35,650గా ఉండగా.. 22 బంగారం 10 గ్రాముల ధర రూ. 1,24,350గా ఉంది. హైదరాబాద్ సహా తెలుగు రాష్ట్రాల్లోని ప్రధాన నగరాల్లో స్వల్ప తేడాలతో బంగారం ధరలు దాదాపు ఈ స్థాయిలోనే కొనసాగుతున్నాయి. ఈ ధరలకు తగుగు,

జీవీసీ అదనంగా ఉంటుంది. ఇదిలా ఉండగా.. అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ తాత్కాలికంగా యుద్ధం ఆపివేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. దీని ప్రభావం బంగారం ధరలపై ఉండే ఛాన్సుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పెరుగుదల భారీగా ఉండకపోవచ్చు. అలాగే ఒక్కసారిగా పడిపోయే ఛాన్స్ కూడా ఉండకపోవచ్చని అంచనా వేస్తున్నారు. ఇరాన్ పై అంక్షలు మరింత పెంచినా, అంతర్జాతీయంగా ఉద్రిక్తతలు పెరిగినా ధరలు మళ్లీ రికార్డు స్థాయికి చేరుకునే అవకాశం ఉందంటున్నారు. ఏదేమైనా బంగారంపై పెట్టుబడులు పెట్టేవారు ఇది అవితూచి వ్యవహరించాల్సిన సమయమనే చెప్పాలి.

దాచేసుకున్నా

గూడూరి ఇంద్రప్రస్థా సక్రైన్ వేవేను
రైడ్ చేయడం ఒక పవిత్రత, పరమార్థ లైఫ్ను బాల్మిల్
చేయడం మరొక పవిత్ర. ముఖ్యంగా ముప్పై ఏళ్లు
కాటకున్నారయితే చాలా.. సా సైన్ట్ నుంచి వచ్చే (పెజెర్,
షెల్ - షిల్ల బెడల్) హార్డుయిన్స్ కానూ డిస్కస్
పెడుతున్నారాదు. కానీ ఇదొక్కటి చెక్ చేయడం
బాల్మిల్ మోస్ట్ హ్యాపీనింగ్ బ్యాట్లెట్ క్రుతి ననరే ఒక
సంచలన విషయాన్ని తీసుకుంటే. తాను కెరీర్ ఫుల్
వీక్లీలో ఉన్నప్పుడే 'ఎగ్జిక్యూటివ్' ఫుల్
చేయించుకున్నానాదా బోల్డ్ నేట్ మోయి ఉన్నది.

నమయంతో మూడే స్వర్గం, ఖిజితం అంటే ఎమోషనల్ చేజెన్జి ఫేస్
 నానానా కృతి చాలా ఓపెనిగా బహుళం. ఒక డ్రెస్సింగ్ ఓపెని ఎలాంటి
 రోజున రోజున రైడ్స్ వచ్చి వీరయ్యమ్మ చెప్పడం, కాన కూడా దాదాపు
 అలాంటి ఒడిదుడుకులే చూశానని... కానీ ఇప్పుడు మళ్ళీ
 మైదం చూచా వీరపురంలో ఉండటం హ్యూమిగా చెప్పకూర్చింది. నొజనానా
 జేయనానా స్రేష్టి ప్రైవేట్ చూడమని బాబు బట్టిన్ వచ్చి నెలలెక్టి కృతి కాన
 గుర్రలే కానా డ్రియాంట్ రోజు తన భర్తినే స్టాబ్లింగ్ రోజునే ఎక్కి డ్రిట్
 చేసుకొన్నా... ప్రాధున్నానం ఎంత కష్టం, మానా సింగ్, రికా చడ్డ వంటి
 చూన కూడా ఇదే రోజు ఎంత చూస్తూ.

singidnews@gmail.com

పరంజివి హిరోగా బాబీ దర్శకత్వంలో ఓ
 చిత్రం అయిపోయిందన్న విషయం తెలిసిందే.
 మేకా 15వ పరిగిని పూర్తిచేసి గ్రూపంలో
 ఉన్న దీనిపై టీమ్ అవ్డిడేట్ పంపకుంది.
 బాబీకిగ్గ హైదరాబాద్లో శరవేగంగా
 జరుగుతోన్న తెలిపింది.
 మునుపెన్నడూ చూడని ఇరో యాక్సన్
 సన్నివేశాలు ఉంటాయని... చిరును
 కళ్ళ కొత్తగా చూస్తూ
 వెల్లడించింది. రామ్-లక్ష్మణ్ హాస్యస్థ్రి
 సరిద్దంలో ఇరో యాక్సన్ సన్నివేశాలు
 పూర్తి చేస్తారని, సినీవూసు ఉన్న
 హైలైట్స్ గా నిలబడే న్యూయి. చిరు
 ఇప్పుడరో రిస్కోతో డీసైన్ చేసిన
 చాన్సలర్ ను... త్వరలో ఓన్ ట్రైల్ టీజీజీను
 విడుదల చేయనున్నట్లు టీమ్ వెల్లడించింది.
 "బాల్డర్ వీరవర్మ" విజయం తర్వాత పరంజివి
 - బాబీ కాండ్లో ఉ్ చిత్రం అయిందడంబట్టి
 అందరూ చూడకొన్నాయి. ఇటీవలే
 బాబ్బాచూడలే కీలక షుప్తాన్ని పూర్తి
 చేసుకుంది. అయ్యడ కొంత టాక్ టాక్ పాటు

కొన్ని
యాక్షన్
సీక్వెన్స్ కూడా తీసినట్లు ప్రచార చిత్రాన్ని
కూడా విడుదల చేశారు.

రాణిస్మారు

రవి
శంకర్

బుధవారం
8-7-2026

టాలీవుడ్ లో నెపోటిజం
అంతా తెలుసుకోవాలి

ఒక చర్చ

ఒక చర్చ
నడుస్తునే
ఉంటుంది.
తాజాగా ప్రముఖ
నిర్మాణ సంస్థ
‘ప్రైవేట్ మూవీ
మేకర్స్’ అధినేతల్లో
ఒకరైనవై.
రవిచంద్ర ఈ
విషయంపై చేసిన
ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు
నెరల్ గా

ప్రస్తుతం వెర్ల్ గా

మూరాయి.

ఇదేపల జరిగిన "రాజా ది రాజా" చిత్ర దీక్షరీ అండ్ కెవెంట్లో ఆయన ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా చిత్ర హీరో రత్నిక్మవ ఉద్దేశ్యాల వేదికపై పరిశీలకర్త మృట్టవకూ... సినిమా సమీక్షకు రోజువారాలంటే బ్యాక్గ్రౌండ్ రాజీనాంథ ప్రతిభే ముఖ్యమన స్పష్టం చేశారు. సినీ పరిశీలకుని స్వేచ్ఛరా గోడైన్ స్కూన్ లెదా డ్రైమిండ్ సూన్యేష్ పుత్తీ రావచ్చు కానీ ఇక్కడ అవేమీ పాన చేయమన, మిమిక్రీ నిలబెట్టేద కేవలం మోల్లో ఉన్న ప్రతిభ మాత్రమేనని ఆయన అన్నాి

చెప్పారు. మన వెనుక ఎవరి అంధా
లేదని భావించి కష్టపడి ముందుకు
వెళ్ళినప్పుడే నిజమైన విజయం
రాకుమరిందంటూ హీరో రిటైర్మెంట్
ప్రోటోహాస్టా ఆరున
వ్యాఖ్యానించారు. ప్రస్తుతం
రవిశంకర్ చేసిన ఈ ఛామెంట్స్
ని వర్గాల్లో హాట్ టాపిక్గా
మారాయి. నరేష్, వైశాఖ ధీమన్
ప్రధాన పాత్రల్లో నడిచినన్న ఈ
చిత్రానికి మార్కెట్ రాబిన్
సంగీతం
అందించినారు.

అందిస్తున్నారు.

సత్తుజ్జ్ మూవీని
చూడాలి..చూపించాలి

ఎక్స్ వేదికగా దర్శకుడు రమ్మోపాల్ వర్మ

ప్రస్తుతం దేశవ్యాప్తంగా చర్చకు దారితీసిన చిత్రం 'నక్సుల్'. స్వాగత సమన్వయ కారణంగా నేరగా ఓడిపోతే విడుదల చేయాలని తర్వాత దాన్ని తొలగించారు. ఈ మూసినీ చూసి దర్శకుడు రామ్ గోపాల్ వర్మ ఎక్స్ డేడిగా తన ఆశ్రితావాయుని పంపించుకున్నారు. 'నక్సుల్' మూసీ చూశా. ఇది సినిమా కాదు. ఎన్నటికీ నయం కాబలమైన గాయం. మన చరిత్రలోని ఓడిపోతే అర్థమయ్యే గుర్తు చేసేదాన్ని. ఓడితే దొనంతో గుండెలు బాధకు నోడ నడిచిందట. మనకుంటా అమరమయ్యాయి ఎంతో నిశ్శబ్దంగా చేసుకుంటూ వెళ్ళాడు. ఆర్డు గ్రామ్ పాలే నటన అదనపు బలా ఇచ్చింది. నేరాలే పునరుజ్జీవం తెలిసిన

పాపపుణ్యకతే చూపించారు. ఈ సినిమాను
సంపాదన చేయడం కన్నా... ఒక ఇన్వెస్టిగేటివ్
ప్రిన్సిపల్ తీర్చిదిద్దారు. తెరపై ఆధికారశక్తి పైపు
దమాన సంస్కారాల విమలాలు, గునగున
సంభాషణలు వంటివి ఈ కథలోని తీవ్రతలను
తెలియజేశారు. స్వలాభం కోసమే... సత్కార్యుని
వెల్లడించడానికీ తీర్చిదిద్దడం కోసమే జరిగినట్లు
తెరపై ఆవిష్కృతమైందని రావ్ అన్నారు.
ప్రజాభివృద్ధిని తన హోదాలో కబళించి, అందుకు
సాక్ష్యాలు లేకుండా అలా తుడిచేస్తున్నారే సినిమాలో
తెలియజేయడం సాధారణ విషయం కాదు. ఈ
విషయంలో చిత్త బృందం తనవంటి దాహ్యతను
చక్కగా పూరి చేసింది. ఇదే నిజమైన కళ.

డిఫరెంట్ లుక్లో డ్రాగన్...ఎన్టీఆర్

వ్యవసాయం, సంరక్షణ, పర్యావరణం, ప్రభుత్వం నేటి కాంటినియెంట్లలో ప్రధానంగా ఉన్నాయి. వ్యవసాయం, పర్యావరణం, ప్రభుత్వం నేటి కాంటినియెంట్లలో ప్రధానంగా ఉన్నాయి. వ్యవసాయం, పర్యావరణం, ప్రభుత్వం నేటి కాంటినియెంట్లలో ప్రధానంగా ఉన్నాయి.

పిచ్చాక్షి పోయినప్పటికీ, అలాంటి సమయంలో తారకకర్ణుని లాగిన ఇబ్బంది పెడతూ... వచ్చింది. ఇం దులో? అనే పవర్ ఫుల్ క్యారెక్టర్ లు కోసం ఎన్ని అతన ప్రాజెక్టులపై పనిచేసారు.

సినిమా కోసం, తన నమ్మకపాత్ర కోసం తారక ఎంతగానిస్ అయినా తీసుకోగలడు. నిస్సాయకైనా భేదగలదు. అతన అంకిత భావంతో మరెవరిని నిర్ణా ఎంచెారు. క్యాక్టరీలోని ఇంజనీర్లతో చూస్తూ ప్రాంతం నీల్ బాక్సాఫీన్ వలెలాంటి వ్యవస్థం సృష్టించాడు. నాన్నా అని అందరినీ పోకే రిలేవ్ అయింది.

RTN