

కులములకు అత్యంగా అంటర్ము ఇళ్ల కేటాయింపు

ప్రాదర్శాద్ పెన్ పవర్: భారాస హయాంలో డబుల్ బెడ్రూమ్ ఇళ్ల ఇస్తామని ఇప్పటిదని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి విమర్శించారు. మొదటి విడతలో తమ ప్రభుత్వం 4.50లక్షల ఇళ్ల ఇప్పటిని నిర్జయించిందన్నారు.

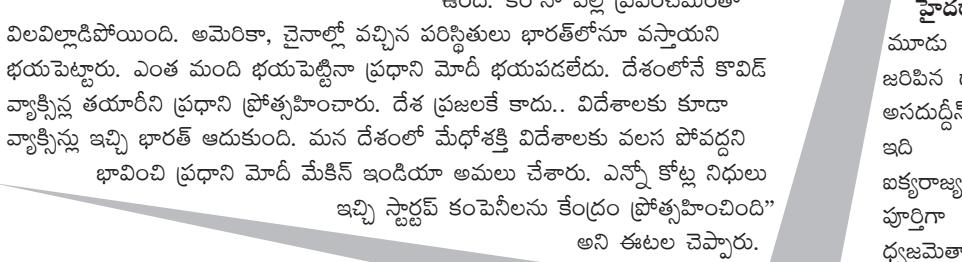
“ప్రతి నియోజకవర్గంలో 3,500 ఇళ్ల ఇస్తామన్నాం. కులమతాలకు అత్యంగా కేటాయిస్తామన్నాం. ఎన్నికల నాటికి పేదలకు 20లక్షల ఇళ్ల కల్పిస్తాం. లభ్యిదారులకు 4 విడతల్లో రూ. 5.5లక్షల ఇస్తామన్నాం. మధ్యపర్మలకు కాకుండా నేరుగా లభ్యిదారుల భాతాల్లోనే వేస్తాం. న్యాయమైన భూ సమస్యలను ప్రభుత్వం వరిపురిస్తుంది” అని పొంగులేటి చెప్పారు.



తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగెరిపాస్నానీం రేవంత్ రెడ్డి దెబ్బతీస్తున్నారు



ప్రాదర్శాద్ పెన్ పవర్: ఎందరో పౌరుల బలిదానాలతో తెలంగాణ రాష్ట్రం విర్పించిని, తెలంగాణ ప్రజల ఆత్మగెరిపాస్నానీం రేవంత్ రెడ్డి దెబ్బతీస్తున్నారని ఎంపి ఈటల రాజేందర్ విమర్శించారు. సికింద్రాబాద్లో నిర్వహించిన వికిసిత భారత్ సంకల్ప సభలో ఈటల మాట్లాడుతూ.. ప్రధాని మోదీ పాలనను కొనియాడారు. “నేను ఆరోగ్యమంత్రిగా ఉన్నప్పుడు దేశంలో దీనపరిస్థితినెలకొని ఉంది. కరోనా పల్ల ప్రపంచమంతా విలవిల్లాడిపోయింది. అమెరికా, చైనీలో వచ్చిన పరిస్థితులు భారత్లోనూ వస్తాయని భయపెట్టారు. ఎంత మంది భయపెట్టినా ప్రధాని మోదీ భయపడలేదు. దేశంలోనే కొవిడ్ వ్యాక్షిఫ్ తయారిని ప్రధాని ప్రోత్సహించారు. దేశ ప్రజలకే కాదు.. విదేశాలకు కూడా వ్యాక్షిఫ్ ఇచ్చి భారత్ అదుకుంది. మన దేశంలో మేధోశక్తి విదేశాలకు వలన పోవర్చని భావించి ప్రధాని మోదీ మేకిన్ ఇండియా అమలు చేశారు. ఎన్నో కోట్ల నిధులు ఇచ్చి స్టోర్చ్ కంపెనీలను కేంద్రం ప్రోత్సహించింది” అని ఈటల చెప్పారు.



యూపీ హయాంలో రిమోట్ కంట్రోల్ ప్రభుత్వం

సికింద్రాబాద్ పెన్ పవర్: యూపీ హయాంలో రిమోట్ కంట్రోల్ ప్రభుత్వం ఉండేదని కేంద్రమంత్రి కిప్పనరెడ్డి అన్నారు. సికింద్రాబాద్లో ఎంపి ఈటల రాజేందర్ అధ్యర్థులో నిర్వహించిన వికిసిత భారత్ సంకల్ప సభలో ఆయన పాల్గొని మాట్లాడారు. మోదీ నేతృత్వంలో అధ్యర్థులో అధ్యత, సమర్పణతమైన పరిపాలన అందిస్తున్నామన్నారు. ప్రజల ఆకాంక్షలు, అశలకు అనుగుణంగా భాజపీ పాలిస్తోందని చెప్పారు. “కాంగ్రెస్ హయాంలో ఎక్కడ చూసిన అవిసీతి వార్తలే. దేశంలో అవిసీతి ప్రభుత్వం ఉండవడని 2014లో భాజపీని అధ్యత మెజాపీతో గెలించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో పాకిస్థాన్ అడిండే ఆట.. పాడిండే పాటగా ఉండది. దేశంలోని పలు ప్రాంతాలను ఉగ్రవాదులు



-2 లో

ప్రాదర్శాద్ పెన్ పవర్: ఇళ్ల ఇస్తామని ఇప్పటిదని మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి విమర్శించారు. మొదటి విడతలో తమ ప్రభుత్వం 4.50లక్షల ఇళ్ల ఇప్పటిని నిర్జయించిందన్నారు. నల్గొండ జిల్లా నకీరేకల్లో ఇందిరమ్మ ఇళ్ల లభ్యిదారులకు ఇళ్ల పట్టాలను మంత్రి పంపిచి చేశారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. “ప్రతి నియోజకవర్గంలో 3,500 ఇళ్ల ఇస్తామన్నాం. కులమతాలకు అత్యంగా కేటాయిస్తామన్నాం. ఎన్నికల నాటికి పేదలకు 20లక్షల ఇళ్ల కల్పిస్తాం. లభ్యిదారులకు 4 విడతల్లో రూ. 5.5లక్షల ఇస్తామన్నాం. మధ్యపర్మలకు కాకుండా నేరుగా లభ్యిదారుల భాతాల్లోనే వేస్తాం. న్యాయమైన భూ సమస్యలను ప్రభుత్వం వరిపురిస్తుంది” అని పొంగులేటి చెప్పారు.



తెలంగాణ రిండ్వె



సోమవారం

23 జూన్ 2025

పేజీలు 8

ప్రభుత్వం ప్రధాన లక్ష్యం..

ఇద్దు, వైద్యం, వ్యవసాయం: మంత్రి శ్రీధర్బెఖాబు

కరీంనగర్ పెన్ పవర్: అందరి సహకారంతో అన్ని రంగాల్లో తెలంగాణ అగ్రగామి రాష్ట్రంగా నిలుస్తోందని మంత్రులు వ్యాఖ్యించారు. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయంపై మంత్రుల తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, పొన్నం ప్రభాకర్, శ్రీధర్బెఖాబు సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులకు మంత్రులు పలు సూచనలు చేశారు. ప్రభుత్వం ప్రధాన లక్ష్యం.. విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయమని, ఈ విషయంలో పూర్తి బాధ్యత కల్పక్కడాదని మంత్రి శ్రీధర్బెఖాబు తేల్చి చెప్పారు. వ్యవసాయానికి పెద్దపీట వేసే దిశగా ప్రభుత్వం అడుగులు



-2 లో

ఇరాన్ పై అమెరికా దాడులు... తీవ్రంగా స్వంటంచిన ఒవైస్

- ఇరాన్పై అమెరికా దాడులను తీవ్రంగా ఖండించిన ఎంపి అసదుద్దిన్ ఒవైస్
- ఇవి అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోక్ విరుద్ధమని వ్యాఖ్య
- గాజలో జరుగుతున్న మారణపోశామాన్ని దాచిపెట్టిందుకే ఈ దాడులని అరీపు
- ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపదని, ఎన్పిటి నుంచి వైదొలుగుతుందని జోస్పు
- ఇజ్రాయిల్ అణ్ణాయుధాల విషయంలో అమెరికా ద్వంద్చ ప్రమాణాలు పాటిస్తోందని విమర్శ
- ఈ దాడులతో అరబ్, ముస్లిం దేశాలు అణ్ణాయుధాల వైపు మొగ్గుతాయని అజ్ఞప్రాయం

ప్రాదర్శాద్ పెన్ పవర్: ఇరాన్లోని మాడు అఱు కేంద్రాలపై అమెరికా జరిపిన దాడుల పట్ల ఎంబిం అధినేత అసదుద్దిన్ ఒవైస్ తీవ్రంగా స్పందించారు. ఇది అంతర్జాతీయ చట్టాలను, ఐక్యరాజ్యసమితి (ఐరాన్) చార్బోన్ పూర్తిగా ఉల్లంఘించడమేనని ధ్వజమెత్తారు. గాజలో పాలస్తీనియిల్పై జరుగుతున్న మారణపోశామాన్ని కప్పిపుచేందుకే అమెరికా ఈ దాడులకు పాలుడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ దాడులతో ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపుతుందని భావించడం ఉపపు చేయాలను స్పష్టం చేశారు. ప్రాదర్శాద్లో విలేకరులతో మాట్లాడిన ఒవైస్, అమెరికా చర్యలు కేవలం అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోన్ మాత్రమే కప్పిపుచేందుకే అమెరికా ఈ దాడులకు పాలుడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ దాడులతో ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపుతుందని భావించడం ఉపపు చేయాలను స్పష్టం చేశారు. ప్రాదర్శాద్లో విలేకరులతో మాట్లాడిన ఒవైస్, అమెరికా చర్యలు కేవలం అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోన్ మాత్రమే కప్పిపుచేందుకే అమెరికా ఈ దాడులకు పాలుడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ దాడులతో ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపుతుందని భావించడం ఉపపు చేయాలను స్పష్టం చేశారు. ప్రాదర్శాద్లో విలేకరులతో మాట్లాడిన ఒవైస్, అమెరికా చర్యలు కేవలం అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోన్ మాత్రమే కప్పిపుచేందుకే అమెరికా ఈ దాడులకు పాలుడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ దాడులతో ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపుతుందని భావించడం ఉపపు చేయాలను స్పష్టం చేశారు. ప్రాదర్శాద్లో విలేకరులతో మాట్లాడిన ఒవైస్, అమెరికా చర్యలు కేవలం అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోన్ మాత్రమే కప్పిపుచేందుకే అమెరికా ఈ దాడులకు పాలుడుతోందని ఆయన ఆరోపించారు. ఈ దాడులతో ఇరాన్ తన అఱు కార్బూక్మాన్ని ఆపుతుందని భావించడం ఉపపు చేయాలను స్పష్టం చేశారు. ప్రాదర్శాద్లో విలేకరులతో మాట్లాడిన ఒవైస్, అమెరికా చర్యలు కేవలం అంతర్జాతీయ చట్టాలు, ఐరాన్ చార్బోన్

నేను పాలిటీషియన్ ని కాను....పవన్ బోల్డ్ స్టేట్

ప్రాదరాబాద్ పెన్ పవర్: పవన్ బోల్డ్ పవన్ కళ్యాణ్. ఇది వెండి తెర మీద ఆయనకు ఉన్న పవర్ ఫుల్ పేరు. ఆయన పేరులోనే పవర్ ఉంది. ఒక పైటీషన్ ఉంది.

ఒక బిగ్ సౌండ్ ఉంది. ఒక సునామీ లాంటి భావేద్వేగం ఉంది. అందుకే పవన్ కి అంతా కనెక్ట్ అయిపోతారు.

ఇక సినిమా యాష్టర్ గా ఉంటూ పాలిటీషియన్ గా ఉన్న అయిన వారు పవన్ కళ్యాణ్. రాజకీయంగా పవన్ సస్కోన్ అయ్యారా అయితే ఎంతవరకూ అన్న ప్రశ్నలు వస్తూంటాయి. అయితే రాజకీయాల మీద పవన్ కి ఉన్న తపన ఆస్క్రి పట్టుదల వీటిని కొలమానంగా తీసుకుంటే మాత్రం ఆయన సస్కోన్ అయినట్లుగానే చెప్పాలి. ఎందుకంటే విజయం అపజయం అన్నాని జస్ట్ మార్కుల లాంటివి. కానీ వీటిని నడిపించే ఆస్క్రిన కంటెంట్ ఏంటి అంటే తాము ఎంచుకున్న రంగం మీద అమితపైన గౌరవం ఆభిమానం ఉండడం. అవి ఉన్న నాడు జయాపజులతో నిమిత్తం లేదు. పవన్ ఈ రోజున ఉప ముఖ్యమంత్రి. రేపటి రోజున ముఖ్యమంత్రి కూడా కావచ్చు. అయితే ఇదే సస్కోన్ రేటు, ఇలాగేనా కొలమానం వేసి చూడాలి అంటే కాదనే అంటారు చాలా మంది. ఇక పవన్ విషయం తీసుకుంటే పద్ధతిలకు ఆయన దూరంగానే ఉంటారు. అందుకే తపన నీఎం పదవి కోరుకోలేదు. ఏ రకమైన ఒత్తిడి పెట్టలేదు. రాష్ట్రం బాగుండాలి అంటే వంద్రబాబు లాంటి విజనరీ నీఎం గా మరో పదిహేత్తు ఉండాలని



మనస్సుర్చిగా కోరుకోవడమే కాదు అనేక సభలలో కూడా ఓపెన్ గానే చెప్పి ఉన్నారు. మరి ఇది ఘక్కు రాజకీయ నాయకుడి లక్షణం కానే కాదు కదా. రాజకీయ నేత అంటే పదవులు అధికారం ఇదే కదా పర్మానంలో నిర్వచనం. అందుకే పవన్ తాను పాలిటీషియన్ కాదు అని అంటున్నారు. తపను అలా పిలవడ్డ అని కూడా అంటున్నారు. మరి పవన్ ని ఉంటూ పిలవాలి అంటే ఆయనను సోపల్ యాష్టివిస్టుగా ఎలా పిలవాలి అంటే ఆయనను సోపల్ యాష్టివిస్టుగా

పిలవాలని కోరుతున్నారు. అలాగే చూడాలని ఆయన ఆశిస్తున్నారు. సోపల్ యాష్టివిస్టు ఎప్పడూ ముందు సమాజం గురించి చూస్తారు, ఆలోచిస్తారు. తాను ఉన్న సోసైటీ బాగుండా లేదా అని ఆలోచిస్తారు. సోసైటీ బాగు కోసం తనదైన శైలిలో పనిచేస్తారు. తాను ఎంచుకున్న మార్గంలో తాను చూసుకున్న రంగంలోనే ఉంటూ మంచి సమాజం కోసం పాటు పడతాడు. ఇక్కడ పదవులతో పని లేదు, అధికారాల పేచి పూర్తి

పీఎల్ నెలాఖురుకు 'సూపర్ 6' పండుగే.. బాబు కీలక నిర్ణయం!

ప్రాదరాబాద్ పెన్ పవర్: పీఎల్ మరో సూపర్ సిక్కు పథకాన్ని అమలు చేసేందుకు నీఎం చంద్రబాబు కార్యాచరణ సిద్ధం చేశారు. శనివారం ఆయన దీనికి సంబంధించి కీలక ఆదేశాలు ఇచ్చారు. దీంతో ఈ నెలాఖురు నాటికి రైతులకు మేలు చేసేలా నిర్ణయం ఉండనుంది. గత ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హమీల్ ప్రశ్నలలో అంటున్నారు. ఒకటి. రైతులకు ఏటా 20 వేల రూపాయల మేరకు పెట్టుబడి సాయంత్రికిస్తామని చంద్రబాబు హమీ ఇచ్చారు. దీనిపై అన్నాడాతలు అశలు పెట్టుకున్నారు. ఎప్పుడెప్పుడు అమలు చేస్తారా? అని ఎదురు చూస్తున్నారు. వాస్తువానికి గత ఏడాదే ఈ పథకం అమలు చేయాలని నిర్ణయించారు. అయితే.. కొస్టికారణాలతో వాయిదా పడింది. ఇక, జాన్ 20నే అన్నదాత సుభీభవ పథకాన్ని అందిస్తామని కొన్నాళ్ళ కిందట నీఎం చంద్రబాబు, మంత్రి నారా లోకేష్ చెప్పారు. మహాసాదులోనూ దీనిపై ప్రకటన చేశారు. కానీ.. జాన్ 20న కూడా ఇది అమలు కాలేదు. దీంతో రైతులో నిర్ణయించి మరోటైపు.. లభిదారుల జాబితాల్లో 8 లక్షల మంది రైతులకు కోత పెట్టారన్న వాదన తరఫీదికి వచ్చింది. వీటన్నిటిని పరిశీలించిన నీఎం చంద్రబాబు అర్థాలు ప్రతి రైతుకు ఈ పథకాన్ని అమలు చేయాలని తాజగా ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అవసరమైతే.. మరోసారి వెరిటై చేయాలని సూచించారు. ఇక, ఈ పథకాన్ని జాన్ నెలాఖురులో అమలు చేయస్తున్నట్టు నీఎం చంద్రబాబు అంతరు సమావేశంలో అధికారులకు తెలిపా రు. ఈ పథకం కింద రైతులకు మూడు విడతల్లో నిధులు మంజారు చేస్తారు. కింద ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న పీఎం కిసాన్ యోజనను జమచేయస్తున్నారు.



దీనికి అపుసంధానిస్తూ.. రాష్ట్రంలో అమలు చేస్తారు. దీనికింద కేంద్రం రూ.2000 చొప్పున మూడు విడతల్లో రైతులకు భాతాల్లో వేయసుంది. అదేసమయంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మూడు విడతలుగా నిధులను వారి భాతాల్లో జమ చేయసుంది. ఇక, కేంద్రం ఈ సెల అభరు నాటికి పీఎం కిసాన్ ను అమలు చేయసున్నట్టు రాష్ట్రానికి సమాచారం అందింది. దీంతో అదేరోజు రాష్ట్రంలోనూ రైతులకు నిధులను విడతలు చేయసుంది. కాగా.. వైపీ గతంలో ఏటా 13 వేల చొప్పున రైతులకు ఇస్తామని చేస్తారా? అదేరోజు రాష్ట్రంలోనూ రైతులకు నిధులు విడుదల చేయసున్నారు. కాగా.. వైపీ గతంలో ఏటా 13 వేల చొప్పున రైతులకు ఇస్తామని చేస్తారా? కేంద్రం ఇచ్చిన రూ.6000(మూడు విడతల్లో)లను మినహాయించి.. మిగిలిన ఏదు వేలు కలిపి వేసింది. ఇప్పుడు కూడా అదే పంథాలో కూటమి సర్పారు రైతులకు నిధులు మంజారు చేయాలని నిర్ణయించింది. అంతో.. కేంద్రం ఇచ్చే అరు వేలను మినహాయించి.. ఒక్కొక్క రైతుకు వారి వారి భాతాల్లో రూ.14 వేల చొప్పున భాతాల్లో వేయసుంది. తాలి విడతల్లో ఏదు వేలు, రెండో విడతల్లో ఏదు వేలు.. చివరి విడతల్లో ఆరు వేల చొప్పున భాతాల్లో నిధులు జమచేయసున్నారు.

లైవ్ గా రూ. 7 వేలు లంచం తీసుకుంటూ పట్టుబడ్డ తహసీల్దార్..



ప్రాదరాబాద్ పెన్ పవర్: భద్రాది కొత్తగూడెం జీల్లాలో ఓ తహసీల్దార్ లైవ్ లో లంచం తీసుకుంటూ అడ్డంగా బుక్కుయాడు. జీల్లాలోని అశ్వాపురం మండలంలో వోటు చేసుకుంది ఈ ఘనం. ఆదివారం (జాన్ 22) జరిగిన ఈ ఘనంకు నిధులను విడుదల చేయసుంది. వెల్లిపాక రైవెన్స్ పరిధిలో మల్లెపుడుగు గ్రామానికి చెందిన ఆరుల 20 కుంటల భూమిని అద్దులో విడుదల చేయసున్నారు. తహసీల్దార్ విడుదల చేయసుంది. తహసీల్దార్ తో పాటుగా లంచం ఇచ్చిన వాట్ల అజ్ఞాతంలోకి వైపుయారు. తహసీల్దార్ చేసిన నిర్వహానికి జిల్లా ఉన్నతాధికారులు విషయాన్ని పట్టుబడ్డ తహసీల్దార్ కు మార్కులు చేయసుంది. విషయాన్ని పసిగట్టే కపోయాడు తహసీల్దార్. తానే డబ్బులు తీసుకుని లెక్క పెడుతూ మరీ రూ. ఏదు వేలే ఇస్తారా నాకు మరింత ఎక్కువ ఇప్పుడించి అంటూ డిమాండ్ చేశాడు. ఈ మాటలు కూడా వీడియోలో రికార్డ్ అయ్యాయి. తహసీల్దార్ బిపారంగా లంచం తీసుకుంటున్న వీడియో బయటికి రావసాయిల్ తో.. తహసీల్దార్ తో పాటుగా లంచం ఇచ్చిన వాట్ల అజ్ఞాతంలోకి వైపుయారు. తహసీల్దార్ చేసిన నిర్వహానికి జిల్లా ఉన్నతాధికారులు తలలు పట్టుకుంటున్నారు. విసీబీ అధికారులు తరచూ దాడులు చేస్తా అవినీతి అధికారులను అరెస్ట్ చేస్తున్నప్పటికి అధికారుల తీరులో మార్పు రావడం లేదు. ఎవరైనా లంచం డిమాండ్ చేస్తా భయపడకుండా.. తమ దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచిస్తున్నారు అధికారులు.

వాతావరణ శాఖ నూచనలు విన్మార్గా? అయితే అల్ట్రో గా ఉండాల్సిందే

హైదరాబాద్ పేన్ పవర్: అంధ్రప్రదేశ్, తెలంగాణ రాష్ట్రాల్లో భారీ వర్షాలు పడే అవకాశముందని వాతావరణ కేంద్రం హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. నైరుతి రుతువసాలు ప్రవేశించడంతో పాటు ఉపరితల ఆవర్తన ప్రభావంతో వర్షాలు దంచికొడుతాయని చెప్పింది. భరీఫ్ సీజన్ మొదలు కావడంతో రైతులు కూడా వర్షం కోసం ఎదురు చూస్తున్నారు. అయితే రాసున్న రెండు రోజుల పాటు రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశముందని తెలిసింది. ఈ మేరకు రైతులకు వాతావరణ శాఖ తీపికబురు అందించింది. ఇప్పుడు పడే వర్షాలతో భరీఫ్ సాగుకు సులువుగా మారుతుందని, వరుఱడు కరుణించాలని అన్నదాతలు కోరుకుంటున్న సమయంలో వాతావరణ శాఖ గుడ్ స్వాస్థ చెప్పింది.

బలమైన ఈదురుగాలులు...

అంధ్రప్రదేశ్ లో మోస్తరు నుంచి భారీ వర్షాలు పడతాయని తెలిపింది. ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వర్షాలు పడతాయనిచెప్పింది. గంటకు నలబై కిలోమీటర్ల నుంచి యాభై కిలోమీటర్ల



టుడే వెదక్ రిపోర్ట్

వేగంతో ఈదురుగాలులు వీచే అవకాశముందని కూడా తెలిపింది. భారీ వర్షాలు పడతాయని ప్రజలు కొన్ని ప్రాంతాల్లో అప్రమత్తంగా ఉండాలని నూచించింది. ఈ మేరకు విశాఖ వాతావరణ

కేంద్రం హెచ్చరికలు జారీ చేసింది. కొన్ని కుండపోత వర్షం కురిసే అవకాశముందని అవసరమైతే తప్ప ప్రజలు బయటకు రావడని కూడా వార్షిక్ ఇచ్చింది.

రైతులకు గుడ్ స్వాస్థ చెప్పిన సర్కార్.. అర్థాత ఉన్నత్తు టెన్సన్ పదక్కకర్దేరు

హైదరాబాద్ పేన్ పవర్: అంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఏర్పాటులు విధాది పూర్వాయిన సందర్భంగా ఇస్తున్న హామీలను వరసగా అమలు చేస్తుంది. ఇప్పటికే అనేక హామీలను అమలు చేసిన ప్రభుత్వం ఇటీవల అన్నదాత సుఖీభవ పథకం కింద నిధులను విడుదల చేసింది. తల్లుల భాతాల్లో పదమూడు వేల రూపాయలు ఒక్కాక్క విచ్చార్థిక జమ చేసింది. ఇక ఇప్పుడు రైతుల వంతు వచ్చింది. రైతులు ప్రస్తుతం భరీఫ్ సీజన్ ప్రారంభం కావడంతో అన్నదాత సుఖీభవ పథకాన్ని విడుదల చేయాలని నిర్ణయించింది. పీఎం కిసాన్ పథకం నిధులతో కలిపి విడుదల చేసేలా చర్చలు ప్రారంభించింది. ఇర్వై వేల రూపాయలు ఇస్తామని హామీ ఇచ్చినా కేంద్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చే అరు వేల రూపాయలు తీసేస్తే పథ్ఫాలుగు వేల రూపాయలు విడుదల వారీగా అంటే మూడు దఫాల్లో జమ చేయనుంది.

గత విధాది జమ కాకపోవడంతో...

కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఇప్పటి వరకూ అన్నదాత సుఖీభవ పథకం నిధులు విడుదల చేయలేదు. భరీఫ్, రబీ సీజన్ లు గత విధాది గదిచిపోయినా నిధులు విడుదల కాలేదన్న అసంతృప్తిలో అన్నదాతలకు ఉండల కల్గించేలా నిర్ణయిం తీసుకుంది. అయితే దీనికి సంబంధించి అర్పులైన లబ్బిదారుల ఎంపిక ప్రక్రియ కూడా పూర్తయింది. పీఎం కిసాన్ నిధులు ఈ వారంలోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం విడుదల చేయసుంది. దీంతే పాటు నాలుగు వేల రూపాయలను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నుంచి ఇప్పాలని నిర్ణయించింది. అంటే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చే నాలుగు వేల రూపాయలు, కేంద్ర ప్రభుత్వం



ఇచ్చే రెండు వేల రూపాయలు కలిపి మొత్తం అరు వేల రూపాయలు అన్నదాతల భాతాల్లో జమ కానున్నాయి.

అర్పులైన వారిని గుర్తించి...

వ్యవసాయ శాఖ ఇప్పటికే అంధ్రప్రదేశ్ లో అన్నదాత సుఖీభవ పథకం కింద అర్పులైన లబ్బిదారుల జాబితా సిద్ధములనుట్లు తెలిసింది. మొత్తం 46 లక్షల మందికి అన్నదాత సుఖీభవ పథకం వర్షించుసందని తెలిసింది. వారిని ఇప్పటికే బ్యాంక్ అకోంట కేవైసీ పూర్తి చేసుకోవాలని చెప్పింది. అయితే కేవైసీ పూర్తి కాకుంటే నిధులు జమ చేయలేమని వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు చెబుతున్నారు. కానీ అర్పులైన వారందరికి ఇప్పాలని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయడు ఆడేశించారు. అర్పు ఉండి అన్నదాత పథకం అండకపోతే గ్రామ, వార్డు సచివాలయం ద్వారా ఫిర్యాదు చేయడానికి కొంత సమయం ఇచ్చే అవకాశముందని కూడా ప్రభుత్వ వర్షాల వెల్లడించాయి. తల్లికి వందనం పథకం తరపోతే అర్పులైన అందరికి ఇప్పాలని నిర్ణయించిన చంద్రబాబు అర్పులైన వారు ఫిర్యాదుకు నిధులు విడుదలయిన తేదీ తర్వాత కొంత సమయం ఇప్పాలని నిర్ణయించారు.

ఈదురుగాలుల ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుందని, చెట్లకింద పౌట్రింగ్ ల కింద నిల్చేవద్దని ఏపీ విపత్తుల నిర్వహణ సంస్కరింది.

ఈరోజు తెలంగాణలో ఈ జిల్లాల్లో...

తెలంగాణలోనూ రాసున్న రెండు రోజులు పాటు మోస్తరు నుంచి తేలికపాటి వర్షాలు పడతాయని ట్రైదరాబాద్ వాతావరణ శాఖ తేలిపింది. ముప్పయి నుంచి నలబై కిలోమీటర్ల వేగంతో ఈదురుగాలులు వీస్తాయని కూడా చెప్పింది. కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఉరుములు మెరుపులతో కూడి బలమైన గాలులతో కూడిన వర్షం పడనుండటంతో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని చెప్పింది. ఈరోజు నాగర్ కర్నూల్, కామరెడ్డి, మెదక్, సంగారెడ్డి, వికారాబాద్, మేడ్చర్ మల్కాజ్ గిరి, హైదరాబాద్, రంగారెడ్డి, హన్కుండ, వరంగల్, మహబూబాబాద్, సూర్యాపేట, ఖమ్మం, కొత్తగూడం, ములుగు, జయశంకర్ భాషాలపల్లి, పెద్దపల్లి, కరీంనగర్, రాజన్న సిరిసిల్ల, జిగ్యాల, నిజామాబాద్, నిర్వల్, మంచిర్యాల, కుమురం భీం ఆసిపోబాద్, ఆదిలాబాద్ జిల్లాల్లో వర్షాలు పడతాయని చెప్పింది.

తిరుమల కూడా లైన్ లోకి వెళ్తే బయటకు వచ్చేసరికి ఎంత టైమ్ పడుతుందో తెలిస్తే?



వెల సంఖ్యలో తిరుమలకు ప్రతి రోజు భక్తుల రద్ది కొనసాగుతుంది. ఆదివారం కావడంతో భక్తుల రద్ది ఎక్కువగానే ఉంది. కంపార్ట్ మెంట్లన్నీ ఘల్లుయిపోయాయి. భక్తులు ఎక్కడ చూసినా తిరుమల వీధుల్లో కనిపిస్తున్నారు. వరసగా సెలవులు రావడంతో భక్తులు తిరుమలకు పోటురు. వేసవి సెలవులు మగసినప్పటికే తిరుమలకు భక్తుల సంఖ్య వి మాత్రం తగ్గడం లేదు. తిరుమల త్రేవారిని దర్శించుకునేందుకు భక్తులు బారులు తీర్చాడంతో తిరుమలకు చూరుచున్నారు. వెల సంఖ్య నిండి ప్రమాణం తగ్గించుకునే అధికారులు వెంట్లు నిండిపోయి బయట శిలా తోరణం వరకూ భక్తుల కూడా లైన్ లేకుండ కొన్ని కంపార్ట్ మెంట్లు నిండిపోయి బయట శిలా తోరణం వరకూ భక్తుల కూడా లైన్ లేకుండ ప్రవేశించే భక్తులకు శ్రేవారి దర్శనం ఇరవై నాలుగు గంటల సమయం పడుతుందని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అధికారులు చేస్తున్నారు. వెల సంఖ్య నుంచి భక్తులకు ప్రతి రోజు కొన్ని కంపార్ట్ మెంట్లు నిండిపోయి బయట శిలా తోరణం వరకూ భక్తుల కూడా లైన్ లేకుండ ప్రవేశించే భక్తులకు శ్రేవారి దర్శనం ఇరవై నాలుగు గంటల సమయం పడుతుందని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అధికారులు చేసుకుంటారు. కానీ మే 15వ తేదీ నుంచి తిరుమలలో భక్తుల రద్ది ఎక్కువగా ఉండని వెల సంఖ్య నుంచి భక్తులకు ప్రతి రోజు కొన్ని కంపార్ట్ మెంట్లు నిండిపోయి బయట శిలా తోరణం వరకూ భక్తుల కూడా లైన్ లేకుండ ప్రవేశించే భక్తులకు శ్రేవారి దర్శనం ఇరవై నాలుగు గంటల సమయం పడుతుందని తిరుమల తిరుపతి దేవస్థానం అధికారులు చేసుకుంటారు. వెల సంఖ్య నుంచి భక్తులకు ప్రతి రోజు కొన్ని కంపార్ట్ మెంట్లు నిండిపోయి బయట శిలా తోరణం వరక

ಅಪ್ಪಣಿ ಇರಾಕ್ ನು ಲೊಂಗದಿನಿನ ಅಯುಥಾನ್ನೆ ನೇಡು ಇರಾನ್ ಪ್ರಮ್ಯಾಗಿಂಚಿನ ಅಮೆರಿಕಾ!

- అమెరికా అమ్యులపాబిల్రో కీలక అస్త్రం
తోమహార్ట్ క్రూయిష్ క్లిపసి
 - మూడు దశాబ్దాలుగా అనేక యుద్ధాల్లో
విజయపుంతమైన వినియోగం
 - సబ్బోనిక్ వేగంతో, తక్కువ ఎత్తులో
ప్రయాణించే ప్రత్యేకత
 - నౌకలు, జలాంతర్గాముల నుంచి
ప్రయోగించే సాలభ్యం
 - ఇరాక్, లిబయా, సిలియా, తాజాగా
ఇరాన్‌పై కూడా ప్రయోగం
 - అధునాతన నేవిగేషన్ వ్యవస్థలో
కచితమైన లక్ష చేదన



ప్రాదురాబాద్ పెన్ పవర్:ప్రపంచవ్యాప్తంగా దేశాలు సూపర్ సోనిక్, ప్రాపర్ సోనిక్ క్లిపులఁ అభివృద్ధిలో పోతీ పడుతున్న ప్రస్తుత తరుణంలో, అమెరికా మాత్రం కొన్ని దశాబ్దాలుగా ఒక సబ్జెస్టివ్ క్లిపుటిపైనే ఎక్కువగా ఆధారపడుతేంది. అదే టోమపోక్ క్రూయిజ్ క్లిపుటి. గతంలో ఇరాక్ యుద్ధంలో అమెరికా ప్రయోగించిన తొలి అయిథం కూడా ఇదే కావడం గమనార్థం. ఇరాన్ అణు కేంద్రాలపై దాడికి బంకర్ బస్టర్ బాంబుల గురించి ప్రపంచవ్యాప్తంగా చర్చ జరుగుతుండగా, టోమపోక్ క్లిపుటి తన వని తాను నిశ్శబ్దంగా హూర్తి చేసింది. సుమారు మాడు దశాబ్దాలకు పైగా అనేక యుద్ధాల్లో అమెరికా పైన్యం అత్యధికంగా విశ్వాంచిన ఆయుద్ధాల్లో టోమపోక్ ఒకటి. ఇరాక్, సిరియస్, లిబియా, గల్వ్ దేశాలు, యెమెన్ వంటి అనేక

నమస్కార్తుక ప్రాంతాల్లో అమరికా ఈ క్లిపటిని విరివిగా ఉపయోగించింది. ప్రయోగించిన ప్రతీసారి ఇది తనకు లక్ష్యాలను విజయవంతంగా చేధించిందని నివేదికలు తెలియజేసున్నాయి.

టోపహక్ విష్ణువును సముద్రంలోని యుద్ధానాకలు, జలాంతర్థాముల నుంచి శత్రువుల భూస్థావరాలపైకి ప్రయోగించేలా రూపొందించారు. దీని తయారీ అలోచన 1970లలో ప్రచ్ఛన్న యుద్ధ సమయంలో తెరపైకి వచ్చింది. జనరల్ డైనమిక్స్ సంస్థ దీనిని

ఆభివృద్ధి చేయగా, 1983 నాటికి ఇది అమరికా సైనిక
దళాల అప్పులపాదిలో చేరింది. బూస్టర్స్ ను
మినహోయిస్ట్, ఈ క్రిప్పటి పొడవు 5.6 మీటర్లు
ఉంటుంది. ఇది సుమారు 1600 కిలోమీటర్లకు
దూరంలోని లక్ష్మీలను కూడా ఛేదించగలదు. గంటకు
880 కిలోమీటర్ల వేగంతో (సబ్సినిక్) ప్రయాణిస్తుంది.
భూ ఉపరితలానికి కేవలం 30 నుంచి 35 మీటర్ల
ఎత్తులో ప్రయాణించే సామర్థ్యం ఉండటం వల్ల, ఇది
లక్ష్మీనికి అత్యుత్తమ సమీపంగా వచ్చే వరకు శత్రువు
రాదార్లు దీనిని గుర్తించడం కష్టం. అందువల్లే ఇది
చాలా యుద్ధాల్ఫ్ నమ్మకమైన అన్సింగా

పేరుతెచ్చుకుంది. ఈ క్లిపటి సుమారు 450 కిలోల
 బరువైన సంపదాయ వార్పొడిషన్ మొసుకెళగలరు.
 అమెరికా వద్ద ఉన్న 140 యుద్ధనౌకలు,
 జలాంతర్వాములలో దీనిని ప్రయోగించే ఏర్పాట్లు
 ఉన్నాయంటే, దీని ప్రామణ్యతను అర్థం చేసుకోవచ్చ.
బాగ్డ్ యుద్ధంలో తొలి అప్పం
 ఇరాక్‌పై అమెరికా చేపట్టిన 'అపరేషన్ డెజట్ స్టార్క్' యుద్ధంలో, బాగ్డ్ నగరంపై ప్రయోగించిన
 మొట్టమొదటి ఆయుధం టోమహక్ క్లిపపట్టి. మొత్తం 42
 రోజులపాటు సాగిన ఈ యుద్ధంలో అమెరికా మొత్తం
 297 టోమహక్ క్లిపపటలను ప్రయోగించగా, వాటిలో
 282 క్లిపపటలు తమ లక్ష్యాలను కచ్చితంగా తాకాయి.
 కొన్నిసార్లు చాలా ఎక్కువ ఎత్తు నుంచి, మరికొన్నిసార్లు
 తక్కువ ఎత్తు నుంచి ప్రయాణిస్తూ ఇవి శత్రువులను
 గందరగోళానికి గురిచేసి బాగ్డ్‌పై విరుచుకుపడ్డాయి.
 ఒక్కో టోమహక్ క్లిపటి ఖరీదు సుమారు 2 మిలియన్
 దాలర్ వరకు ఉంటుందని అంచనా.

అధునాతన నేవిగేషన్ వ్యవస్థ
 ఈ క్లిపడిలో ఆత్మంత ఆధునాతనమైన స్ట్రో నేవిగేషన్ వ్యవస్థలు ఉన్నాయి. జిపీఎస్, ఇనర్సియల్ నేవిగేషన్ సిస్టమ్ (ఎవెన్వెన్) వంటి సాకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని ఇది ఉపయోగించుకుంటుంది. అంతేకాకుండా, దీనిలో ఉండే పెరైన్ కాంటూర్ మూళ్యచింగ్ (%జు=జూవీ%) వ్యవస్థ, ముందుగా లోడ్ చేసిన మార్గపులను అనుసరిస్తూ, భూమిపై వాస్తవంగా ఉన్న చిత్రాలను పోల్చుకుంటూ లక్ష్యం వైపు కచ్చితప్పంతో దూసుకెళ్లుంది. అత్యాధునిక డేటా లింక్లు కూడా దీనికి ఉండటం వల్ల, ప్రయాణ మార్గమధ్యంలో దీని దిశను మార్గపచ్చ లేదా అవసరమైతే మీపస్సను రద్దు చేసే సౌలభ్యం కూడా ఉంది.

**శాశ్వతంగా గుర్తుండిపోయేలా దెబ్బకొడతాం..
అమెరికాకు ఇరాన్ మంత్రి వాల్ట్‌గ్రెండ్**



ప్రాచురాబాద్ పెన్ పవర్స్‌ఫోర్స్ సహా
 తమ దేశంలోని మూడు అణుకేంద్రాలపై
 దాడులు చేయడం ద్వారా అమెరికా
 తీవ్రమైన నేరానికి పాలుడిందని ఇరాన్
 విభేశాంగ మంత్రి సయ్యద్ అబ్బాస్
 ఆరోపించారు. తాము శాంతియుతంగా
 ఏర్పాటు చేసుకుంటున్న అణు
 కేంద్రాలపై అమెరికా దాడులు
 చేయడాన్ని అయిన ఖండించారు.
 అంత్రజాతీయ చట్టాలను ఉల్లంఘించి
 దాడులు చేసిన అమెరికాకు తగిన
 గుణపారం చెబుతామని స్వస్థం చేశారు.
 ఈ దాడులకు ప్రతీకారంగా తాము
 చేయబోయే గాయం అమెరికాకు
 శాశ్వతంగా గుర్తుండిపోతుందని ఘూటు
 వాఱులు చేశారు.

ఐక్యరాజ్య సమితి భద్రతా మండలిలో
 శాశ్వత సభ్యుడేశపైన అమెరికా ఇలా
 నేరహూరితంగా ప్రవర్తించడం
 సరికాదన్నారు. ఇటువంటి నేరహూరిత
 ప్రవర్తన ఉన్న అగ్రరాజ్యం వట్ట
 అప్రమత్తంగా ఉండాలని బరానలోని
 సభ్యులకు అబ్బాస్ సూచించారు.
 యూఎన్ చార్టర్ ప్రకారం.. ఆత్మరక్షణ
 హక్కును వినియోగించుకుంటూ ఇంగ్లెస్
 తన సార్వభౌమత్వాన్ని ప్రజలను
 రక్షించుకోవడానికి అవసరమవన అన్ని
 చర్యలూ తీసుకుంటుందని తెలిపారు.
 అమెరికా ప్రవర్తనను ఖడించాలని
 ప్రపంచ దేశాలకు అబ్బాస్
 పిలువనుచారు.

ప్రాదరాబాద్ ఆర్ట్‌కాలేజీలో ఆగంతుకుల కలకలం!

- ప్రాదురాబాద్ అర్థి కాలేజీలోకి నికిల్ ఎడిలతో నలుగురి చీరబాటు
 - తాము ఎయిర్పాట్‌క్రీ అర్థకారులమని నమ్మించే విఫలయ్యత్తుం
 - అర్థి కళాశాలలో ఉన్నిస్తోగాల పేరట మోసమని పాశీనీలు లింగారణ
 - ప్రధాన సూత్రధారి బీహిరెంక చెందిన ఆశిష్ కుమార్
 - ఉన్నిస్తోగం లేదని స్వప్సం చేసిన నాట్కీ జీన్ డీసీ రఘ్రీ
 - నించితులను లార్స్ చేసి లమ్మాండ్ర్ తరలించిన పాశీనీలు

ప్రాదురాబాద్ పెన్ పవర్‌ప్రాదురాబాద్లోని తిరుపులగిరి అర్ధీ ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలోకి నలుగురు వ్యక్తులు నకిలీ గుర్తింపులతో ఆక్రమంగా ప్రవేశించడం కలకలం రేపింది. తాముఖ్యం ఎయిర్ఫోన్స్ అధికారులుని నమ్మబులికి, నకిలీ ఐష్టి కార్యాలయం చూపించి లోనికి ప్రవేశించిన వీరిని అర్ధీ సిబ్బంది పట్టకును పోలీసులకు అప్పగించారు. పోలీసులు నిందితులను అర్టైస్ రిమాండ్కు తరలించారు. ఈ మటుపై నార్

జోన్ డిస్ట్రిక్టు రష్యా పెరుమాళ్ మీడియాకు వివరాలు వెలిడించారు.

డీసీపీ వెల్లిందినచిన వివరాలు

తిరుమలగిరి ఆర్ట్ కళాలాభాక్షరాలోకి నలుగురు వృక్షులు అత్కమంగా వొరబడిన ఘుటనడై దర్శావు కొనసాగుతోందని డీసీపీ రష్ట్రానికి పెరుమార్థ తెలిపారు. “న్యార్ జోన్ పరిధిలో అనేక మిలటరీ, ఆర్ట్ ప్రాంతాలున్నాయి. ఇది దేశ భద్రతకు సంబంధించిన సున్నితమైన అంశం కాబట్టి, మీడియా సంయుమనం పాటించాలి” అని ఆమె కోరారు. ఈ కేసులో ఎలాంటి ఉగ్రవాద కోణం లేదని ఆమె స్పష్టం చేశారు. “ప్రధాన నిందితుడు ఆశిష్ కుమార్ బీహర్కు చెందిన వ్యక్తి ప్రస్తుతం ప్రోదరాబాద్లో పనిచేసున్నాడు. ఇతను గతంలో కాంగ్రెస్ విరహించిన అప్పబడం

ఉంది. ఆర్టీ కళాశాల క్యాంటీన్‌లో ఉద్యోగాలు ఇప్పిస్తానని నమ్మించి, తనతో పాటు వచ్చిన మిగతా ముగ్గురిని ఆశిష్ మొసం చేశాడు. వారి దగ్గర నుంచి కమీషన్ కూడా తీసుకున్నాడు” అని డీసీపీ వివరించారు. ఆర్టీ కళాశాల ప్రాంగణంలో ఈ నలుగురు ఫోలోలు తీస్తుండగా ఆర్టీ సిబ్బంది గమనించి పట్టుకున్నారని తెలిపారు. ఆశిష్ కుమార్చె గతంలో బీహర్లో కూడా ఇలాగే ఓ మిలటరీ ప్రాంతంలోకి అక్రమంగా చొరబడిన కేసు నమోదైనదని డీసీపీ రెప్పీ వెల్లడించారు. “అన్ని కోణాల్లోనూ కేసును దర్శాప్తు చేస్తున్నాం. ఇలాంటి సున్నితమైన కేసుల దర్శాప్తులో మీడియా పోలీసులకు

సహకరించాలి” అని ఆమె విజ్ఞప్తి చేశారు.
 ఈ ఘనట్టాలో ఆర్టీ కళాశాల పరిసరాల్లో భద్రతను మరింత
 కట్టుడిట్టం చేశారు. నిండితుల సుమచి స్వీధినం చేసుకున్న నకిలీ లడీ
 కార్డులు, ఇతర ఆధారాలపై పోలిసులు లోపుగా విచారణ
 జరుపుతున్నారు.



ఈ వదు ఆప్టిరాలలో క్వాన్స్ కారక పదార్థం!

- పిండి పదార్థాలను అభిక వేడిలో వండినప్పుడు అక్రిలమైడ్ ఏర్పడుతుంది
 - బంగాళాదుంప చివ్వు, ప్రైంచ్ ప్లైస్టిక్ అక్రిలమైడ్ అభికం
 - ప్యూకెట్జ్ జిస్కెట్లు, కుకీలలోనూ ఈ రసాయనం ఉండించ్చు
 - మాడిపాశియన బ్రైడ్ ట్రిస్ట్ కూడా ప్రమాదకరమే
 - కాఫీ గీంజలను వేయించేటప్పుడు అక్రిలమైడ్ ఉత్సత్తి అవుతుంది



ప్రాదుర్బాణ పెన్ పవర్స్:మన దైనందిన జీవితంలో తీసుకునే అనేక సాధారణ ఆహార పదార్థాలలో అక్రిలమైడ్ అనే రసాయనం ఉంటుందని తెలిస్తే ఆశ్చర్యపోవాలిందే. ముఖ్యంగా పిండి పదార్థాలు కలిగిన ఆహారాన్ని అభిక ఓష్టోగ్రతల వద్ద వేయించడం, బేకింగ్ చేయడం లేదా రోష్టింగ్ చేయడం వంటి పద్ధతుల్లో వండినప్పుడు ఇది తయారవుతుంది. అక్రిలమైడ్కు, క్యాన్సర్కు మధ్య ఉన్న సంబంధంపై శాస్త్రవేత్తలు ఇంకా లోతైన అధ్యయనాలు చేస్తున్నప్పటికీ, దీనికి తరచూ గురికవడాన్ని తగ్గించుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. వంట చేసే పద్ధతుల్లో కొన్ని చిన్నపాటి మార్పులు చేసుకుంటే, ఆహారపు రుచిలో పెద్దా తేడా లేకుండానే అక్రిలమైడ్ మొత్తాదును తగ్గించుకోవచ్చని వారు సూచిస్తున్నారు. అక్రిలమైడ్ సాధారణంగా ఎక్కువగా

ఏర్పడే కొన్ని ఆహార పదార్థాలు, వాటిని సురక్షితంగా
ఆస్వాదించే పద్ధతులు ఇక్కడ ఉన్నాయి.

కరకరలాడే స్వాక్ష్మ మరియు ప్రైవెన్

బంగాళాదుంప చిప్ప), [ఇంచ్ ట్రైన్], ఇతర నూలెల బాగా వేయించిన స్వాక్ష్మ ఈ జాబితాలో మొదడిన స్థానంలో ఉంటాయి. బంగాళాదుంపలను అధిక వేడిక వద్ద వేయించినపుడు లేదా బెక్ చేసినపుడు, వాతిలోని సహజ చక్కరలు అమైనో ఆమ్లాలతో చర్య జిరపి అక్రిలమైడ్సు ఉత్సుకి చేసాయి. పదార్థం ఎంత ఎక్కువగా వేగి, ఎంత ముదురు రంగులోకి మారితే అంత ఎక్కువ అక్రిలమైడ్ ఉంటుంది. వీటికి బదులుగా ఉడికించిన లేదా ఎయిర్-ప్రై చేసిన వాణిసి ఎంచుకోవడం, మరీ ఎక్కువగా వేగించకపోవడం

ద్వారా దీని ప్రభావాన్ని తగ్గించుకోవచ్చు

ప్రోకెష్ట్ బిస్కెట్లు మరియు కుకీలు

వీటినీ తరమగా అధిక ఒప్పేస్తుల వద్ద బెక్ చేస్తారు. వీటిలో అట్లిమైట్ పాటు, అదనపు ప్రిజర్స్ లీటులు, శుద్ధి చేసిన చక్కర కూడా ఉండవచ్చు. ఇవి తినడానికి రుచిగా, కరకరలాడుతూ ఉన్నప్పటికీ, తరమగా తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదు. టీఎస్ పాటు బిస్ట్రో తినే అలవాటు ఉంటే... బయట కొనుగోలు చేసిన, బాగా వేగిన వాటికి బదులుగా ఇంట్లో తయారుచేసుకున్న లేదా తక్కువగా బెక్ చేసిన వాటిని ప్రయత్నించడం మేలు.

బాగ్నే అనిపించవచ్చు, కానీ మరీ ఎక్కువగా వేగించడం వల్ల ఎక్కువ అక్రిలమైడ్ ఏర్పడుతుంది. బ్రైడ్సు లేతగా టోష్ట్ చేసుకోవడం, బాగా నల్లగా లేదా మాణిపోయినట్లు కనిపించే వాటిని తినకపోవడం ఉత్తమం. తక్కువగా టోష్ట్ చేసిన పెంగాల్గ్రెయిస్ బ్రైడ్లు పైబర్ కోసం మంచిని, అలాగే అక్రిలమైడ్ కూడా తక్కువగా ఉంటుంది.

५६

ఆశ్వర్యకరంగా కాఫీలో కూడా అక్రిలమైడ్ ఉంటుంది. కాఫీ గింజలను వేయించే (రోస్ట్ నగ్) ప్రక్రియలో ఇది ఏర్పడుతుంది. దీనివల్ల కాఫీని పూర్తిగా మానేయాల్సిన అవసరం లేదు, కానీ మితంగా తీసుకోవడం, ఇంట్లో గింజలను అతిగా వేయించకపోవడం మంచిది. కోల్డ్ బ్రూ కాఫీలు, లైట్ రోస్ట్ కాఫీలలో అక్రిలమైడ్ స్థాయిలు తక్కువగా ఉండవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

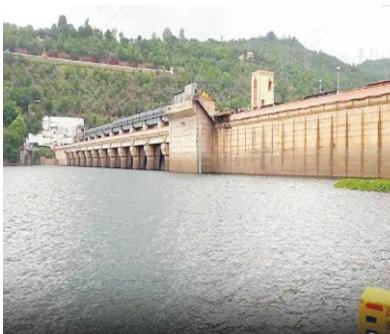
ప్రక్కెబ్బ సీరిల్

మొక్కలున్న (కార్బ్) లేదా గోధుమలతో తయారుచేసి, మంచి కరకరలాడే స్వభావం కోసం అధిక ఉప్పొగ్రెతల వద్ద వేయంచిన (తోష్ట చేసిన)

ఉద్దా బేక్ చేసిన సీర్లు అక్కిలమైడ్ ఏర్పడే ఆస్కారం ఉండని అధ్యయనాలు తెలువుతున్నాయి. ఆహార పదార్థాలను ఎక్కువ వేడికి గురిచేసినప్పుడు, వాతాలీని చక్కెరలు, అమినో ఆమ్లాల మర్యాద జరిగే రసాయనిక చర్యల వల్ల అక్కిలమైడ్ ఉత్పత్తి అవుతుంది. ఇది ఆరోగ్యానికి అంత మంచిది కాదని నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

అప్పారు శతావృత్తుల ఇటుబంచ చన్నహూ జ్యుత్తెల
తీసుకోవడం ద్వారా అక్రిలమైడ్ వంటి హోనికర
రసాయనాల ప్రభావం నుండి మన ఆరోగ్యాన్ని
కాపాడుకోవచ్చు).

జారాల గేట్సు ఎత్తివేత... శ్రీనైఱం జలాశయానికి వరద పోటు



పైదరాబాద్ పెన్ పవర్స్:మహోత్సవంలో
 కురుస్తున్న భారీ వర్షాలు తెలుగు రాష్ట్రాలు
 జలాశయాలపై ప్రభావం చూపుతున్నాయి.
 మహోత్సవంలో వరద ఉధృతి పెరగడంతో ..
 నీటి ప్రవాహం దిగువకు రావడం వలన...
 తెలంగాణ లోని ప్రాజెక్టులు నిండుకుండను
 తలపిస్తున్నాయి. జూరాల.. శ్రీశైలం
 జలాశయాలు వరదంతో నిండుతు న్నాయి.
 జూరాల డ్యూం నిండిపోవడంతో అధికారులు
 గేట్లు ఎత్తారు. దీంతో వరద నేరుగా శ్రీశైలం
 జలాశయానికి చేరుతుంది. ప్రస్తుతం
 జూరాల నుంచి శ్రీశైలానికి 60 వేల 587
 క్యానెక్కులు జనఫల్ల వస్తుండగా.. వర్షాలు
 తీవ్రతతో , ఎగువ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చినవి
 వరద నీటికి నిదర్శనం. డ్యూమ్ నుంచి
 ప్రసుతానికి నీటిని వరదంలోదరి తెలిపరు .

శ్రీశైలం జలాశయానికి పెరుగుతున్న జన్మష్టో
ప్రస్తుతం శ్రీశైలం పూర్తిస్థాయి నీటిమట్టం
854.20 అడుగులకు చేరింది.
శ్రీశైలం
జలాశయం నీటి నిల్వ సాపుర్ణం
215.7080 తీవ్రంసీలు,
89.7132 తీవ్రంసీలకు చేరిందని

అధికారులు వివరించారు.
విద్యుత్ ఉత్పత్తిపై ప్రభావం
 శ్రేణిలం ద్వారా కుడి మరియు ఎడమ వైపు
 ఉన్న విద్యుత్ ఉత్పత్తి కేంద్రాలు ప్రస్తుతం
 నిలిపివేశారు. ఇది ఒకవైపు ముందు
 జాగ్రత్తగా తీసుకున్న వర్య కాగా, మరోవైపు
 నీటి మట్టం పెరిగే దాకా విద్యుత్ ఉత్పత్తిని
 తిరిగి ప్రారంభించే అవకాశం ఉన్నదని

నెల్లూరు వీఅర్ పైస్‌మ్‌లు పునరుద్ధరణ... మంత్రి నారా లోకేన్ స్వందన

- నెల్లారు విఆర్ పైసుక్కల్ అజ్ఞవృద్ధిపై మంత్రి నారాయణకు లోకేస్ అజ్ఞనందన
 - రెండున్నర శతాబ్దాల చరిత్ర కలిగిన పారశాల పునరుద్ధరణ
 - డిజిటల్, ఆధునిక హాంగులతో స్వామీకు కొత్త రూపు
 - గతంలో మూతపదిన స్వామీలో జప్పుడు అభైషస్స పూర్తి
 - ఏపీ మోడల్ విద్యుత్కు ‘నారాయణ మాస్టర్సు సహకారం అజ్ఞనందనీయమన్న లోకేస్



ప్రాదురాబాద్ పెన్ పవర్స్:నెల్లూరు నగరంలో రెండునురు శతాబ్దాల నుండి చరిత్ర కలిగిన వెంకటగిరి రాజు వారి (విఅర్) ఉన్నత పారశాలను పూర్తిస్థాయి మాలిక సదుపాయాలతో అభివృద్ధి చేసిన రాష్ట్ర మంత్రి పొంగూరి నారాయణను విద్యుత్తాఖ మంత్రి నారా లోక్కే మనస్సుర్ఖిగా అభినందించారు. ఈ మేరకు ఆయన సోపల్ మీడియా ద్వారా తన స్పందనను తెలియజేశారు.మంత్రి నారాయణ ఎంతో పట్టుదలతో, ఆయన విద్యుత్తాఖం చేసిన పొరక్కాఁపు పూర్విపొయిన్లో డిస్ట్రిక్ట్

వయసుకు మైనర్లు.. న్యూడ్ కాల్స్ బ్లూక్ మెయిలింగ్.. లైంగిక వేధింపులు..

ప్రైదరాబాద్ పెన్ పవర్: సార్ట్రో ఫోన్ పుణ్యమాని.. పిల్లలు వయసుకు మించిన పసులు చేస్తాచీతిలానే నాశనం చేసుకుంటున్నారు. వీడియోగేమ్స్, ఇంస్టాగ్రామ్ రీల్స్, బెట్టింగ్ అప్స్ అంటూ నాశనం అయ్యేటోళ్లు కొంతమంది అయితే.. న్యూడ్ కాల్స్, సెక్స్ చాట్ అంటూ వయసుకు మించిన పసులు చేసి మరికొంతమంది నాశనం అవుతున్నారు. ఇలాగే ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో పలువురు మైనర్లు కటకటాల పాలయ్యారు. ఇందుకు సంబంధించి విపరాలింగా ఉన్నాయి.

ఆదిలాబాద్ జిల్లా, గుడిహభూర్ లో మైనర్ పై లైంగిక వేధింపులకు పాల్పడిన ఎనిమిది మందిని అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్ కి తరలించారు పోలీసులు. అమ్మాయి తో న్యూడ్ కాల్ మాట్లాడిన బాలుడు ఆ న్యూడ్ కాల్ రికార్డు ను తన స్నేహితులకు పార్ట్ పోక్స్ చేశాడు. తన స్నేహితులతో కలిసి బాధితులాలిని మానసికంగా వేధించారు.



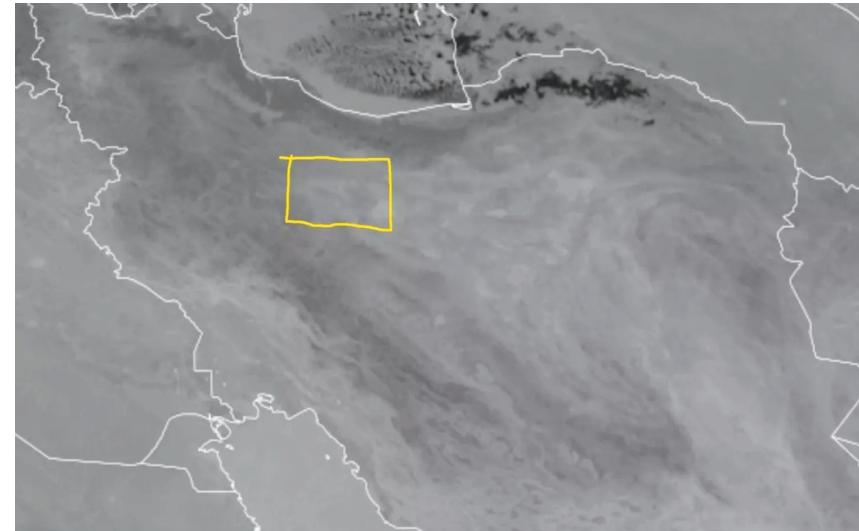
స్నేహితులతో కలిసి బాధితులాలిని లైంగికంగా చీం బృందం కలిసి స్పెషల్ ఆపరేషన్ వేధించారు నిందితులు. నిందితులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. నిందితులలో ఇద్దరు మైనర్లు, బాధితులు. బాధితులాలి ఫిర్యాదుతో అరుగురు మేజర్లు ఉన్నట్లు తెలిపారు పోలీసులు. నిందితుల వద్ద నుండి ఏదు మొబైల్ ఫోన్ లు గుదియత్తుర్ పోలీసులు. ఇచ్చేడు పోలీసులు, ప్రైదరాబాద్ పైన్ పవర్: అబ్బుల్లాపూర్ మెట్? లో విషాదం.. చెరువులో పడి ఇద్దరు మృతి.. కాపాడబోతే ప్రాణం పోయింది..



ప్రైదరాబాద్ పైన్ పవర్: అబ్బుల్లాపూర్ మెట్? లో విషాద ఘటన జరిగింది. అనాట్స్ పూర్ చెరువులో పడి దురదృష్టవశాత్తూ ఇద్దరు మృతి చెందిన ఘటన స్టానికంగా విషాదం నింపింది. ప్రజీత అనే 12 విళ్ల బాలిక కాలు జారి చెరువులో పడింది. ప్రజీతను కాపాడబోయి ఇంద్రజీత్ నేనా రెడ్డి(20) అనే యువకుడు మృతి చెందాడు. కూతురిని కాపాడబోయి నీటిలో మునిగిన తండ్రిని స్టానికులు కాపాడారు. ఆదిలాబాద్ జిల్లాలో కూడా ఇలాంబీ హృదయ విదారక ఘటనే జరిగింది. గుడిహభూర్ ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో సీలింగ్ ఫ్యాన్ ఊడిపడి రెండు రోజుల క్రితం పుట్టిన పాపకు తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. సీలింగ్ ఫ్యాన్ ఉన్నట్టుండి పాపవై ఊడి పడింది. పాపకు తీవ్రమైన గాయాలు కావడంతో చికిత్స కోసం రిమ్స్ అముప్రతికి తరలించారు. కోఢిగూడ గ్రామానికి చెందిన పాయల్ అనే మహిళ రెండు రోజుల క్రితం పాపకు జన్మచ్చింది. ఇంతలోనే పాప తీవ్ర గాయాలపాత్రమ పరిష్కారించాలి. పాప అపాయం నుంచి బయటపడాలని ఈ విషయం తెలిసిన వాళ్లు కోరుకున్నారు.

సింగయ్ మృతి కేసు..

పోలీసుల అదుపులో కారు
డైవర్.. A2గా వైసీపీ అభినేత



ప్రైదరాబాద్ పైన్ పవర్: ఏపీ పాలిటిక్స్? లో ప్రస్తుతం చర్చాయింశంగా మారిన జగన్ పల్లాడు పర్యటనలో కీలక పరిణామం చోటుచేసుకుంది. కారు డైవర్ రమణారెడ్డిని పోలీసుల అదుపులోకి తీసుకున్నారు. జగన్ పర్యటనలో కారు కింద పడి సింగయ్ అనే వృద్ధుడు మృతి చెందిన కేసులో అరెస్ట్ చేసినట్లు పోలీసులు తెలిపారు. కారు నెంబర్ AP 40 DS 2349గా పోలీసులు గుర్తించారు. ఈ కేసులో A1గా డైవర్ రమణారెడ్డి, A2గా జగన్, A3గా కారు యజమానిని చేర్చాలని నిర్ణయించారు. వైసీపీ పేరిట జగన్ OSD కృష్ణమాహనరెడ్డి ఈ కారును కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిసింది. ప్రమాదం జరిగినరోజు 304A సెక్షన్స్ పై కేసు నమోదైంది. జగన్ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 304 పార్క్-2 సెక్షన్ చేర్చే అవకాశం కూడా ఉంది. BNS సెక్షన్ 105 కింద కేసు నమోదు చేయాలని కూడా ఏపీ పోలీసులు భావిస్తున్నారు. ఏపీ రాజకీయాల్లో శనివారం నుంచి సోషల్ మీడియాల్లో టైర్లు అయినట్లు చెప్పడం గమనార్థం. ఈ కారు కింద సింగయ్ మృతి చెందినట్లు పోలీసులు చెప్పడం గమనార్థం. FIRలో అడవంగా 30

మహిళలకు కాళ్లకు పట్టిలు.. ఆచారమే కాదు.. సైంటిఫిక్ రీజన్ కూడా ఉంది..!

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: భారతీయ సంప్రదాయంలో బంగారాన్ని లాట్టీ దేవి రూపంగా భావిస్తారు. అందువలన బంగారం పట్టీలను కాళ్లకు పెట్టుకోరు. అయితే పాదాలకు వెండి పట్టీలు ధరించడం గౌరవనీయమైన ఆచారంగా పరిగణించబడుతుంది. ఎందుకంతే ఇది అలంకరణ లో ఒక భాగం మాత్రమే కాదు.. దాని వెనుక అనేక మతపరమైన, శాస్త్రీయ, అయిప్పేద కారణాలు ఉన్నాయి. ఇప్పుడు వాటి గురించి తెలుసుకుండాం.. భారతీయ ప్రీలు ధరించే ప్రతి ఆభరణానికి ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత ఉంది. ముఖ్యంగా మహిళల కాళ్లకు ధరించే పట్టీలకు ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉంది. ఇవి కేవలం అందానికి కాదు... ఆరోగ్యం కూడా కలుగజేస్తాయని అయిర్చేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. హిందూ మహిళలు అందంగా ఉండేదుకు వెండి పట్టీలను ధరిస్తారు. ప్రీలు చిన్న పెద్ద అనే తేడా లేకుండా తమ పాదాలకు వెండి పట్టీలను ధరించడం తరచూ కనిపిస్తుంది. ముఖ్యంగా పెట్టొన ప్రీలు వెండి పట్టీలను ధరిస్తే వైవాహిక జీవితం అనుందంగా ఉంటుందని నమ్ముతారు. వట్టీల గలగల అనే మధురమైన శబ్దం పర్యావరణాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. మనసుకు ప్రశాంతతను అందిస్తుంది. ఇక సైంటిఫిక్? గా వెండి పట్టీలు ధరించడం వలన రక్త ప్రసరణను మెరుగుపడి... చీలమండలు దగ్గర



పురాణాల ప్రకారం వెండికి సానుకూల శక్తిని కలిగించడం.. చల్లదనం... శాంతి.. స్వస్థతత్క చిన్నాగా భావిస్తారు. వెండి పట్టీలు ధరించడం వల్ల ఇంణ్లోకి సానుకూల శక్తి వస్తుందని.. ప్రతికూల శక్తులు తొలగిపోతాయని నమ్ముతారు. వట్టీల గలగల అనే మధురమైన శబ్దం పర్యావరణాన్ని శుద్ధి చేస్తుంది. మనసుకు ప్రశాంతతను అందిస్తుంది. ఇక సైంటిఫిక్? గా వెండి పట్టీలు ధరించడం వలన రక్త ప్రసరణను మెరుగుపడి... చీలమండలు దగ్గర

పాదాలలోని కొన్ని బిందువులైపై ఒత్తిడి పడుతుంది. ఇవి ఆక్యాప్రెషర్ సూశ్రంపై పనిచేస్తాయి. పాదాలలో వాపు, నొప్పి మొదలైన సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. అంతేకాండా మహిళల్లో హరోష్ట్ ప్రభావం ఎక్కువగా ఉంటుంది. వెండి పట్టీలు ధరించడం వలన హరోష్ ల సమతల్యత ఏర్పడి .. ఇది బుతు సమస్యలు, ఇతర హరోష్ అసమతల్యతల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుందని అనేక పరిశోధనలు వెల్లడించాయి. వెండిలో వ్యాధి నిరోధకత శక్తి ఉంటుంది. అందుకే

కొన్ని ఆయుర్వేద మందుల్లో వెండిని రసాయనంగా మార్పి కలుపుతారు. ఇంకా ఇందులో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ , యాంటీ వైరల్ లక్షణాలు ఉన్నాయి. వెండిని పాదాలకు ధరించడం వల్ల శరీరాన్ని అనేక రకాల ఇష్టెక్స్సు నుంచి రక్కిస్తుందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. శరీర ఉపోగ్రథ నియంత్రించే లక్షణం వెండి లోపంలో ఉంటుంది. శీతలీకరణ లక్షణాలను కలిగి ఉంటుంది. ఇది శరీర ఉపోగ్రథను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. జ్యోతిష్యం ప్రకారం చంద్రుడికి, శుక్ర గ్రహానికి వెండి ఆభరణాలకు సంబంధం కూడా ఉంది. చంద్రుడు మనస్సుకు కారకుడు, శాంతిని అందిస్తాడు. శుక్రుడు ప్రేమ, అందం, కళ, వైవాహిక అనుందానికి కారకుడు. వెండి పట్టీలు ధరించడం వల్ల ఈ గ్రహాలు బలపడతాయి. అప్పుడు వివాహ జీవితంలో మాధుర్యం, శ్రేయస్సును తెస్తాయి. అందువల్ల వెండి పట్టీలు కేవలం ఒక ఆభరణం మాత్రమే కాదు.. అవి భారతీయ సంస్కృతిలో ఒక లోతైన సంప్రదాయంలో భాగం. దీని వెనుక మత విశ్వాసాలు, సైంటిఫిక్ రీజన్స్ ఉన్నాయి. ఇవి మహిళల అందాన్ని పెంచడమే కాదు.. మహిళలకు ఆరోగ్యం, అధ్యాప్తాన్ని కూడా ప్రసాదిస్తాయి.

ఆరుద్ర కార్టే: ఎర్రపురుగిస్తే.. చెరువులు.. కుంటలు నిండుతాయి..!



ఆరుద్ర కార్టే

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: ఆరుద్ర కార్టే ఇవి ఎర్రని బొట్లుగా మెరుస్తా వచ్చిందంటే చాలు రైతనులు చెరువులు.. కుంటలవైపు చూస్తారు.. అవి ఎప్పుడు నిండుతాయా అని. మరో ముఖ్యిషిష్యం ఏంటంటే ఆరుద్ర కార్టేలో ఎర్రపురుగులు హల్? చల్? చేస్తాయి.. ఎర్ర పురుగు రైతుకు కనపడిందంటే సంతోషం అంతా ఇంతా కాదు.. ఎవుసం తీరు మారినా.. రైతు చేత మారినా.. ఆరుద్రల రాక మారలేదు.. కార్టే బలం తగ్గలేదు. తెలుగు పంచాగం ప్రకారం ఆరుద్ర కార్టే ల జ్యోష్ట్మ మాసం... కృష్ణ పక్షం 22వ రోజున ఆరుద్ర నక్కత్తం ఘడియల్లో ప్రారంభమవుతుంది. ఈ ఏడాది (2025) ఆరుద్ర కార్టే జూన్ 22 అదివారం రోజున ఆరుద్ర కార్టే వచ్చింది.. ఆరుద్ర కార్టే పేరు వినగానే మొదట గుర్తుకొచ్చేవి ఆరుద్ర పురుగులే. వాతావరణం చల్లబడి, తొలకరి జల్లులు కురియగానే నల్లని నేలపై

కనిపిస్తాయి. వర్షాలు కురుస్తుండటంతో... మృగశిర కార్టేలోనే ఆరుద్ర పురుగులు నేలపై తిరుగుతూ సందడి చేస్తా.. రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. అన్నదాతలకు మేలు చేసే ఈ పర్యావరణ నేస్తాలు... ఇప్పటి తరానికి ఇవేవో తెలియదు.. కానీ పల్లెటూళ్లో ఉండే పెద్దవారికి 30 ఏళ్లు పైబడిన వారందరికి ఆ పురుగులు ఏంటో అవి తీసుకొచ్చే మేసేజ్ ఎంటో స్పష్టంగా తెలుసు.. ఆరుద్ర కార్టేలో రైతులకు అనుందం కలిగిస్తుంటాయి. ఇంతా వెండి పట్టీలు కొల్పుత్తాయి. వెండి పట