





**ఏపీలో శాంతి భద్రతల  
వైఫల్యానికి ఎవరు కారణం?**

శాంతి భద్రతల వైఫల్యం ఏ ప్రభుత్వానికైనా చెడ్డపేరు తెస్తుంది. ఎన్ని మంచి పనులు చేసినా.. ఎన్ని సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేసినా శాంతిభద్రతల సమస్య మాత్రం ప్రజల్లోకి తొందరగా చొరబడుతుంది. గత వైసీపీ ప్రభుత్వంలోనూ అదే జరిగింది. నాడు జగన్ ప్రభుత్వం టీడీపీ నేతలపై అక్రమ కేసులు బనాయించడంతో పాటు చంద్రబాబు నాయుడును అరెస్ట్ చేయడంతో పాటు అనేక రకాలుగా లా అండ్ ఆర్డర్ సమస్య ఆ ప్రభుత్వం అధికారాన్ని కోల్పోవడానికి కారణమయింది. ఇప్పుడు అదే సమస్య కూటమి ప్రభుత్వంలోనూ స్పష్టంగా కనిపిస్తుంది. ఎక్కడ చూసినా ఘర్షణలు, హత్యలు, అత్యాచారాలు ప్రభుత్వానికి చెడ్డపేరును తెచ్చిపెడుతున్నాయి.

## శాంతి భద్రతలు...

నియోజకవర్గాల స్థాయిలో శాంతి భద్రతలు అదుపు తప్పడంపై వాటి ప్రభావం రానున్న ఎన్నికల్లో పడే అవకాశముందన్న ఆందోళన సీనియర్ నేతల్లోనూ వ్యక్తమవుతుంది. అందులో సోషల్ మీడియా వచ్చిన తర్వాత ఏ చిన్న సంఘటన జరిగినా వెంటనే ప్రజలకు తెలిసిపోతుంది. పోలీసులు కూడా నిష్పక్షపాతంగా వ్యవహరించాల్సి ఉంటుంది. కానీ పోలీసుల తీరు కూడా ఆక్షేపణీయంగానే కనిపిస్తుంది. ఎవరి నుంచి వచ్చిన ఆదేశాలు మాత్రమే తెలియదు కానీ మాజీ మంత్రులు అంబటి రాంబాబు, జోగి రమేష్ ల ఇళ్లపై దాడులు జరిగిన సమయంలో పోలీసులు చూసీ చూడనట్లు వ్యవహరించడాన్ని ప్రజలు తప్పుపడుతున్నారు. ఇంత బీభత్సం జరుగుతున్నా పోలీసులు పట్టనట్లు వ్యవహరించడాన్ని బట్టి చూస్తే శాంతిభద్రతల పరిస్థితి ఏ స్థాయిలో ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు.

వివాదానికి కారణమైన స్థితిలను...

అసలు వివాదానికి కారణమైన ఫ్లెక్సీలను ముందుగానే పోలీసులు తొలగించి ఉంటే ఇంత రచ్చ జరిగి ఉండేది కాదన్న అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతుంది. రెండు రాజకీయ పార్టీల మధ్య పోరు ఉన్న సమయంలో వివాదాస్పద ఫ్లెక్సీలను పెడితే ఖచ్చితంగా అక్కడ శాంతి భద్రతల సమస్యలు తలెత్తుతాయని చెప్పాలి. ఆ మాత్రం కూడా తెలియకుండా పోలీసు శాఖ నిద్రమత్తులో జోగుతుండటాన్ని ప్రతి ఒక్కరూ ప్రశ్నిస్తున్నారు. ఆరోజు ఫ్లెక్సీని తొలగించి ఉంటే ఇటు టీడీపీ, అటు వైసీపీ నేతల మధ్య ఘర్షణ తలెత్తి ఉండేది కాదని, అలాగే మాజీ మంత్రి అంబటి రాంబాబు ఇంటిపై దాడి చేసిన వారిపై కేసులు పెడితే జోగి రమేష్ ఇంటిపై దాడికి సాహసించి ఉండే వారు కాదన్నది కూడా అంతే వాస్తవమని న్యాయవాదులు కూడా చెబుతున్నారు. ఏపీలో జరుగుతున్న ఈ వివాదాలకు పోలీసుల వైఫల్యమే కారణమన్న అభిప్రాయం సర్వత్రా వ్యక్తమవుతుంది.

# తెలంగాణకు అప్పుడే తాడి-చెర్ల-1 గనులు కేటాయిం-చాం

- మొదటి పేజి తరువాయి

బొగ్గు గనుల కేటాయింపుల ప్రక్రియ మారినట్లు తెలిపారు. రాజ్యసభలో ప్రశ్నోత్తరాల సమయంలో తాడిచెర్ల కోల్ బ్లాక్ గురించి కేంద్రమంత్రి స్పందించారు. రాజ్యసభలో ప్రశ్నోత్తరాల సమయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎంపీ ఆనిల్ కుమార్ యాదవ్ కేంద్ర బడ్జెట్పై

అసంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణ రాష్ట్రానికి 2026-27 సంవత్సరానికి గాను ప్రవేశబట్టిన బడ్జెట్లో కేటాయింపులు ఇది తెలంగాణ ప్రజలను నిరాశపరిచిందని అన్నారు. 2021 నుంచి బొగ్గు వేలం ప్రక్రియలో ప్రభుత్వరంగ సంస్థలకు జ్ఞాక్టులు కేటాయించలేదని తమిళనాడుకు చెందిన ఎంపీ

తంబిరుదై అన్నారు. వేలం ప్రక్రియలో రాష్ట్రాలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వకుండా, ప్రైవేటు రంగ కొనుగోలుదారులకు కట్టపెడుతున్నారని ఆరోపించారు. దీంతో కేంద్రమంత్రి కిషన్ రిద్దీ స్పందిస్తూ, తెలంగాణ విద్యుత్ సంస్థకు తాడిచెర్ల-1 బొగ్గు గనులను కేటాయించినట్లు తెలిపారు.

ఆ నిధుల కోసమే మున్సిపల్  
ఎన్నికలు నిర్వహిస్తున్నారు

కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి వచ్చే నిధుల కోసమే మున్సిపల్ ఎన్నికలు నిర్వహిస్తున్నారని తెలంగాణ బీజేపీ అధ్యక్షుడు ఎన్. రామచంద్ర రౌపు అన్నారు. హైదరాబాద్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, కాంగ్రెస్ ఎన్నికలకు ముందు ఎన్నో మోసపూరిత వాగ్దానాలు చేసినది ఆరోపించారు. అధికారంలోకి వచ్చి రెండేళ్లు దాటినప్పటికీ ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయలేదని విమర్శించారు. ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చే ఈ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై మోసపూరిత వాగ్దానాలు పేరుతో ఛార్జ్ షీట్ విడుదల చేసినట్లు ఆయన తెలిపారు. గృహంలే పేరుతో కాంగ్రెస్

ఓట్లు పొందిందని, కానీ ప్రజలకు ఇప్పటి వరకు చేసిందేమీ లేదని అన్నారు. ఈ రిపోర్ట్ కాలంలో ప్రజలకు రాష్ట్రానికి ఏం చేసేటో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చెప్పాలని నిరీడిశారు. ఉద్యోగులకు సకాలలో వేతనాలు ఇవ్వడం లేదని, విద్యుత్ డ్రాస్టానిక్ నిర్వహణ చేశారు, నిరుద్యోగులకు ఇస్తామన్నరు. 4 వేల నిరుద్యోగ భృతి జాడ లేదని మండిపడ్డారు. విద్యార్థులకు స్కీజు రీయాలిజరుమెంటు కూడా ఇవ్వడం లేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. కేంద్ర నుంచి వచ్చే పథకాలు నేరుగా లబ్ధిదారుల అందుతున్నాయని అన్నారు.

# లోకసభలో రాహుల్ VS కేంద్రం..

## ఆర్థి మాజీ చీఫ్ పుస్తకంపై వాగ్వాదం

- మొదటి పేజి తరువాయి

రాజ్ నాథ్ సింగ్ ప్రశ్నించారు. దీంతో అధికార ప్రతినిధులు సభ్యులు మధ్య వాగ్వాదం చోటుచేసుకుంది. సభను అవమానించేలా రాహుల్ గాంధీ మాట్లాడుతున్నారని అమిత్ షా మండిపడ్డారు. స్పీకర్ ఓం బిర్లా మాట్లాడుతున్నా...వాడు ప్రతికర క్లిష్టింగులు, ప్రమరణ కని పుసకాలకు సంబంధించిన విషయాలను లోక్ సభలో

ప్రవాసింపచూడనది రూల్ బుక్ నియమాలు చదివి వినిపించారు. రాష్ట్రపతి ప్రసంగంపై, ధన్యవాదాలు చెప్పే ముఠా తీర్మానంపై మళ్లీదలచి రాహుల్కు సూచించారు. మరోవైపు రాహుల్ మాట్లాడుతుండగా మైక్ కట్ చేశారంటూ కాంగ్రెస్ నీతలు అతోటివారు. డింకో న్యూకాన్యూకలాపాలకు అంతరాయం కలగడంతో, లోక్ సభను మంగళవారానికి వాయిదా వేసున్నట్లు స్పీకర్ ప్రకటించారు.

బిల్లి సిటీ విజరణకు  
పహకరిస్తా

- మొదటి పేజి తరువాయి

ఈ కేసులో అధికారులకు సహకరించేందుకు తాను సిద్ధమని చెప్పారు. అధికారులను పిలిచి తాను విచారణకు హాజరవుతానని కవిత తెలిపారు. ఈ విషయం ఈ రోజు ఉదయం హైదరాబాద్ లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో కవిత మాట్లాడుతూ.. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసు విచారణ మొదలై రెండు నెలలపట్టుగా గడిచిందిని గుర్తుచేశారు. విచారణ సుదీర్ఘమైనా కుససాగడంపై విమర్శలు గుప్పించారు. విచారణ ఇంకెక్కువ వ్యయస్తుందని, డిప్యూటీ ఎప్పుడు శిక్షిస్తారని ప్రభుత్వం ప్రశ్నించారు.

నీవే విచారణలో ఏం జరిగిందనే వివరాలను కేసీఆర్ బయటపెడతారని భావిస్తున్నట్లు ఆమె చెప్పారు. కేసీఆర్ పరారణనే తప్పబురుగుతున్నట్లు కేసీఆర్ ముట్టాడటం సరికాదని కవిత అభిప్రాయపడ్డారు. నల్లూలను గౌరవించాల్సిన బాధ్యత అధికారులకు సహకరించాల్సిన విధి ప్రతీ పౌరుడినైతే ఉందని వ్యాఖ్యానించారు. గుంట నక్కలతో కలిసి డ్రామాలాడతారని తోచుకుంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీపై ఆమె మండిపడ్డారు. తన పోరాటం, తన భర్త సోనీ ను ట్యాప్ చేశారనే అనుమానిస్తున్నట్లు చెప్పిన కవిత. నీవే విచారణ అధికారులు విసిగ్గి వెళతానని ఈ సందర్భంగా స్పష్టం చేశారు.

నలుగురు మయన్మార్ మాఫియా  
సభ్యులను ఉరితీసిన చైనా

మయూర్ కేంద్రంగా చట్ట వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు పాల్పడ్డవూహాన్న కారణంగా నలుగురికి చైనాలో ఉరిశిక్ష అమలు చేశారు. ఈ మేరకు బాయి ఫ్యామిలీ మాఫియాకు చెందిన నలుగురికి ఉరిశిక్ష అమలు చేసినట్లు పెంజెన్ గెంబ్రిడ్జియోలో పీపుల్స్ కౌన్సిల్ వెల్లడించారు. పాత్యులు, బెలికాం మోసం, డ్రగ్స్ ట్రాఫికింగ్తో పాటు ఆరుగురు చైనీయుల మరణానికి కారణమైనట్లు తేలడంతో గత ఏడాది కన్నీరు ఈ శిక్ష విధించింది. శాశ్వతా దానిని అమలు చేసింది. ఆఫ్ఘనిస్తాన్ మాఫియాలో పాటు వివరాలు తెలుసు ఎదుర్కొంటున్న ఉ. గ్యాంగులపై చైనా కొంతవరకు తీవ్ర చర్యలు

తీసుకుంటోంది. ఇందులో భాగంగా ముందుగానే చెందిన వేరే మూడు చెందిన వేరే మూడు మరణశిక్షను అపరాధం చేసినట్లు ఇటీవల సాచివ మీడియా పేర్కొంది. వేల కోట్ల రూపాయల కంభికోణాలు, బాద కార్యకలాపాలపై పాల్పడుతున్న ఈ ముఠాకు, తమ వద్ద పనిచేసే తప్పించుకునేందుకు ప్రయత్నించిన 14 మంది చైనీయుల ప్రాణాలను తీసిందనే ఆరోపణలు ఉన్నాయి. ఈక్రమంలో మూడోసారి నలుగురికి శిక్షను అపరాధం చేసినట్లు తాజాగా వెలుగులోకి వచ్చింది. అయితే ఈ శిక్షను ఎప్పుడు అపరాధం చేశారనేది తెలియరాలేదు.

**దల్మెలామాకు గ్రామ్ అవార్డు.. తీవ్రంగా స్పందించిన చైనా**

డిబెల్ బొద్దవత అత్యున్నత గురువు దర్శలామా ప్రతిష్ఠాత్మక గ్రామీ అవార్డు లభించుకున్నారు. బెస్ట్ ఆడియో బుక్, నేరేషన్ అండ్ స్క్రిప్ట్ టెలిగ్రఫ్ రికార్డింగ్ జాబితాలో ఆయన ఈ అవార్డును సొంత చేసుకున్నారు. 90 ఏళ్ల వయస్సున్న 'మెడికేషన్' అనే అల్బుమీకు గామీ దర్శలామా ఈ అవార్డు వరించింది. దర్శలామా గ్రామీ అవార్డు ఇవ్వన్నాన్ని చైనా తీవ్రంగా ఖండించింది. దీనిని ఉపయోగించుకుని చైనా వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు పాల్పడటాన్ని వ్యతిరేకిస్తున్నట్లు పేర్కొంది.దర్శలామా పూర్తిగా ఆధ్యాత్మికమైనవైన వ్యక్తి కాదు. చైనా విదేశాంగ శాఖ అధికార ప్రతినిధి లిన్ జియూన్ మైనా వారి నమాన శాఖ అవార్డు. వతం మునుగులో చైనా వ్యతిరేక వేరంటువాద కార్యకలాపాలకు పాల్పడుతున్న

రాజకీయ ప్రవాసీ అని ఆయనపై ఆరోపణలు గుప్పించారు. ఈ అవార్డును బీజేపీ వ్యతిరేక కార్యకలాపాలకు ఓ సాధనంగా ఉపయోగించుకోవడాన్ని వ్యతిరేకిస్తున్నామని అన్నారు. దరెలామా మతం ముసుగులో వైకాపా వ్యతిరేకి రోవ్వాటువార కార్యకలాపాలను ప్రోత్సహించే ప్రేక్షక అన్నారు. తనకు గ్రామీ అవార్డు రావడంపై దరెలామా స్పందించాడని ఇది తన వ్యక్తిగత విజయంగా చూడటం లేదని అన్నారు. శాంతి, కరుణ, పర్యావరణంపై శ్రద్ధ, మానవత్వం అనే మానవత గ్రేయర్నుకు అవసరమని పేర్కొన్నారు. గ్రామస్థులపై ఈ సంఘాలను మరింత విస్తృతంగా వ్యాపకం చేయడంపై సహాయపడుతుందని విశ్వసనిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు.

తెలంగాణను సంక్షోభం నుంచి గట్టెక్కిస్తూ  
పరుగులు పెట్టిస్తున్నాం

- మొదటి పేజి తరువాయి

హిరణ్యంబుగా సాక్షి వెదేనీలైన మంత్రి ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, ప్రజా ప్రభుత్వం తీసుకుంటున్న ప్రతి నిర్ణయాలు ప్రజల జీవితాలలో సృష్టమైన మార్పునకు నాంది పలుకుతాందని అన్నారు. పువసాయం, విద్య, వైద్యం, గృహ నిర్మాణం, సన్నుతిభారం, రివేన్ కాట్టులు, ఉపాధి కల్పన ఇలా అన్ని రంగాల్లో ప్రభుత్వం చేపట్టిన సంస్కరణలు తెలంగాణను ఆదర్శంగా నిలుపుతున్నాయని మంత్రి అన్నారు. ప్రస్తుత పరిస్థితులకు అనుగుణంగా సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని విరివిగా వాడుకుని ప్రభుత్వం చేపడుతున్న అభివృద్ధి సంతోష పథకాలను ఎప్పటికప్పుడు చేగవంతంగా ప్రవేశోత్తీ తీసుకువెళ్లాలని సమాచార శాఖ అధికారులకు హెచ్చరికలతో శ్రీనివాసు రెడ్డి సూచించారు.

**నేరాలు చేస్తాం.. ప్రశ్నించవద్దంటే ఎలా?**

- మొదటి పేజి తరువాయి

భావిస్తానని అవార్డు గ్రహీత జస్టిస్ సుదర్శన్ రెడ్డి అన్నారు. రావి నారాయణ రెడ్డి నిత్య చైతన్య స్ఫూర్తి అని కొనియాడారు. సొంత అస్తులను ప్రజలకు పంచిన మహానుభావుడని ప్రశంసించారు.

## చంద్రబాబు ఆత్మరక్షణలో పడ్డారు:

# భూమన కరుణాకర్ రెడ్డి

తిరుమల లడ్డూలో కట్టి నెయ్యి విషయంలో సీబీఐ నివేదిక వచ్చిన తర్వాత ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు అత్యర్హణలో వడ్డారని టీటీడీ మాజీ చైర్మన్ భూమనాథ కరణాకర్ రెడ్డి అన్నారు. దీని నుంచి ప్రజల దృష్టిని మరల్చేందుకే ప్లెన్ సీసీ నేతలపై దాడులు చేయస్తున్నారని విమర్శించారు. నేషనల్ డెయిలీ గెయిట్ మెంట్ బోర్డు ఇచ్చిన నివేదిక ప్రకారమే మాట్లాడారని చంద్రబాబు అంటున్నారని భూమనాథ ఎద్దేవా చేశారు. టీటీడీకి ఈ బోర్డును పరిచయం చేసినదే జగన్ అని చెప్పారు. నెయ్యిలో జంతువుల కొవ్వు కలిసి అవకాశమే దేయని సీబీఐ తెలిపిందని అన్నారు. చంద్రబాబు యారాలోనే బోటీబాబా డెయిలీ నుంచి టీటీడీ నెయ్యి కొనుగోలు చేసినందుని చెప్పారు. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక బోటీబాబాను డిస్ కొయ్యిపై చేశామని అన్నారు. తాను చేసిన వ్యూహాలకు అంబటి రాంబాబు క్షమాపణ చెప్పినప్పటికీ దాడులు చేశారని భూమనాథ మండిపడ్డారు. అంబటి ఇంటి మీదకు 3 వేల మంది రాడిలను పంపించారని అన్నారు. జోగి రమేష్ ఇంటికి కూడా ఉద్దేశపూర్వకమనే దాడి చేశారని విమర్శించారు. వక్కా ప్రణాళిక ప్రకారమే అంబటి రాంబాబు, జోగి రమేష్ ఇళ్లకు దాడులు జరిగాయని అన్నారు.

**కాపుల గురించి మాట్లాడే అర్హత వైసీపీకి**

**లేడు: నిమ్మల రామానాయుడు**

కావుల సంక్షేమం, అభివృద్ధి గురించి మాట్లాడే సైతక అర్థత వైసిపీకి ఏమాత్రం లేదని రాష్ట్ర సీనిమారులరు శాఖ మంత్రి నిమ్మల రామచాయుడు తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. కావుల భవిష్యత్తును సామర్థ్యం తిలుగుకోవడం పార్టీలోనే ముడిపెట్టే ద్వంద్వ అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఏమనగారం మంగళగిరిలో ఠీవీవీ కేంద్ర కార్యాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ... వైసిపీ నేతల తీరున్న తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. తిరుమల లహ్మ ప్రసాదంలో కట్టికెట్టె నియ్య కుంభకోణం నుంచి ప్రజల దృష్టిని మర్చిదానాకే మాట్లే మంత్రి అలబిటి రామచాయుడు అడ్డం పెట్టుకుని రాష్ట్రవీసి నీవ రాజకీయాలు చేస్తోన్నారని రామచాయుడు ఆరోపించారు. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు దివంగత తల్లిదండ్రులను శక్తిదేించి అలబిటి వాడిన భాష సభ్యసమాఖల చేదించుకునేలా ఉందని, అంత దారుణంగా మాట్లాడుతున్నా జగన్ ఏండుకు వారిచేదించిన ప్రశ్నించారు. ఇది జగన్ దర్భకత్వంలోనే జరుగుతున్న గ్రామా అని స్పష్టమవుతోందన్నారు.

చరిత్రను గుర్తుంచుకోవాలి

పరిశ్రమ గుర్తుచేస్తూ, బ్రిటిష్ కాలం నుంచి ఉన్న కాపు రిజర్వేషన్లను కాంగ్రెస్ పక్షాభ్యుపేక్షల నీలం సంజీవరెడ్డి, కాసు బ్రహ్మానందరెడ్డి రద్దు చేస్తే రామేశ్వరం నడిపేయ్య, చంద్రబాబు మాత్రమే వాటిని వాస్తవికంగానే రామనాయుడు తెలియ్య, చంద్రబాబు ఎంతో కష్టపడి కాపులకు రిజర్వేషన్లు కల్పిస్తే, అధికారంలోకి వచ్చిన వెంటనే జగన్ వాటిని రద్దు చేసి కాపులకు తీరని అన్యాయం చేశారని విమర్శించారు. కాపుల ఆర్థిక డైరెక్ట్ వంగగిటి మోహన్ రంగాను 'రాజ్' అని, 'చంపిత తప్పించి' అని అన్న గాత్రమీడి అనిలలోనే ఫైరింగ్ నెట్ వైర్లను వదలి ఇచ్చి జగన్ నత్తురించారని పండితపూరు, రంగా హత్యలో నిందితులగా ఉన్నవారు ప్రైవేట్ ప్రెస్మీటల్లో పక్షం కూర్చుని నీతులు చెబుతుంటే దెయ్యాల వేరాలు వల్లించినట్లు ఉందని ఎద్దేవా చేశారు. కాపుల తరఫుం చోరాడుకాసులు ముద్రగడ వర్మనాథం తన పేరు చివర 'రెడ్డి' అనిపిస్తే కేసిసిసిసిసిసిసి తప్పుతూ కాపుల గురించి మాట్లాడడం ఆయన మనస్సువైపు వదిలేస్తన్నామన్నారు.

**బూతుల వర్షే వైసీపీ ఓటమి**

అంబద్రి రాంబాబు, హోగి రమేష్, కొండలి నాని వంటి నేతల బాతుల పురూషాకారణంగానే వేసేటి 151 స్థల్ల నుంచి 11 స్థీల్లు వడిపోయిందని, అధికారంలోకి రోగియినా వారిపై చూపు రాదేదీ విమర్శించారు. లోకేశ్ పై జోగి రమేష్ చేసిన వ్యాఖ్యలను మహిళాలోకం అసహ్యించుకుంటోందన్నారు. తప్పు చేసినవారిపై చట్టప్రకారం చర్యలు తీసుకుంటే దానికి కులాన్ని ఆపాదించడం సైన్సిఫిక్ వాగ్కారుడుతనానికి నిర్దుష్టమని అన్నారు. గత ప్రభుత్వ యూరాలోప పట్లాడు డిజైన్ దీక్షిణీనే నాటికి బొంబా ఉమ్ (కాల్య), బుద్ధా వెంకట్రమ్ (దీసి) రాష్ట్రతో దాడి చేయించినప్పుడు జగన్మోక వారి కులాన్ని గుర్తుకు రాలేదా అని నిలదీశారు.

**చట్టం తనవని తాను చేసుకుపోతుంది**  
గతంలో టీడీపీ కార్యాయులున్న వైసీపీ గూండాలు దాడి చేసినప్పుడు అధికారంలో ఉన్న బొత్తు నత్తగూయూరుకు చట్టం గుర్తుకు రాలేదా అని ప్రశ్నించారు. చట్టం అంటే ఎప్పుడూ శాంతిభద్రతలే పెద్దపీట వేస్తారని, తప్పు ఎవరు చేసినా చట్టం తన వని తాను చేసుకుపోతుందని ముఖ్యమంత్రి స్పష్టమైన అదేశాలు ఇచ్చారని రామారాయుడు గుర్తుచేశారు. రంగును అవమానించిన వారికి అందగా నిలుస్తున్న వైసీపీకి ఆయన పేరును ఉచ్చారించే హక్కు కూడా ఉందని, అభివృద్ధిని పునరుద్ధరించే కులాల మధ్య చిచ్చు పెద్దదమే జగన్ నైజమని మంత్రి తీవ్రంగా విమర్శించారు.

**-4**  
ဖို့





హైదరాబాద్ చెసి సచివ: తెలంగాణ ప్రముఖ సినీ దర్శకుడు ఎన్.శంకర్ )  
మాతృమూలి నిమ్మల నక్కుబాయిమ్మ (78) ఇటీవల వృద్ధాప్య సమస్యలతో కన్నుమూసి  
విషయం తెలిసింది. ఆమె పుట్టి పట్టి అతనికి వర్గిన (పెసిడెంట్), మాజీ మంత్రి  
శ్రీకీఆర్ శ్రీప్రసాద్ దిగ్గాంధీ వ్యక్తం చేశారు. ఈ మేరకు ఇలాగ ఆయన హైదరాబాద్‌లోని  
శంకర్ నివాసానికి వెళ్లి శ్రీకీఆర్ సుకుమారిమ్మ చిత్రవహినికి పూలమాలలు వేసి  
కుటుంబ సభ్యులను వరావర్తించి, తన ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలియజేశారు.  
అనంతరం శంకర్ తన తల్లిని కోల్పోవడం ఎవరూ హద్దులేని లోటను, ఈ కష్టకాలంలో  
ఈ కుటుంబానికి భగవంతుడు కొండత ధైర్యాన్ని ఇవ్వాలని ప్రార్థించాడు.దైత్యర్,  
తెంగాణ ఉద్యమాలు శంకర్తో శ్రీకీఆర్ పుష్కరిత అనుబంధం ఉంది. ఈ  
క్రమంలోనే స్వయంగా ఇంటికి వెళ్లి ఆయనను వరావర్తించారు. కాగా, నల్గొండ  
జిల్లాకు చెందిన ఎన్. శంకర్ ఎన్కొంటర్ సినీమాతో దర్శకుడిగా ఇండస్ట్రీకి విపర్యయం  
అయ్యారు. అనంతరం శ్రీరాములయ్య, జయం మనహా, భద్రాచలం, జై బోలో  
తెంగాణ వంటి హిట్ చిత్రాలను నిర్మించి తెలుగు సినీ పరిశ్రమల్లో తనకంటూ ఓ  
గుర్తింపును తెచ్చుకున్నారు.

# చలి తగ్గిందనుకుంటుంటే.. మళ్ళీ పెరుగుతుందిగా



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చలి తీవ్రత ఇంకా పూర్తిగా తగ్గలేదు. ఉష్ణోగ్రతలు గతం కంటే కొంత పెరిగినప్పటికీ చలి పూర్తిగా కనుమరుగు కాలేదు. శివరాత్రి వరకూ ఇదే పరిస్థితి ఉంటుందన్న అంచనాలు వినిపిస్తున్నాయి. సాయంత్రం నుంచి ఉష్ణోగ్రతలు క్రమంగా తగ్గుతున్నాయి. అలాగే తెల్లవారు జామున మాత్రం కొంత చలి వాతావరణం కనిపిస్తుంది. ఉదయం తొమ్మిది గంటల నుంచి భానుడు తన ప్రతాపాన్ని చూపుతున్నాడు. అయితే ఇప్పటికే రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో డబుల్ డిజిట్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నాయని వాతావరణ శాఖ అధికారులు తెలిపారు.

**చలి పూర్తిగా ...**  
ఆంధ్రప్రదేశ్ లో చలి పూర్తిగా కనుమరుగయింది. ఉత్తప్రత వాతావరణం నెలకొంది. ఉష్ణోగ్రతలు కూడా గరిష్ఠ స్థాయికి చేరుకుంటున్నాయి. అనేక ప్రాంతాల్లో ముప్పువు నుంచి ముప్పువు రెండు డిగ్రీల ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నాయని అమరావతి వాతావరణ శాఖ అధికారులు తెలిపారు. పొగమంచు అక్కడక్కడా అలుముకుంటుందని, ఏషియా ప్రాంతంలో మాత్రం కొంత చలి వాతావరణం నెలకొంది. దీంతో పాటు తీర ప్రాంతంలో ఉష్ణోగ్రతలు భారీగా నమోదవుతున్నాయని, రాయలసీమలోనూ కొంత ఉష్ణోగ్రతలు పెరుగుతున్నాయని చెప్పారు.

**తెలంగాణలో పెరుగుతున్న...**  
తెలంగాణలో చలితీవ్రత చాలా వరకూ తగ్గింది. జనవరి నెల వరకూ చలి తీవ్రత ఎక్కువగానే ఉంది. అనేక ప్రాంతాల్లో సింగిల్ డిజిట్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యాయి. కానీ నేడు మాత్రం డబుల్ డిజిట్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదవుతున్నాయని హైదరాబాద్ వాతావరణ శాఖ వెల్లడించింది. ప్రధానంగా హైదరాబాద్ లో కూడా భానుడి భగభగలు కనిపిస్తున్నాయి. అయితే తెల్లవారు జామున, రాత్రి వేళ మాత్రమే కొంత చలి వాతావరణం కనపడుతుందని, పగటి వేళల్లో ఉష్ణోగ్రతలు గరిష్ఠంగా నమోదవుతున్నాయని వాతావరణ శాఖ అధికారులు చెప్పారు. ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచిస్తున్నారు.

## కొత్త రకం క్రెడిట్ కార్డ్ మోసం.. IRCTCలో టిక్కెట్స్ బుక్ చేయగానే రూ.42వేలు మాయం.. ఏమైందంటే?



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: డిజిటల్ చెల్లింపులు పెరిగేకొద్దీ కేటుగాళ్ల మోసాలు కూడా సరికొత్త పుంతలు తొక్కుతున్నాయి. తాజాగా ఒక యువతి తన తండ్రి ఎదుర్కొన్న క్రెడిట్ కార్డ్ మోసం గురించి ఎక్స్ ఖాతాలో పంచుకున్న స్టోరీ ఇప్పుడు బ్యాంకింగ్ రంగంలోని భద్రతా లోపాలను ఎత్తిచూపుతోంది. కేవలం ఒక రాత్రిలో ఫోన్ హ్యాక్ అవ్వడం, వేల రూపాయలు మాయమవ్వడం చూస్తుంటే సామాన్యులకు హైనాన్సిటీలో సేఫ్టీ ఎక్కువ ఉందనే ప్రశ్న తలెత్తుతోంది. ఇషికా కేసర్వానీ అనే యువతి తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. ఆమె తండ్రి మొబైల్ ఫోన్ ఆర్డరాన్ని సమయంలో హ్యాక్ అయినట్లు కనిపించింది. వరుసగా ఓటీపీ అలర్ట్లు వస్తూనే ఉన్నాయి. తెల్లారి చూసేసరికి ఆయన ిడూ బ్యాంక్ క్రెడిట్ కార్డ్ నుంచి రూ.42వేలు డెబిట్ అయినట్లు మెసేజ్ వచ్చింది. వెంటనే అప్రమత్తమైన కుటుంబ సభ్యులు కార్డును బ్లాక్ చేశారు. తీరా ఆరా తీస్తే.. ఆ దబ్బుతో ఫ్లిప్ కార్డ్ ద్వారా 'ఫ్లేష్ ఫస్ట్ గిఫ్ట్ కార్డ్' కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిసింది. మోసం జరిగిన గంటల్లోనే బ్యాంకుకు, సైబర్ క్రైమ్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసినా ఫలితం లేకుండా పోయిందని బాధిత కుటుంబం ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది. మోసం జరిగిన వెంటనే ఫిర్యాదు చేసినా.. బ్యాంక్ అధికారులు మాత్రం ఇది తమ పరిధిలోకి రాదని, రికవరీ సాధ్యం కాదని తేల్చి చెప్పారు. దీంతో విసిగిపోయిన ఇషికా సోఫల్ మీడియాను ఆశ్రయించింది. ఆమె పోస్ట్ వైరల్ అవ్వడంతో బ్యాంక్ సోఫల్ మీడియా టీమ్ వెంటనే స్పందించి.. ఫిబ్రవరి 27 లోపు రెండు రోజుల్లోనే చేసేందుకు ప్రయత్నిస్తామని హామీ ఇచ్చింది. ఒకవేళ తన పోస్ట్ వైరల్ కాకపోయినా ఉంటే.. బ్యాంక్ తన ఫిర్యాదును పట్టించుకునేదే కాదని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేసింది. సామాన్యుల ఫిర్యాదులపై బ్యాంకులు చూపుతున్న ఉదాసీనతకు ఇది నిదర్శనంగా నిలుస్తోంది. ఈ సైబర్ మోసంపై రకరకాల అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. కొందరు నెటిజన్లు స్క్రీన్ మిక్రరింగ్ లేదా కాన్సర్నిస్ కాలే ద్వారా ఫోన్ ను యాక్సెస్ చేసి ఉండవచ్చని అభిప్రాయపడ్డారు. అయితే ఇషికా మాత్రం తన తండ్రి ఎటువంటి అనుమానాస్పద లింక్లపై క్లిక్ చేయలేదని, X=జుజులో టిక్ టెట్ బుక్ చేసిన వెంటనే ఇలా జరిగిందని ఆమె వెల్లడించారు. దీంతో డిజిటల్ యుగంలో మన కార్డులు ఎంత సేఫ్ అనేది ఇప్పుడు పెద్ద ప్రశ్నగా మారుతోంది. కార్డులపై డైరీ ట్రాన్సాక్షన్ లిమిట్స్ పెట్టుకోవడం, అనవసరమైన యాక్స్ డౌన్లోడ్ చేయకపోవడం వంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

## నాచారంలో టెన్షన్ టెన్షన్.. బీఆర్ఎస్, బీజేపీ లీడర్ల మధ్య కొట్లాట



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: నాచారంలో బీఆర్ఎస్, బీజేపీ లీడర్ల మధ్య ఘర్షణ జరిగింది. బీజేపీ నేతపై బూతులు తిడుతూ బీఆర్ఎస్ కార్పొరేటర్ భర్త ప్రవర్తించాడు. నాచారంలో బీఆర్ఎస్ కార్పొరేటర్ భర్త సాయిజెన్ శేఖర్ బీజేపీ లీడర్ గోపాల్ గౌడ్పై దౌర్జన్యం చేశాడు. నాచారం రైతు బజారులోని పబ్లిక్ బోర్డ్ విషయంలో ఇద్దరి మధ్య గొడవ జరిగింది. ముందుగా తనపై దాడి చేశాడని సాయిజెన్ శేఖర్ ఆరోపించారు. నాచారం పోలీస్ స్టేషన్లో ఒకరిపై మరొకరు ఫిర్యాదు చేసుకున్నారు. ఇద్దరి మధ్యతుదారులు రోడ్దెక్కి బాహాబాహీకి దిగడంతో నాచారంలో టెన్షన్ వాతావరణం నెలకొంది. పోలీసులు రంగంలోకి దిగి గొడవను సద్దుమణిగేలా చేశారు.

# హైదరాబాద్ నుంచి గోవా వెళ్లే ప్లాన్ శ్రీలో ఉన్నారా..? అయితే ఓ గుడ్ న్యూస్

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: తెలంగాణ ఆర్టీసీ హైదరాబాద్ నుంచి గోవాకు టూర్ ప్యాకేజీ ప్రకటించింది. ఫిబ్రవరి 25, 2026 న దీనిజూ లింగంపల్లి నుంచి బయల్దేరే బస్సు.. కుక్కే సుబ్రహ్మణ్య స్వామి ఆలయం, ఉడిపి, మురుడేశ్వర్ ఆలయం మీదుగా గోవా వెళ్లి, తిరుగు ప్రయాణం 01/03/2026న ఉదయం 6 గంటలకు బయలుదేరి గోవా నుంచి వీ+డీఎ మీదుగా లింగంపల్లి వస్తుంది. ఈ సర్వీస్ ఎకు ప్రయాణ రుసుము 5130 రూపాయలు. ప్రయాణీకులు టికెట్ బుకింగ్ కోసం [www.tgsrtcbus.in](http://www.tgsrtcbus.in) ఓపెన్ చేసి టికెట్ బుక్ చేసుకోవచ్చని TG RTC తెలిపింది. ఈ బస్ సర్వీస్ నెంబర్ 97788. ఇప్పటికే ఈ విషయం తెలిసిన



| DATE       | PLACE       | IN    | OUT   |
|------------|-------------|-------|-------|
| 25.02.2026 | HYDERABAD   | —     | 16:00 |
| 26.02.2026 | KUKKE       | 10:00 | —     |
| 27.02.2026 | KUKKE       | 08:00 | 06:00 |
| 27.02.2026 | UDIPI       | 08:00 | 12:00 |
| 27.02.2026 | MURUDGESWAR | 13:00 | 14:00 |

FARE-Rs.5130/-

కొందరు టికెట్టు బుక్ చేసుకున్నారు. గోవా వెళ్లే వారికే కాదు ఈ లోపు పుణ్య క్షేత్రాలను దర్శించుకునే భక్తులకు కూడా ఈ టూర్ ప్యాకేజీ ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని TGSRTC తెలిపింది.

03

ఇప్పుడు పెన్ పవర్ దిన పత్రికలో  
కొద్ది ఏజిడిషన్ యాడ్స్  
కేవలం  
యాడ్ 500/-  
'పో. 12 సెం.మీ. వె. 8 సెం.మీ'  
'మరిన్ని వివరాలకు సంప్రదించండి'  
93948 55244  
షరతులు వర్తిస్తాయి

# కాంగ్రెస్ ఆరా: కేసీఆర్ కు సంపత్తి పెరుగుతుందా?

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: తెలంగాణలో ప్రస్తుతం మునిసిపల్ ఎన్నికల వేడి రాజుకుంది. ప్రచారం కూడా ప్రారంభించారు. ఈ నెల 11న ఎన్నికల పోలింగ్ కూడా జరగనుంది. ఈ సమయంలో అనుభూతిగా ఫోన్ ట్యూపింగ్ కేసులో మాజీ సీఎం కేసీఆర్ ను ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం(సిట్) అధికారులు అడివారం విచారించారు. అయితే.. దీనికి ముందు.. ఆయన భావోద్వేగానికి గురయ్యారంటూ.. వార్తలు వచ్చాయి. ఎక్కడైతే.. తెలంగాణ ఉద్యమం కోసం తాను పథక రచన చేశారే.. అక్కడే పోలీసులతో విచారణకు గురికావాల్సి వచ్చిందని కేసీఆర్ భావించారు. ఇక, సీట్ అధికారులు కూడా.. సుదీర్ఘంగా 5 గంటలకుపైగా కేసీఆర్ ను విచారించారు. అయితే.. ఈ పరిణామాలు జరుగుతున్న క్రమంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా బీఆర్ఎస్ పార్టీ శ్రేణులు ఆందోళన చేపట్టాయి. పెద్ద ఎత్తున నిరసనకు పిలుపునిచ్చాయి. ఇక, హైదరాబాద్ లో హైదరాబాద్ పోలీసులు చేసుకుంది. ఎమ్మెల్సీ జహం గీర్ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఇంటి ముట్టడికి బయలు దేరారు. మొత్తంగా అడివారం రాష్ట్రంలో ఒక రకమైన ఉద్రిక్తత నెలకొంది. ఇక, కేసీఆర్ తన విచారణను పూర్తి చేసుకుని బయటకు వచ్చాక.. కార్యకర్తలకు అభివాదం చేసినప్పుడు.. జై కేసీఆర్ నినాదాలు మిన్నంటాయి. ఈ పరిణామాలను కాంగ్రెస్ పార్టీ నిశితంగా గమనించింది. సీట్ విచారణ నేపథ్యంలో కేసీఆర్ కు సంపత్తి పెరుగుతుందా? వచ్చే ఎన్నికలపై ప్రభావం పడుతుందా? అనే అంశాలపై పార్టీ నాయకులు చర్చించారు.



అయితే.. ఎలాంటి పరిస్థితిచెనా ఎదుర్కొనేందుకు మంత్రులు సిద్ధంగా ఉండాలని.. ఇప్పటికే సీఎం రేవంత్ రెడ్డి దిశానిర్దేశం చేసిన విషయం తెలిసిందే. కేసీఆర్ పూహం.. ఇక, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల విషయంలో మరింత గట్టిగా పోరాటం చేయాలని కేసీఆర్ పార్టీ శ్రేణులకు సూచించారు.

సీట్ విచారణ.. బీఆర్ ఎస్ నేతలపై వేధింపులు.. ప్రభుత్వ ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకువెళ్లాలని కూడా ఆయన సూచించారు. ముఖ్యంగా సెంటిమెంటును రాజీనే దిశగా వ్యూహాలు రేడి చేస్తున్నారు. సీట్ విచారణ అనంతరం.. గంట పాటు ఆయన పార్టీ సీనియర్లతో భేటీ అయ్యారు. వ్యూహాలపై చర్చించారు.

# మోదీ సర్కార్ సవాల్ కు రేవంత్ నిధులు సమీకరణ సాధ్యమేనా?



హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ లో తెలంగాణ ప్రభుత్వానికి ఒక రకంగా సవాల్ విసిరి నట్లయింది. అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ కింద కేంద్ర సహాయం దక్కించుకునే విషయంలో తెలంగాణ ప్రభుత్వానికి సవాల్ విసిరినట్లు కనిపిస్తోంది. ఈ నిధులు అందితే, తెలంగాణ రైలైం గ్ 2047 లక్ష్యాన్ని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అమలు చేయడం లో కీలకంగా ఉపయోగపడతాయని అధికారులు భావిస్తున్నా రు. హైదరాబాద్ ను గ్లోబల్ సీటీగా తీర్చిదిద్దడం ఈ ప్రణాళి కలో ప్రధాన డ్రెవింగ్ ఫోర్స్ గా ఉండనుంది. అయితే ఈ నిధుల

సమీకరణ తెలంగాణ ప్రభుత్వానికి ఛాలెంజ్ అని చెప్పాలి. హై స్పీడ్ రైలు కారిడార్లు.. హైదరాబాద్ నుంచి విజయవాడ, ముంబయి, బెంగళూరు దిశగా ప్రతిపాదించిన హైస్పీడ్ రైలు కారిడార్లు, డేటా సెంటర్లు, గ్లోబల్ క్యాపబిలిటీ సెంటర్లకు వన్ను రాయితీలు వంటి చర్యలు భారత్ పూవర్ సీటీ ప్రాజెక్టుకు ఊపునిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఈ రంగాల్లో హైదరాబాద్ ఇప్పటికీ కీలక కేంద్రంగా ఎదుగుతోంది.కేంద్ర ఆర్థిక మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ అధివారం లోక్ సభలో బడ్జెట్ ప్రవేశపెడుతూ,

వచ్చే బడ్జెట్ పాటు ఏటా రూ.లక్ష కోట్ల అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ ఏర్పాటు చేస్తామని ప్రకటించారు. ఇంతకాలం ఈ నిధిపై చర్చలు జరిగినా, రాష్ట్రాలకు స్పష్టమైన మార్గదర్శకాలు లేవు. బడ్జెట్ తర్వాత కేంద్రం మార్గదర్శకాలను విడుదల చేసింది. పట్టణ మౌలిక సదుపాయాల్లో.. గత రెండేళ్లుగా పట్టణ మౌలిక సదుపాయాల్లో హైలైడ్ అన్నట్టి మోడల్ అమలు చేస్తున్న రాష్ట్రాల్లో తెలంగాణ ముందంజలో ఉందని అధికారులు చెబుతున్నారు. ఈ కారణంగా అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ కింద ప్రాజెక్టులు ప్రతిపాదించడంలో ఇతర రాష్ట్రాల కంటే తెలంగాణకు మెరుగైన అవకాశాలు ఉన్నాయని అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. జైలర్ రింగ్ రోడ్ పరిధిలో మురుగునీటి వ్యవస్థను రూ.17 వేల కోట్లతో పూర్తిగా అధునికరించడం, గోదావరి జలాలను జంట నగరాలకు తరలించడం, మంజీరా, ఉస్మాన్ సాగర్ నీటి వనరుల పునరుద్ధరణ వంటి ప్రాజెక్టులు ఖజఖీ కింద ప్రతిపాదనలో ఉన్నాయి. మూసీ నది ప్రక్షాళనకు... అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ కింద దాదాపు రూ.40 వేల కోట్ల విలువైన ప్రాజెక్టులను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిపాదించింది. జంట నగరాలకు గోదావరి తాగునీటి సరఫరా ప్రాజెక్టుకు రూ.7 వేల కోట్ల రుణాన్ని హడ్కో నుంచి ఇప్పటికే ఆమోదించినడంతో పాటు, నారావీ కింద అమలు చేయడానికి ప్రైవేట్ భాగస్వామిని కూడా ఎంపిక చేసింది ముఖ్యమంత్రి ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్న మూసీ నది పునరుజ్జీవన ప్రాజెక్టు కూడా అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ కు అనుకూలమని అధికారులు భావిస్తున్నారు. తొలి దశ పనులకు రూ.4,500 కోట్లలో 50 శాతం నిధులు అనియత అభివృద్ధి బ్యాంక్ అందించేందుకు సిద్ధంగా ఉందని తెలిపారు.

# మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో మంత్రులకు బాధ్యతలను అప్పగించిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్

హైదరాబాద్ పెన్ పవర్: తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కీలక ఆదేశాలు జారీ చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికలకు సం బంధించి మంత్రులకు బీఫారాలు అందచేశారు. బాగా వనిచేసే వారికి, పార్టీకి తొలి నుంచి కష్టపడిన వారికి బీఫారాలు అందచేయాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ఈ మేరకు మంత్రులు నేతలకు రేపు ఉదయం బీఫారాలను అందచేస్తారు. రాష్ట్రంలో ఏడు కార్పొరేషన్లు, 117 మున్సిపాలిటీలకు సంబంధించిన నామినేషన్ల ఎన్నిక ప్రక్రియ పూర్తయిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే అభ్యర్థులకు పార్టీ గుర్తులు కేటాయించాలంటే వారికి పార్టీ నుంచి బీఫారాలు అందచేయాల్సి ఉంటుంది.అయితే అధికారంలో ఉండటంతో ఎక్కువ అంది అభ్యర్థులు నామినేషన్లు రాఖలు చేశారు. తమకు బీఫారాలు అందచేయాలని నేతలపై వారు పత్తిడి తెస్తున్నారు. కొన్ని నియోజకవర్గాల్లో నేతల మధ్య విభేదాలు కూడా బీఫారాలు ఇవ్వడంలో వివక్ష చూపుతారని గుర్తించిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆ బాధ్యతలను

మంత్రులకు అప్పగించారు. ఆ యా నియోజకవర్గాల్లో కాంగ్రెస్ కోసం కష్టపడి పనిచేసిన వారికి ప్రథమ ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని నిర్ణయించారు. రెబల్స్ ఎవరూ ఉండకుండా మంత్రులు తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మంత్రులను ఆదేశించారు. రెబల్స్ ను తప్పించి.. స్థానిక నాయకుల ఆలోచనల మేరకు గత పదేళ్లుగా పార్టీ కోసం పనిచేసిన వారిని గుర్తించాలని, వారికే బీఫారాలు ఇవ్వాలని, ఒకవేళ ఎక్కువ మంది ఉంటే వారికి తర్వాత కార్పొరేషన్ పదవులు ఇస్తామని నచ్చచెప్పి పోటీ నుంచి తప్పుకునేలా వారిని ఒప్పించాలని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. అలాగే ప్రచారంలో కూడా ప్రజా సమస్యలను గుర్తించి వాటిని ప్రధానంగా ప్రస్తావి స్తూ ప్రజలకు హామీలను ఇవ్వాలని, అలాగే మంత్రులు కూడా



నిరంతరం మున్సిపల్ ఎన్నికల ప్రచారంలో పాల్గొనాలని, రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 85 శాతం మున్సిపాలిటీలు గెలుచుకుని రావాలని రేవంత్ రెడ్డి మంత్రులను ఆదేశించారు.





స్పాట్ మార్కెట్లో ధర తగ్గినా రిటైల్ రేట్లు తగ్గట్లే..!  
నిజంగానే వెండి రేట్లను తారుమారు చేస్తున్నారా..?



**హైదరాబాద్ పేన్ పవర్:** మార్కెట్లో వెండి రేట్లు పెను ప్రకంపనలు సృష్టించు కేవలం మూడు రోజుల్లోనే ఏకంగా 40 శాతం కుప్పకూలాయి. బంగారం, వెండి కలిపి సుమారు రూ. 830 లక్షల కోట్ల సంపద అవరి చేశాయి. అయితే ఈ పతనం వెనుక వెండికి డిమాండ్ తగ్గడం కంటే.. 'పేపర్ మార్కెట్' మూలకాలం మార్కెట్ మానిఫెస్టేషన్ ప్రధాన కారణాలుగా ఉన్నాయని నిపుణులు అంటున్నారు. దీని ప్రభావం రిటైల్ మార్కెట్లో కూడా కనిపిస్తున్నట్లు ఎలా ఉంటుంది. రిటైల్లో వ్యక్త్యానం కొనసాగుతుందా అనే విషయాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం..

ప్రస్తుతం వెండి స్పాట్స్ ధర (పీపర్ మార్కెట్) దాదాపు ఔన్సు రేటు 79 డాలర్ల వద్ద ఉండగా... భౌతిక వెండి ధర మాత్రం ఔన్సుకు 101 డాలర్ల వద్ద కొనసాగుతోంది. సాధారణంగా వీటి మధ్య వ్యత్యాసం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. కానీ ఇప్పుడు ఉన్న ఈ భారీ వ్యత్యాసం భౌతిక వెండికి డిమాండ్ ఇంకా బలంగానే ఉందని సూచిస్తోంది. అసలు నమస్య వెండి లభ్యతలో లేదు, వెండిని నమ్ముకుని అదే వివరతో ఆటలో ఉందని అంటున్నాడు నిపుణులు.

**1:400 నిష్పత్తి.. అంతులేని పేపర్ సజ్జె**

మార్చిలో ఒక ఔన్న ఫిజికల్ వెండి అందుబాటులో ఉంటే.. దానికి ప్రతిగా సుమారు 400 పేపర్ కాంట్రాక్టులు చలామణిలో ఉన్నాయి. అంటే వెండికి గమల నుంచి తక్కువైన వసలేకుండానే బ్యాంకులు కేవలం కాగితంపై కాంట్రాక్టులను సృష్టించి ట్రేడింగ్ చేస్తున్నాయి. జనవరి 2026 నాటికి కేవలం 113-124 మిలియన్ డిన్నుల డెలివరీ ఇష్యూర్ చేసి ఉండగా, మార్చిలో 508 మిలియన్ డిన్నుల పేపర్ కాంట్రాక్టులు ఉన్నాయి. ఒకవేళ కాంట్రాక్ట్ వెండిలో ఒక డిన్ను శాతం మంది తమకు 'ఫిజికల్ సిల్వర్' కావాలని అడిగితే వక్రీయంజల వద్ద ఇచ్చేందుకు వెండి ఉండదు.

మార్జిన్ కాల్స్ మానిపులేషన్..

పెద్ద బ్యాంకులు, సంస్థాగత ఇన్వెస్టర్లు తమకు పెట్టుబడితో ఎక్కువ మొత్తంలో వెండిని ట్రేడ్ చేయడానికి లివరేజీ సౌకర్యాన్ని వాడుతుంటారు. ధరలు స్వల్పంగా తగ్గినప్పుడు, తమ పొజిషన్లు కాపాడుకోవడానికి ట్రేడర్లు అదనపు డబ్బు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. అలా లేని వక్రంలో ఎక్స్‌పోజిబు డిలవంతుంగా ఆ కాంట్రాక్టులను తమకు ధరకే అమ్మేస్తాయి. ఇది ధరలను మరింత కిందికి నెట్టివేస్తుంది.

వైసా మార్కెట్టు పెలవుతో ఉన్నప్పుడు.. తక్కువ ట్రేడింగ్ జరిగే సమయంలో పెద్ద బ్యాంకులు వెండిని భారీగా దంప్ చేసి ధరలను పడగొట్టాయి. దీనివల్ల సామాన్య రిటైల్ పెట్టుబడిదారులు భయపడి తమ దగ్గరున్న వెండిని అమ్మేస్తారు. ఆ తక్కువ ధర వద్దే మళ్ళీ పెద్ద సంస్థలు తమ పార్ట్ పొజిషన్లను క్రోజ్ చేసుకుని లాభపడతాయి.

మరి వెండి భవిష్యత్తు ఏంటి..?

ప్రస్తుతం వెండి రేల్వ్లో పతనం కేవలం బలహీనమైన ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చరు బయటకు పంపడానికేనని నిపుణులు మను రివీ గుప్తా అభిప్రాయపడ్డారు. గత పదేళ్లలో వెండి ధరలను తారుమారు చేసినందుకు పెద్ద బ్యాంకులు 1.3 బిలియన్ డాలర్ల జరిమానా కూడా చెల్లించామని చెప్పారు. వెండి, బంగారం గల రెండేళ్లలో 500 నాణ్యతా 270%, 140% లాభాలను ఇచ్చాయి. రాబోయే పదేళ్లలో వెండి ధర ఔమ్మే 300 నుంచి 500 డాలర్లకు చేరే అవకాశం ఉందని, ప్రస్తుత పతనాన్ని చూసి భయపడి అమ్మేస్తే తర్వాత పశ్చాత్తాపం తప్పదని ఆయన హెచ్చరిస్తున్నారు.

మీరూ ఇలాగే గోల్డ్ అండ్ సిల్వర్ కొంటున్నారా..?  
అయితే చివరికి మిగిలేది భారీ నష్టమే ఇన్వెస్టర్స్



**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** డబ్బు సంపాదించాలనే కోరిక ఉండటం తప్పు కాదు. కానీ అది దురాశగా మారినప్పుడు ప్రాణాల మీదికి రావడమే కాకుండా ఆర్థిక జీవితం అల్లకల్లోలమవుతుంది. తాజాగా సోఫల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్న ఒక వ్యక్తి స్టోరీ ఇందుకు ప్రత్యక్ష నిదర్శనం. పెట్టుబడిదారుల అత్యాశ, సరైన అవగాహన లేకపోవడం వల్ల ఎలాంటి విపత్తుర పరిస్థితులు ఎదురవుతాయో ఆర్థిక సలహాదారు ఆదిత్య షా లైవ్ ఎగ్జాంపుల్ తన ఎక్స్ అకౌంట్లో 'షేర్ చేయటంతో' అది ఇప్పుడు చాలా మంది గోల్డ్ అండ్ సిల్వర్ ఇన్వెస్టర్లకు కళ్ళు తెరిపిస్తోంది.

సాధారణంగా బంగారం, వెండిలను దీర్ఘకాలిక భద్రత కోసం కొనుగోలు చేస్తారు. కానీ ఒక ఇన్వెస్టర్ ఏకంగా తన క్రెడిట్ కార్డు పరిమితిని పూర్తిగా వాడేసి ఏకంగా రూ.10 లక్షల విలువైన బంగారం, వెండిని కొనుగోలు చేశాడు. కేవలం నెల రోజుల్లోనే 10 నుంచి 12 శాతం లాభం వస్తుందని.. ఆ లాభంతో అప్పు తీర్చి మిగిలిన డబ్బు వెనక్కుకోవచ్చని ప్లాన్ చేశాడు. అయితే మార్కెట్ లెక్కలు ఎప్పుడూ ఒకేలా ఉండవు. అంతర్జాతీయ పరిణామాల వల్ల బంగారం ధరలు ఒక్కసారిగా తగ్గడంతో.. ఆ ఇన్వెస్టర్ ఇప్పుడు భారీ నష్టాల్లో కూరుకుపోయాడు. అటు లాభం రాకపోగా, ఇటు క్రెడిట్ కార్డు బిల్లు కట్టడానికి తల ప్రాణం తోకకు వస్తోందట. చాలామంది మధ్యతరగతి పెట్టుబడిదారులు ఇప్పుడు బంగారాన్ని కూడా షేర్ మార్కెట్ లాగానే చూస్తున్నారు. తక్కువ కాలంలో అమ్మేసి లాభాలు సంపాదించాలని చూస్తున్నారు. అయితే ఇక్కడ గమనించాల్సిన విషయం ఏంటంటే.. బంగారం అనేది రెగ్యులర్ గా డబ్బులు ఇచ్చే ఆస్తి కాదు. పైగా అత్యధిక వడ్డీ ఉండే క్రెడిట్ కార్డు అప్పుతో ఇటువంటి ఒడిదుడుకులు ఉండే లోహాలపై బెట్ కాయడం అంటే గతిలో వారంతట వారే దూకడం లాంటిది అంటున్నారు నిపుణులు. సరైన ఎగ్జిట్ ప్లాన్ లేదా నష్టాన్ని తట్టుకునే శక్తి లేకుండా చేసే ఇటువంటి పనులు ఆర్థిక విధ్వంసానికి దారితీసాయి.

సంపద అనేది నెమ్మదిగా నిర్మించబడుతుంది, కానీ పేదరికం అనేది క్షణాల్లో వస్తుంది అంటూ సోషల్ మీడియాలో చాలా మంది అభిప్రాయపడుతున్నారు. ఏదో ఒక అద్భుతం జరిగి రాత్రికి రాత్రే కోటీశ్వరులు అయిపోవాలనే ఆశే ఇలాంటి తప్పుడు నిర్ణయాలకు వునాది వేస్తుందంటున్నారు మరికొందరు. అనుభవం లేకుండా, అధిక వడ్డీకి అప్పులు తెచ్చి ఊహాజనిత మార్కెట్లలో పెట్టుబడులు పెట్టడం జూదం కంటే ప్రమాదకరం అని కామెంట్ చేస్తున్నారు. ఈ స్టోరీ మనందరికీ ఇచ్చే సందేశం ఒక్కటే.. పెట్టుబడి పెట్టేటప్పుడు మన దగ్గర ఉన్న మిగులు దబ్బును వాడాలి తప్ప, అధిక వడ్డీకి అప్పులు తెచ్చి సాహసాలు చేయకూడదు అన్నదే.

**బెంగళూరులో పీజీల్లో ఉంటున్నారా..? 570 పీజీల్లో పరిస్థితి ఇది.. 8 పీజీలు మూతపడ్డయ్ కూడా..!**

**హైదరాబాద్ పేస్ పర్యటన:** బెంగళూరులో వీజీలు ఎంత అపరిమితమైన వాతావరణంలో, ఎంత అద్భుతంగా నిర్వహిస్తున్నారో గ్రేటర్ బెంగళూరు అథారిటీ (GBA) తనవీటిలో చెబుగులోకి వచ్చింది. బేసిక్ రూల్స్ కూడా పాటించని 574 పీయింగ్ గెస్ట్స్ (PG) పోస్ట్మెంట్ కు GBA నోటీసులు జారీ చేసింది. వీటిలో 8 వీజీలును GBA అధికారులు మూసివేయించారు కూడా.

బెంగళూరులోని సీమీ రామన్ నగర్, శాంతి నగర్, గాంధీ నగర్, శివాజీ నగర్, చామరాజ్ పేట్, చిక్కుపేట్ ప్రాంతాల్లో వీటి వసతి గృహాల్లో గ్రేటర్ బెంగళూరు అథారిటీ ఆధికారులు తీవ్రనీతిని నిర్వహిస్తున్నారు. కెనెస్ అవసరమైనప్పుడు ఉపచరమే కాకుండా కనీసం స్వచ్ఛమైన తాగు నీళ్లు కూడా మెయింటెన్ చేయకుండా నదుపుత్రుని 8 మీటలను మూసేయింది.. మూడు లక్షలకు పైగా జనమహా విధింపారు.ఉద్యోగాలు, చదువులు, కాంపిటీటివ్ విజ్ఞాప్యకొసేం వచ్చి అకామిడేషన్ కోసం పురపాలక ఉద్యోగ వారి సంఖ్య రోజురోజుకూ పెరుగుతుండటంతో కారందరు వీటి నిర్వాహకులు కాసుల



కక్కురొత్తో బేసిక్ రూల్స్ పాటించకుండా హాస్టల్స్ నడుపుతున్నారు. ఆఫీసుకు వచ్చేయాలని ఉద్యోగులను బదిలీ కుపెనిలు ఆదేశించడంతో బెంగళూరులోని హాస్టల్స్ దాదాపుగా నిందిపోయాయి. వేలకు వేల డబ్బు కట్టి షీట్లో ఉంటున్నా రుచిపేసి లేని కారణం, కొంచెం ఊరితీ తినిపోయిపించిన అన్నం.. ఇది కొన్ని షీట్లలో ఉన్న పరిస్థితి. హైదరాబాద్లోలేని కార్నూ హాస్టల్స్లోలే కాదు ఇదే పరిస్థితి ఉంది. షీట్లో పుడ నవ్వుక నెలకెడ దేసేరొత్తో మాత్రమే షీట్లో

తింటూ బయట పుణ్ణి తింటున్న వాళ్ళు చాలా మంది ఉన్నారు. కొందరు స్పెక్ట్రి, జామహాల్లో పుణ్ణి ఆర్డర్ పెట్టుకుని తింటున్నా పరిస్థితి. ఆమెర్పెట్, దిల్ నువ్వనగర్, ఎన్నార్ నగర్, కుర్రరానగర్, కూకట్పల్లి, మరాఘూర్ వంటి ఏరియాల్లోని కచ్చింగ్ ఇనిస్టిట్యూట్స్లో ట్రైనింగ్ తీసుకుంటూ దగ్గర్లోని షీషేర్ల ఉంటున్నారు. ఈ ప్రాంతాల్లోని హాస్పిటల్స్ పుల్ రమ్మ కనిపిస్తోంది.

# బెంగళూరులో 'ఫాక్స్ కాన్' వర్కెస్ 'గ్రామ పంచాయతీ'.. అసలేం జరుగుతోంది?

హైదరాబాద్ పేస్ పవర్: కర్ణాటకలోని బెంగళూరు రూరల్ జిల్లాలో యూనిట్ ఐస్కాన్ తయారీ దిగ్గజ ఫ్యాక్టరీ నంబురు, స్టానిక గ్రామ పంచాయతీ మధ్య మొదలైన వివాదం ఇప్పుడు రాష్ట్రపాఠశాల చర్యనియంశమంది. మంత్రి నవనీల కంపేరికల, స్టానిక సంస్థలకు మధ్య తలెత్తే ఘర్షణలకు ఇది అద్దం పడుతోంది. పన్నులు ఎగవేత, భవన నిర్మాణ వినియోగం ఉల్లంఘన, స్టానికలకు ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించకపోవడం వంటి తీవ్ర అలవాటలతో గ్రామ పంచాయతీ ఈ టెక్ దిగ్గజానికి నోటీసులు జారీ చేసింది.

హద్దోగ్లొనాల్సి, పురుషనాల్సి గ్రామాల పరిధిలో సుమారు 5.33 లక్షల చదరపు మీటర్ల విస్తీర్ణంలో ఫ్యాక్టోన్ తన భారీ ప్లాంట్లను నిర్మించింది. అయితే పంచాయతీ రికార్డుల ప్రకారం ఆ భూమి ఇప్పటికీ ఖాళీ స్థలంగానే ఉంది. అంటే ఇంత భారీ ప్లాంట్లో నిర్మాణాల పూర్తయి, కార్యకలాపాలు ప్రారంభమైనా.. భవన నిర్మాణ అనుమతులు, ఆక్యుపెన్సీ సర్టిఫికేట్లు వంటి ఎటువంటి పత్రాలను కంపెనీ సమర్పించలేదు. దీనివల్ల ప్రభుత్వానికి రావాల్సిన భారీ పన్నులు ఎక్కేస్తున్నట్లు అధికారులు ఆరోపిస్తున్నారు. ఇకపూర్వోన్నతలో మియోక్ హోటల్ నందు సందర్శిత పన్నులు కలదుకుంటే, ఫ్యాక్టోన్ ఎందుకు మొదటిసారిగా వారు ప్రతిస్పన్నారు. విచారంలో మరో ప్రధాన అంశం సాగులకు



శిష్యాధి కల్పన గురించి. పైంటో విద్యాలయ నమయంతో తోకల్ యువతకు ఉద్యోగాలు ఇప్పామని హామీ ఇచ్చి, తీరా ప్రాంతాధికారి మొదయర్లుకట్ బయల్ది ప్రాంతాల వారికే కార్యకాశుల ఇష్టానుసారిన గ్రామములయ మంపడమతున్నార. ఇంబలర్లుల పేరుతో స్థానిక యువతన వివిధ, ఆ తర్వాత కాలని పక్కన పెట్టడంపై తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తమవుతుంది. కాంచేసి అధికారికం చే పలమవూర్ వర్చుల జరిపినా ఫలితం ఇంతవేషపడతం. స్థానిక ప్రతిభిధుల వర్జనపైవైన చర్యలకు సిద్ధమయ్యారు. దినపై 7 రోజుల్లోగా నరన దాక్కుమంట్

నమర్చినచుకపోతే కర్ణాటక గ్రామ స్వరాజ్ అండ్ పంచాయత్ రాజ్ చట్టం కింద కఠిన చట్టాలు తీసుకుంటామని పంచాయతీ పాచ్చిందిచింది. మరోవైపు స్థానికులకు ఉద్యోగాలకు కల్పించింది. ఈ వారం చివర్లో ఛార్జీ ఎత్తున నిరసన కార్యక్రమాలు చేపడతామని గ్రామస్థులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఒక అంతర్జాతీయ సంస్థ స్థానిక నిబంధనలను గౌరవించకుండా పువహరించినందు ఇప్పుడు రాజకీయ మలుపులు తిరిగి అంతాకాం చనవిస్తున్నాయి.

**అపార్థ్శ్రీమెంట్లలో బతికే జనానికి మనసు అనేదే ఉండదా..?**

**హైదరాబాద్ వన్ పవర్:** అపార్ట్‌మెంట్లలో, గేటెడ్ కమ్యూనిటీల్లో అటువలె చేస్తున్న రాష్ట్ర డెలివరీ బ్యాంకు పాలిట రావంటా చూడాలి. డెలివరీ బ్యాంకు లిస్ట్ వాడకూడదని రాజరాశ్రీను మెజారిటీ అపార్ట్‌మెంట్ నాస్తిలేటి, గేటెడ్ కమ్యూనిటీలు అటువలె చేస్తున్నాయి. ఈ కారణంగా ఫుడ్ డెలివరీ బ్యాంక్‌తో పాటు కొరియర్ బ్యాంకు కూడా ఎన్నో ఫ్లోర్ నుంచి ఆర్డర్ చేసేనా మెట్లు ఎక్కుతూ.. ఆయానపడుతూ వెళ్ళాల్సిన పరిస్థితి ఉంది. ఈ రూల్‌లపై తాజాగా తీవ్ర వ్యతిరేకత వ్యక్తమవుతుంది. కారణం నెర్రటి అయిన ఈ వీడియో.. అపార్ట్‌మెంట్లలో బలికే జనానికి మనసు అనేదే ఉండడమోనని ఈ వీడియోపై కొందరు నెటిజన్లు స్పందించారు. ఇంకతే ఈ వీడియోలో ఏమందంటే.. ఒక డెలివరీ బ్యాంక్ ఒక పెద్ద పార్శిల్ మూటను మోసుకుంటూ మెట్లు ఎక్కుతున్నాడు.

ఆ మూట నైజ్ చూస్తుంటే.. చాలా బరువు ఉంటుందని అర్థమవుతుంది. ఈ పార్సిల్స్‌ను లిఫ్ట్‌లో తీసుకెళ్లినప్పుడుపోవడంలో మెట్లు ఎక్కుతూ సదరు డెలివరీ బాండ్ ఆరవ ఫ్లోర్ వరకూ మోసుకెళ్లాడు. అంత కష్టపడి మోసుకొచ్చిన డెలివరీ బాండ్ ఇంట్లోకి వెళుతున్న సమయంలో పొరపాటున ఆ మూట డోర్‌లోకి తగిలింది. ఆరర్ చేసిన వాడు



అయ్యో పాపం అని అతనిపై జాతి చూపించాల్సింది పోయి..  
 "అం..అం.. ధీ కేరే పులే" అని తమ పార్శ్వశ్రేణి  
 వంశపుత్రులందరినీ కంగానూ పడటం వద్దను నమాజాజుకు  
 సిగ్గుచేటలా చేసింది. "పిల్ల జుమ్మిదారో" నినాహలే నానికీ,  
 అపనరాల శ్రీనివాసోయకు మధ్య ఒక సంభాషణ ఉంటుంది.  
 మనుషులను అభిమానించడానికి.. వస్తువులను  
 వాడుకోవడానికీ దేవుడు సృష్టింపాడు. కానీ.. మనం  
 మనుషులను ప్రేమిస్తున్నాం.. మనుషులను వాడుకుంటున్నాం

అని అవసరాల దివ్యమైన మాట అక్షరాల నిజమని ఈ వీడియో చూశాక అనియించిందని కొందరు నెటిజన్లు నిర్మూల్యారు. వీడియోను.. దెలిసే బాధ్యుని కష్టాల ఎలా ఉంటుంటు ఉంటుంది. పెద్ద పెద్ద మనవి మనసారా నెలనూల కష్టం కట్టింది. పెద్ద పెద్ద ఆపార్టీలీమెంట్లు, విల్లల్లో బలకడం గొప్ప కాదని.. సాధి మనవి పర్యవేక్షిని చూసి పెద్ద మనసుతో స్పందించడం గొప్ప విషయం అని కొందరు నెటిజన్లు ఆర్డర్ చేసిన సదరు కన్సమర్టీకు పాతవు పలికారు.

**బడ్జెట్ దెబ్బతో లిక్కర్ రేట్లకు రెక్కలు..  
రూ.వెయ్యి బాటిల్ రేటు ఇప్పుడు ఎంతంటే..?**

**హైదరాబాద్ పేన్ వవర్:** ప్రతి ఏటా బడ్జెట్ అనగానే సామాన్యుడు మెల్లమెల్లదా వెతికేడి. ఏ వస్తువుల ధరలు తగ్గాయి.. ఏవి పెరిగాయి అనే. కేంద్ర బడ్జెట్ 2026లో ఈసారి కూడా 'సేని గూడ్స్' అంటే మద్యం, సిగరెట్లు, పానీయ కుళిత్రుల ధరలపై భారం పడింది. సాత ధరలతో పాటునే ఇతర వస్తువుల ధరలపై భారం కొనసాగా, సిగరెట్ ప్యాకెట్ల పట్టినా జేబుకు పెద్ద చిల్లే పడుతోంది. ముఖ్యంగా మద్యం ప్రియంతుకు ఈ బడ్జెట్ పెద్ద షాక్ ఇప్పించడం చెప్పాలి. నిజానికి మద్యంపై వస్తున్న విధింనే అధికారం రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలుకే ఉన్నప్పటికీ.. కేంద్ర బడ్జెట్ లో తీసుకునే కొన్ని ఈకేతిక నిర్ణయాలన్నీ వీటి ధరలపై ప్రభావం చూపుతాయి. ఈసారి బడ్జెట్లో అల్పహోల్ స్ట్రాన్, మినరల్ సేన్టీ మీద ఉండే షూ -సు గతంలో ఉన్న 1 శాతం నుంచి 2 శాతానికి పెంచారు. ఇది చిన్న మార్పులా అనిపించినా.. సన్న చైనీ ద్వారా తయారీదారుల నుండి వినియోగదారుడికి చేరేవరికి ధర భారానే పెరుగుతుంది. దీనికి తోడు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కూడా పెక్కు సుంకాలను సంచరించే అవకాశం ఉండడంతో ధరలు మరింత పెరుగుతాయి అనిచావుదాగా మాండ్రి.వస్తువుల మార్పుల వల్ల గతంలో రూ.వెయ్యి ఉన్న ఒక మద్యం బాటిల్ ధర ఇప్పుడు



సుమారు రూ.1,050 నుండి రూ.1,100 వరకు పెరిగే అవకాశం ఉంది. రాష్ట్రాల వారిగా ఉండి ఎత్తైన నిబంధనలను బట్టి ఈ ధరలే మార్పులు ఉండవచ్చు. సిగరెట్ల విషయానికొస్తే వీటిపై దాదాపు 40 శాతం జీఎస్టీతో పాటు అదనపు సెస్, ఎత్తైన డ్యూటీలను విధించారు. దీనివల్ల పొగ తాగే అలవాటు ఉన్నవారికి నెలవారీ ఖర్చులు భారీగా పెరగనున్నాయి. అయితే

ఆరోగ్య నిపుణులు మాత్రం పన్నులు పెంచి ధరలు పెంచడం వల్ల ప్రజలు ఈ అలవాట్లకు దూరమవుతారని ఆశిస్తున్నారు. ఏదీ ఏమైనా బడ్జెట్ 2026 తర్వాత నగలు మద్యంతోగతీ కుటుంబంలో ఏలాసాల కోసం కేటాయించే బడ్జెట్ను ఖచ్చితంగా తగ్గించుకొన్నానని పరిస్థితి ఏర్పడింది.

# మటన్ బోటీ ఇలా తింటున్నారా.!



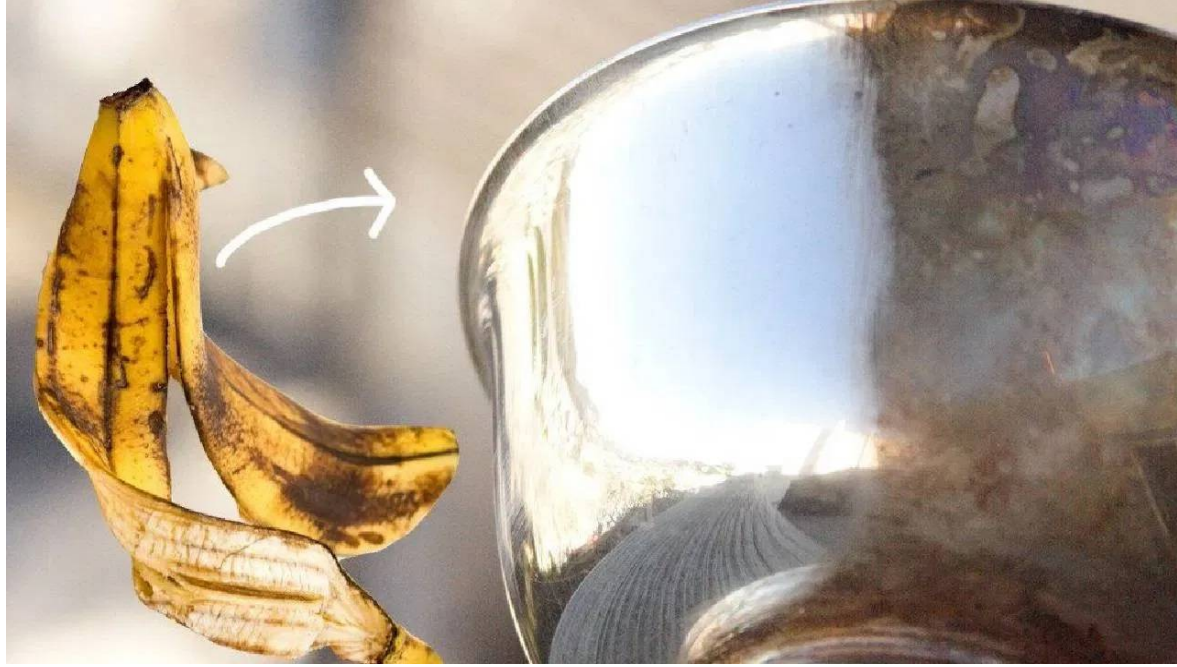
**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** మటన్ బోటీ రుచితో పాటు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఐరన్, జింక్, విటమిన్లు, ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉండే బోటీ రక్తహీనతను తగ్గించి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. అయితే, శుభ్రపరిచే విధానం, సరైన ఉడికించడం, మితంగా తీసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. పండగలు

లేదా ఆదివారాలు రాగానే మాంసాహార ప్రియుల ఇళ్లలో మటన్ ఘుమఘుమలాడాల్సిందే. మటన్ ముక్కలతో పాటు, మేక తలకాయ మాంసం, కాళ్లు, రక్తం, బోటీని చాలామంది ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. అయితే వీటిలో బోటీ రుచికి మాత్రమే పరిమితం కాకుండా, ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తుందని ఆరోగ్య నిపుణులు

చెబుతున్నారు. మేక కేవలం వచ్చని ఆకులను మాత్రమే ఆహారంగా తీసుకుంటుంది కాబట్టి, దాని పేగుల్లో మన శరీరానికి అవసరమైన అనేక పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. బోటీ వల్ల కలిగే అదృశ్య ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అనేకమున్నాయి. మేక పేగుల్లో ఐరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తంలోని హిమోగ్లోబిన్ స్థాయిలను పెంచి రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది. రక్తహీనతతో బాధపడే వారికి ఇది ఒక మంచి ఆహార వనరు. అంతేకాకుండా, చర్మం, జుట్టు ఆరోగ్యానికి కూడా బోటీ మేలు చేస్తుంది. బోటీలో జింక్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది చర్మం కాంతివంతంగా ఉండడానికి, జుట్టు దృఢంగా పెరగడానికి సహాయపడుతుంది. అలాగే ఇందులోని విటమిన్ ఎ, విటమిన్ ఈ చర్మ కణాలను రక్షించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తాయి. బోటీని తీసుకోవడం వల్ల శరీర రోగనిరోధక వ్యవస్థ బలపడుతుంది. ఇది వైరస్లు, బ్యాక్టీరియాల నుంచి శరీరాన్ని రక్షించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. అనారోగ్యాలను నివారిస్తుంది. ఇంతేకాక, శారీరక బలానికి కావలసిన ప్రోటీన్లు, బి విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఇందులో పుష్కలంగా లభిస్తాయి. శరీరానికి శక్తిని అందిస్తాయి. అయితే, బోటీ తినడం వల్ల లాభాలు ఉన్నప్పటికీ, దాన్ని శుభ్రం చేసే పద్ధతి చాలా ముఖ్యం. మేక పేగుల్లో మలినాలు ఉండే అవకాశం ఉన్నందున, వాటిని వేడి నీటితో కనీసం నాలుగైదు సార్లు క్షుణ్ణంగా కడిగి శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఆ తర్వాత బాగా ఉడికించి తీసుకోవాలి. సరిగ్గా ఉడకని బోటీ వల్ల జీర్ణక్రియ సమస్యలు తలెత్తే ప్రమాదం ఉంది. వైద్య నిపుణులు మార్కెట్లో తక్కువ ధరకే దొరుకుతుందని లేదా రుచిగా ఉందని అతిగా తినడం మంచిది కాదని హెచ్చరిస్తున్నారు. మటన్ లేదా బోటీ ఏదైనా సరే, పరిమితంగా, సమతుల్య ఆహారంలో భాగంగా తీసుకున్నప్పుడే శరీరానికి పూర్తి ఆరోగ్యం చేకూరుతుంది. సరైన పరిశుభ్రత, మితమైన వినియోగం బోటీ ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందడానికి కీలకం.

## అరటి తొక్కతో వంట గదిని తళతళ లాడించే చిట్కాలు

**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** ప్రతిరోజూ వంట చేయడం వల్ల, మీరు ఎంత శుభ్రం చేసినా కొన్ని పాత్రలపై నూనె మొండి మరకలు, నల్లటి పొర అలాగే ఉంటాయి. ఇది పాత్ర అందాన్ని పాడు చేస్తుంది. ఈ మరకలను తొలగించడానికి ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా ప్రయోజనం ఉండదు. అయితే మీరు అరటి తొక్కతో ఎప్పుడైనా పాత్రలు కడిగారా? వంటగదిని శుభ్రంగా ఉంచుకున్నట్టే, వంట చేయడానికి ఉపయోగించే పాత్రలను కూడా శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం చాలా ముఖ్యం. అయితే ప్రతిరోజూ వంట చేయడం వల్ల, మీరు ఎంత శుభ్రం చేసినా కొన్ని పాత్రలపై నూనె మొండి మరకలు, నల్లటి పొర అలాగే ఉంటాయి. ఇది పాత్ర అందాన్ని పాడు చేస్తుంది. ఈ మరకలను తొలగించడానికి ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా ప్రయోజనం ఉండదు. అయితే మీరు అరటి తొక్కతో ఎప్పుడైనా పాత్రలు కడిగారా? వీటిని ఉపయోగించి పాత్రలపై అంటుకున్న మరకలను సులభంగా తొలగించవచ్చు. అరటి తొక్కలోని తెల్లడి లోపలి భాగంలో పొటాషియం, కొన్ని సహజ నూనెలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి పాత్రలపై మురికిని తొలగించడంలో సహాయపడతాయి. స్టీల్ లేదా నాన్-స్టిక్ పాత్రలలో మాడిన మొండి మరకలు ఉంటే, వాటిని తొలగించడానికి అరటి తొక్క లోపలి భాగాన్ని పాత్రపై రుద్ది 10 నుంచి 15 నిమిషాలు అలాగే ఉంచాలి. ఆ తర్వాత తేలికపాటి స్క్రబ్బర్ తో శుభ్రం చేయండి. అలాగే అరటి తొక్కపై కొంత టూత్ పేస్టును అప్లే చేసి కూడా పాత్రలను స్క్రబ్ చేయవచ్చు. అరటి తొక్కలలో పొటాషియం, భాస్వరం, కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. తొక్కలను చిన్న ముక్కలుగా కోసి మట్టిలో పొతిపెట్టాలి. లేదా నీటిలో మరిగించి మొక్కలకు ఈ నీళ్లు పోయాలి. ఇది మొక్కలను పచ్చగా ఉంచడానికి సహాయపడుతుంది. లెదర



బాట్లు, పర్చులు, బెల్టులు కాలక్రమేణా వాటి మెరుపును కోల్పోతాయి. కాబట్టి అరటి తొక్క లోపలి భాగాన్ని బాట్లపై రుద్ది, ఆపై పొడి గుడ్డతో పాలిష్ చేయండి. ఇది తొలు పన్నులకు సహజ మెరుపును తిరిగి తెస్తుంది. అరటి తొక్కలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు చర్మాన్ని పోషిస్తాయి. మొటిమలు, పొడి చర్మంతో బాధపడేవారు తొక్క లోపలి భాగాన్ని సున్నితంగా రుద్దాలి. ఆ తర్వాత 10 నిమిషాల పాటు అలాగే

ఉంచి ముఖం కడిగేయాలి. దీన్ని క్రమం తప్పకుండా ఉపయోగించడం వల్ల చర్మం మృదువుగా మారుతుంది. వెండి పాత్రలు మనకబారినా, ఉక్కు పాత్రలు వాటి మెరుపును కోల్పోయినా అరటి తొక్కను ఆ పాత్రలపై రుద్ది, నీటితో శుభ్రం చేసుకుంటే సరిపోతుంది. ఇది మెరుపును తిరిగి తెస్తుంది.

## ప్రెజర్ కుక్కర్ లో వీటిని వండటం వెంటనే ఆపండి!



**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** అన్నం వండటం నుంచి సాంబారు తయారీ వరకు వంట త్వరగా పూర్తి చేయడానికి, గ్యాస్ ఆదా చేయడంలో ఇది సహాయపడుతుందనేది నిజం. కానీ వంట ప్రక్రియ త్వరగా పూర్తవుతుందని కుక్కర్ లో అన్ని రకాల ఆహారాన్ని వండటం సరైనది కాదు. దాదాపు అన్ని వంట వస్తులకు దాదాపు ప్రతి ఇంట్లోనూ

ప్రెషర్ కుక్కర్ ను ఉపయోగిస్తున్నారు. అన్నం వండటం నుంచి సాంబారు తయారీ వరకు వంట త్వరగా పూర్తి చేయడానికి, గ్యాస్ ఆదా చేయడంలో ఇది సహాయపడుతుందనేది నిజం. కానీ వంట ప్రక్రియ త్వరగా పూర్తవుతుందని కుక్కర్ లో అన్ని రకాల ఆహారాన్ని వండటం సరైనది కాదు. కుక్కర్ లో కొన్ని ఆహార పదార్థాలను వండటం వల్ల వాటి పోషకాలు నాశనమవుతాయి. అలాంటి ఆహారాలు తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాలు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ కింది కొన్ని రకాల ఆహారాలను ప్రెషర్ కుక్కర్ లో వండకూడదు. సాధారణంగా చాలా మంది కుక్కర్ లో అన్నం వండుతారు. కానీ అన్నంన్ని ఎప్పుడూ కుక్కర్ లో వండకూడదు. ఎందుకంటే ఇలా కుక్కర్ లో అన్నం వండడం వల్ల ఆర్నైస్ అనే విష పదార్థం విడుదల అవుతుంది. ఇది మన ఆరోగ్యానికి హానికరం.

కాబట్టి ఓపెన్ పాత్రలో మాత్రమే అన్నం వండటం మంచిది. పాలకూర, మెంతులు, కొల్లార్డ్ ఆకుకూరలు వంటి ఆకుకూరలను ప్రెజర్ కుక్కర్ లో ఉడికించడం వల్ల వాటి పోషకాలు నశించి, మూత్రపిండంలో రాళ్లు పచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. కాబట్టి వాటిని సాధారణ పాన్ లో తక్కువ వేడి మీద ఉడికించడం మంచిది. బీన్స్ లో లెక్టిన్ అనే సహజంగా లభించే టాక్సిన్ ఉంటుంది. ఇది కుక్కర్ లో అన్ని రకాల ఆహారాన్ని వండటం సరైనది కాదు. కుక్కర్ లో కొన్ని ఆహార పదార్థాలను వండటం వల్ల వాటి పోషకాలు నాశనమవుతాయి. అలాంటి ఆహారాలు తీసుకోవడం వల్ల ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాలు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ కింది కొన్ని రకాల ఆహారాలను ప్రెషర్ కుక్కర్ లో వండకూడదు. సాధారణంగా చాలా మంది కుక్కర్ లో అన్నం వండుతారు. కానీ అన్నంన్ని ఎప్పుడూ కుక్కర్ లో వండకూడదు. ఎందుకంటే ఇలా కుక్కర్ లో అన్నం వండడం వల్ల ఆర్నైస్ అనే విష పదార్థం విడుదల అవుతుంది. ఇది మన ఆరోగ్యానికి హానికరం.

## పంచగ్రాహి యోగం.. ఈ రాశులకు తిరుగులేని రాజయోగం

**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** ఫిబ్రవరిలో ఏర్పడే పంచగ్రాహి రాజయోగం ప్రభావం అన్ని రాశుల్లోనూ కనిపిస్తుంది. వారిలో కొందరు అదృష్టవంతులవుతారు. దీంతో వారికి అన్ని రకాలుగా కలిసి వస్తుంది. ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగుపడుతుంది. కెరీర్ పురోగతి ఉంటుంది. జ్యోతిష్యశాస్త్రం ప్రకారం గ్రహాలు తమ రాశులను మారుస్తూ ఉంటాయి. గ్రహాల మార్పుల కారణంగా అనేక అరుదైన రాజయోగాలు ఏర్పడబోతున్నాయి. అలాంటి యోగాల వల్ల 12 రాశులపై అనుకూల, ప్రతికూల ప్రభావాలు చూపుతాయి. ఫిబ్రవరి నెలలో గ్రహాలకు అధిపతిగా పరిగణించబడే సూర్య భగవానుడు, గ్రహాలకు యువరాజుగా పిలువబడే బుధుడు, సంపదకు మూలమైన శుక్రుడు, గ్రహాలకు సర్వ సైన్యాధ్యక్షుడిగా పేరొందిన కుజుడు, ఛాయ గ్రహం రాశువు కలయికతో శక్తివంతమైన రాజయోగం ఏర్పడుతోంది. ప్రధానంగా ఈ యోగం పని గ్రహమైన కుంభరాశిలో ఏర్పడుతోంది. ఈ యోగ ప్రభావం అన్ని రాశుల్లోనూ కనిపిస్తుంది. వారిలో కొందరు అదృష్టవంతులవుతారు. దీంతో వారికి అన్ని రకాలుగా కలిసి వస్తుంది. ఆర్థిక పరిస్థితి మెరుగుపడుతుంది. కెరీర్ పురోగతి ఉంటుంది. సింహరాశి వారికి 7వ ఇంట్లో పంచగ్రాహి



యోగం ఏర్పడుతోంది. దీని కారణంగా సింహరాశివారికి సానుకూల ఫలితాలు పొందుతారు. వైవాహిక జీవితంలో ఆనందం వైభవిస్తుంది. రాజకీయ, ప్రభుత్వ సంబంధిత ఉద్యోగాలలో ఉన్నవారు గణనీయమైన ప్రయోజనాలను అందుకుంటారు. మీ పని పరిస్థితి మెరుగుపడుతుంది. అవివాహితులకు మంచి సంబంధం

దొరుకుతుంది. దీర్ఘకాలంగా ఉన్న కోరికలు నెరవేరుతాయి. మేష రాశి వారికి 11వ ఇంట్లో పంచగ్రాహి రాజయోగం ఏర్పడుతోంది. ఇది మేష రాశి వారికి ఆదాయంలో మంచి పెరుగుదలకు దారితీస్తుంది. కెరీర్ లో మంచి పురోగతి ఉండబోతుంది. అనేక శుభ వార్తలను వింటారు. పనిలో మీ స్థానం బలపడుతుంది. ప్రతి ప్రాజెక్టును విజయవంతంగా పూర్తి చేస్తారు. పెట్టుబడుల నుంచి మంచి లాభాలు వస్తాయి. స్థాక మార్కెట్, లాటరీ వంటి వాటి నుంచి మీకు మంచి లాభం రావచ్చు. కుంభ రాశి వారికి మొదటి ఇంట్లో పంచగ్రాహి యోగం ఏర్పడుతోంది. ఇది కుంభ రాశి వారి ఆత్మ విశ్వాసాన్ని పెంచుతుంది. సహజంలో పెరుగుతుంది. వైవాహిక జీవితంలో ఆనందం పెరుగుతుంది. జంటల మధ్య ప్రేమ పెరుగుతుంది. పని చేసే వారికి పరోన్నతి, జీతం పెరిగే అవకాశం ఉంది. అనేక మార్గాల నుంచి మీకు ఆర్థిక ప్రయోజనాలు పొందుతున్నారు.

లేచి నిలబడగానే తల, కళ్లు తిరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తుందా?

**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** కుర్చీలోంచి లేచిన తర్వాత అకస్మాత్తుగా తల తిరుగుతున్నట్లు, కళ్లు ముందు చీకటిగా.. పడిపోయినట్లు అనిపిస్తే, దానిని తేలికగా తీసుకోకండి. ఇది ఒక సాధారణ సమస్య కాదు, దాని వెనుక వైద్యపరమైన కారణం ఉండవచ్చుంటున్నారని వైద్య నిపుణులు. ఈ పరిస్థితిని ఆర్థోస్టాటిక్ హైపోటెన్షన్ లేదా భంగిమ హైపోటెన్షన్ అంటారు. కుర్చీలోంచి లేచిన తర్వాత అకస్మాత్తుగా తల తిరుగుతున్నట్లు, కళ్లు ముందు చీకటిగా.. పడిపోయినట్లు అనిపిస్తే, దానిని తేలికగా తీసుకోకండి. ఇది ఒక సాధారణ సమస్య కాదు, దాని వెనుక వైద్యపరమైన కారణం ఉండవచ్చుంటున్నారని వైద్య నిపుణులు. ఈ పరిస్థితిని ఆర్థోస్టాటిక్ హైపోటెన్షన్ లేదా భంగిమ హైపోటెన్షన్ అంటారు. కూర్చున్న లేదా పడుకున్న స్థానం నుండి అకస్మాత్తుగా లేచిన తర్వాత శరీరం రక్తపోటును త్వరగా సర్దుబాటు చేసుకోలేదు. తగినంత రక్తం మెదడుకు చేరుకోలేనప్పుడు ఇది జరుగుతుంది. మీకు తల తిరుగుతున్నట్లు, ధృష్టి మసకబారినట్లు, మూర్ఘా అనిపించడానికి ఇదే కారణం..! ప్రముఖ హాస్పిటల్ న్యూరాలజిస్ట్ ఈ విషయాలను ఈజీగా తీసుకోవద్దని సూచిస్తున్నారు. మనం లేచి నిలబడగానే, గురుత్వాకర్షణ శక్తి కాళ్లకు రక్తం వేగంగా పరుగెత్తేలా చేస్తుంది. సాధారణంగా, శరీరంలోని స్వయంప్రతిపత్త నాడీ వ్యవస్థ సరాలను కుదించడం, హృదయ స్పందన రేటును పెంచడం ద్వారా వెంటనే భర్తీ చేస్తుంది. అయితే, ఈ ప్రతిస్పందన మందగించినట్లయితే, తల తిరగడం సంభవించవచ్చు. డైటేషియన్ ప్రకారం, నిలబడటం వల్ల కాళ్లలో రక్తం పేరుకుపోతుంది. ఇది మెదడుకు ఆక్సిజన్ సరఫరాను తగ్గిస్తుంది. పుష్కలంగా నీరు త్రాగడం, ఎలక్ట్రోలైట్ సమతుల్యతను కాపాడుకోవడం, నెమ్మదిగా నిలబడటం వల్ల ఈ సమస్య నుండి ఉపశమనం పొందవచ్చుంటున్నారని వైద్య నిపుణులు. నిర్దిష్టకారణం, రక్తహీనత, ఎక్కువసేపు బెడ్ రెస్ట్ తీసుకోవడం, కొన్ని మందులు, వృద్ధాప్యంతో సంబంధం ఉన్న శరీరం తగ్గిన ప్రతిచర్యలు కూడా తల తిరుగుదలకు కారణమవుతాయి. నిలబడిన మెదడు నిమిషంలో రక్తపోటు అకస్మాత్తుగా తగ్గడం వల్ల చిత్తవైకల్యం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని పరిశోధనలో తేలింది. నిలబడిన 30 సెకన్లలోపు సిస్టోలిక్ రక్తపోటు 20 ఎఎంఎంఎల్ లేదా అంతకంటే ఎక్కువ తగ్గిన వ్యక్తులకు భవిష్యత్తులో చిత్తవైకల్యం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉందని అధ్యయనంలో తేలింది. ఒక వ్యక్తి నిలబడి ఉన్నప్పుడు పడే పడే తల తిరుగుతున్నట్లు అనిపిస్తే, వారు తమ వైద్యుడికి తెలియజేయాలి. వారి రక్తపోటును తనిఖీ చేసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. ఇది ముఖ్యంగా వృద్ధులలో పడిపోవడం, ఎముకలు విరగడం, తీవ్రమైన గాయాల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. దీనిని నివారించడానికి, నెమ్మదిగా నిలబడటం, పుష్కలంగా నీరు త్రాగడం, పాదాలకు వ్యాయామం చేయడం, ఇంట్లో జారిపోకుండా ఉండే ఏర్పాట్లు చేయడం, అవసరమైతే, మీ మందులను వైద్యుడితో సమీక్షించడం ముఖ్యం. సకాలంలో శ్రద్ధ వహిస్తే, ఈ సమస్యను చాలా వరకు నియంత్రించవచ్చు. జీవనశైలి మార్పులతో, మనం దీనిని అధిగమించవచ్చు.

## చర్మంపై కనిపించే ఈ మార్పులు విస్తరించొద్దు..



**హైదరాబాద్ పెన్ పవర్:** గతంలో ఈ వ్యాధి వృద్ధులలో మాత్రమే కనిపించేది. కానీ ఇప్పుడు అలా కాదు. ఈ సమస్య యువతలో కూడా కనిపిస్తుంది. డయాబెటిస్ సాధారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలకు సంబంధించినది అయినప్పటికీ, దాని ప్రభావాలు చర్మంతో సహా శరీరంలోని అనేక భాగాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. ఇటీవలి కాలంలో వయసుతో సంబంధం లేకుండా డయాబెటిస్ కేసులు పెరిగిపోతున్నాయి. గతంలో ఈ వ్యాధి వృద్ధులలో మాత్రమే కనిపించేది. కానీ ఇప్పుడు అలా కాదు. ఈ సమస్య యువతలో కూడా కనిపిస్తుంది. డయాబెటిస్ సాధారణంగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలకు సంబంధించినది అయినప్పటికీ, దాని ప్రభావాలు చర్మంతో సహా శరీరంలోని అనేక భాగాలను ప్రభావితం చేస్తాయి. రక్తంలో చక్కెర స్థాయి చాలా కాలం పాటు ఎక్కువగా ఉంటే అది శరీరంలో రక్త ప్రసరణ, తేమ సమతుల్యతను ప్రభావితం చేయడం ప్రారంభిస్తుంది. ఇది చర్మం సహజ రక్షణలను బలహీన పరిచి చర్మ సంబంధిత సమస్యలకు దారితీస్తుంది. కానీ అవాగాహన లేకపోవడం వల్ల చాలా మంది ఇలాంటి లక్షణాలను విస్మరిస్తుంటారు. కానీ చర్మంపై ఇలా కనిపించే లక్షణాలు డయాబెటిస్ ముందస్తు హెచ్చరికలు. డయాబెటిస్ చర్మంలో వివిధ మార్పులకు కారణమవుతుంది. శరీరానికి అవసరమైన తేమను నిర్వహించడంలో సమస్యలు తలెత్తితే అది చర్మం పొడిబారడానికి కారణం అవుతుంది. పొడి చర్మం వల్ల కొంతమందికి తరచుగా దురద, మంటలు ఎదురవుతాయి. ముఖ్యంగా మెడ లేదా తొడల చుట్టూ నల్లటి మచ్చలు ఏర్పడటం కూడా ఒక లక్షణం కావచ్చు. చర్మంపై ఏర్పడే చిన్న కోతలు, గాయాలు సైతం మానడానికి సమయం తీసుకోవడం మధుమేహం ప్రధాన లక్షణంగా పరిగణించవచ్చు. పునరావృతమయ్యే ఫంగల్, బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లు, పూతలు, మొటిమలు కనిపించడం, చర్మంపై ఎరుపు మచ్చలు.. ఇవన్నీ మధుమేహం వచ్చే ముందు చర్మంపై కనిపించే సంకేతాలు. ఈ మార్పులన్నీ శరీరంలోని చక్కెర స్థాయిలు సమతుల్యంగా లేవని సూచిస్తున్నాయి. మీ చర్మంపై ఇలాంటి మార్పులు నిరంతరం కనిపిస్తే, ముందుగా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తనిఖీ చేసుకోవల్సి ఉంటుంది. మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచడానికి, సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవాలి. క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం కూడా చేయాలి. వైద్యుడు సూచించిన విధంగా మందులు తీసుకోవాలి. మీ చర్మాన్ని శుభ్రంగా, తేమగా ఉంచుకోవాలి. రసాయనాలు కలిగిన ఉత్పత్తుల వాడకాన్ని తగ్గించాలి. చర్మానికి అనుకూలమైన ఉత్పత్తులను మాత్రమే వాడాలి. ఎలాంటి ఇన్ఫెక్షన్ లేదా గాయం అయినా విస్మరించ కూడదు. అవసరమైతే వెంటనే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.

