

2 రాష్ట్రం



సోమవారం రా నేస్తం సమూహ చెక్కులు విడుదల చేస్తున్న సిఎం జగన్

లాయర్లకు సర్కార్ అండ

➤ అస్సా, ఒక స్పృహించిడి వారి దగ్గరనుంచి ఆశిస్తున్నది ఇదేనన్నారు.దీన్ని ఎప్పుడు మరిచిపోవద్దని సిఎం జగన్మోహనరెడ్డి కోరారు. వ్యవస్థలో అన్యాయానికి గురవుతున్న వారి పక్షాన నిలవాలన్నారు.పేదలకు అవసరమైన విద్య,వైద్యం,ఉపాధి,నివాసం మనం కల్పించాలన్నారు.ఈ లక్ష్యంతో చేసే పనులకు కొందరు ఇబ్బంది కలిగించాలని ప్రయత్నిస్తారు.వారు పెత్తందారులే భాగవదలానే ఆశతో ఉంటారన్నారు.ఈ క్రమంలో న్యాయవాదులు వారికి అండగా నిలవాలన్నారు.పుట్టిరంగాల్లో రాజీంపేయకు ఆయా ప్రాధాన్యతా రంగాల్లోని యువతకు ప్రభుత్వం అండగా ఉంటుందన్నారు.విద్యను పూర్తి చేసిన వెంటనే ఉపాధి కల్పించే విధంగా ఇతర విద్యార్థుల వారికి అందించేందుకు అనేక చర్యలు చేపట్టిందన్నారు.ఉపాధి,ఉద్యోగ రంగాల్లో అనేక అవకాశాలు తాము అందుబాటులోకి తీసుకుని వస్తున్నామన్నారు.వైపుబాధిస్తున్నారందరికీ అందరికీ తాము శిక్షణను అందిస్తున్నామన్నారు.ప్రతి యువకుడు తమ నైపుణ్యతకే శక్తి, స్వయం ప్రతిభలే రాజీంపదానికి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుందన్నారు.ప్రపంచస్థాయి విద్యను పాఠశాల స్థాయి నుంచే విద్యార్థులకు అందిస్తున్నామన్నారు. న్యాయవాదులకు ప్రాక్టీస్లో రాజీంపకు అడ్డయినం, అమాచాన అవసరమన్నారు. ఇందుకు వీలుగా వారు నిలదొక్కనేయకు ప్రభుత్వం సహాయకారిగా నిలుస్తుందన్నారు. న్యాయవాదులు సామాజికంగా అణగారిన వర్గాలకు అండగా నిలవాలని సిఎం జగన్ వలు చర్యాయలు విజ్ఞప్తి చేసారు.వైఎస్సార్ రా నేస్తం పథకానికి సంబంధించి ఎటువంటి ఇబ్బందులున్నా బోల్తీ నెలబరు 1902కు థోస్ చేసి సమవారం అందించవచ్చునన్నారు.మరింత సమర్థవంతంగా ఈ పథకాన్ని పర్యవేక్షించే విధంగా ఏకకాలంలో యువ న్యాయవాదులు పెద్ద మొత్తం సొమ్మును అందుకుని వారి అవసరాల తీర్చిదిద్దేందుకు మరింత ఉపయోగపడే విధంగా రుపొందించాలన్నారు.ప్రతి ఆరు నెలలకు ఒక సారి మీ జగన్మోహనరెడ్డి ప్రభుత్వం బటన్ నోక్కి లబ్ధిని అందిస్తున్నందున అంశాన్ని గుర్తుంచుకోవాలన్నారు.ఈ పథకానికి ఇరవైవేల చేసుకునే యువన్యాయవాదులు సంబంధిత వెబ్సైట్లో సమాచార చేసుకోవాలన్నారు.అందులోనే బ్యాంకు ఖాతా, ఆధార్ నెంబర్లును ఇస్తూ, విద్యార్థత దృవీకరణ పత్రాలను ఇవ్వవచ్చునన్నారు.ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి డాక్టర్ షెన్ జవహర్రెడ్డి,న్యాయవాత కార్యదర్శి జి.నత్యవభాకరరావు తదితరులు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు.

గుంటూరులో నంది నాటకోత్సవాలు

➤ ఉదయం 9.30గంటల నుంచి రాత్రి 10గంటల వరకు నాటక ప్రదర్శనలు జరుగుతాయని తెలిపారు.5 విభాగాలల్లో స్వర్ణ,రజత,కాంస్య నంది బహుతుల కోసం జరిగే పోటీల్లో ఒక్కోదానిలో ముగ్గురు పోపున మొత్తం 15 మంది న్యాయనిర్ణేతలు ఈ తుది ఉత్తమ ప్రదర్శనలను ఎంపిక చేస్తారని పోసాని తెలిపారు. ఎన్టీఆర్ రంగస్థలం, డాక్టర్ వైఎస్సార్ రంగస్థలం పురస్కారాలకు దరఖాస్తు గడువును ఈ నెల 20వరకు పొడిగించినట్లు సమాచారం.పౌరసంబంధాల శాఖ కమిషనర్, చలనచిత్ర, టీవీ,నాటకరంగ అభివృద్ధి సంస్థ ఎన్టీఆఫ్ఓయో కార్యదర్శి,ఎం.ఓ. తుమ్మపా విజయకుమార్రెడ్డి తెలిపారు.ఎన్టీఆర్ రంగస్థలం పురస్కారం పేరిట రూ.1,50,00నగదు అవార్డును వ్యక్తిగత స్థాయిలో విశేష కృషిచేసిన నటులు,కళాకారులకు అందజేస్తా మన్నారు. కళారంగంలో సుదీర్ఘ కృషి(టీవీ) చేసిన సమాజాలు,పరిపత్తులకు రూ.5లక్షల నగదు, వైఎస్సార్ ప్రతిమ మొదలతో అందిస్తామన్నారు.

SINGAM KUIL YELLOW MONDAY										ROSA DEAR ROYAL MONDAY									
DrawDate on:11/12/23										DrawDate on:11/12/23									
DAY - SINGAM SERIES Dr No:217					DAY - KUIL SERIES Dr No:217					DAY - ROSA SERIES Dr No:217					DAY - DEAR SERIES Dr No:217				
1st Prize Rs.100000/- 561800					1st Prize Rs.100000/- 943799					1st Prize Rs.100000/- 441228					1st Prize Rs.100000/- 255671				
2nd Prize Rs.7000/- 39295					2nd Prize Rs.7000/- 21165					2nd Prize Rs.7000/- 48575					2nd Prize Rs.7000/- 32335				
3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-				
14388 23559 35655 53416 56654					00735 21206 44436 47917 53851					14712 16948 25571 27435 28139					32068 33860 39152 40831 41723				
67528 80414 87420 97831 97849					58918 59020 78410 93231 97703					28530 56658 71255 86834 99348					44458 52753 82917 85536 93098				
4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-				
0829 2899 4276 7004 7022 8575 8691					4706 4850 5055 5212 6908 7433 7874					1496 2631 3539 5296 5536 8549 8630					2018 2023 4051 4373 6221 6679 8824				
8716 9503 9534					8359 8613 9313					9421 9474 9611					9087 9449 9545				
5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-				
1128 1925 2382 3616 4327 4462 4852					0457 1810 4375 5174 6683 7477 7710					3031 1928 3937 4074 5859 6613 7255					3408 3597 4068 4410 5137 5432 7091				
7453 8417 9180					7760 9664 9920					8645 9678 9859					8826 9112 9366				
6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-				
0095 1648 3529 5266 6244 7396 9099					0040 0863 2373 3694 5523 6943 8049					0075 1707 3444 4427 6056 7668 9417					0077 1800 3428 4535 6930 8184 9292				
1027 1727 3553 5316 6261 7438 9338					0130 1286 2444 3737 5533 6982 8053					0202 1773 3446 4569 6116 7887 9418					0371 1038 3468 5483 7129 8288 9292				
0280 1768 3626 5327 6404 7498 9476					0148 1389 2523 3781 5623 7070 8183					0303 2102 3554 4596 6187 8374 9669					0377 2059 3534 5589 7317 8299 9299				
0635 1794 3679 5398 6486 7702 9521					0278 1554 2614 3802 5657 7098 8532					0383 2124 3570 4822 6309 8499 9693					0388 2120 3579 5610 7386 8311 9495				
0841 1862 3935 5402 6490 7789 9524					0304 1738 2628 4103 5173 7125 8568					0482 2133 3626 4951 6519 8611 9708					0514 2200 3823 5995 7441 8397 9561				
0865 1943 4217 5522 6521 7852 9561					0396 1768 2736 4474 5957 7173 8871					0652 2358 3628 4975 6675 8680 9738					0646 2459 3963 6026 7490 8496 9606				
0866 2204 4228 5577 6533 8050 9638					0421 1993 2777 4481 5970 7403 8894					0788 2426 3858 5079 6781 8763 9770					0790 2647 3965 6076 7525 8502 9750				
0883 2299 4238 5632 6598 8080 9690					0430 2025 3016 4484 6073 7617 9010					0910 0925 2577 3869 5130 6830 8799 9801					0983 2659 4214 6161 7614 8530 9805				
1155 2543 4247 5684 6656 8083 9721					0592 2076 3156 4490 6129 7626 9622					1040 2784 3893 5260 6930 8894 9943					1027 2873 4220 6212 7652 8713 9924				
1188 2676 4358 5693 6726 8105 9891					0605 2134 3170 4491 6417 7627 9864					1120 2897 4078 5496 6936 8960 9950					1226 2914 4259 6256 7662 8831 9984				
1220 2750 4385 5725 6789 8511					0640 2189 3185 4772 6611 7684					1220 2951 400 10 5585 6943 9073					1282 2939 4266 6315 7960 8895				
1319 2885 4408 6009 6931 8512					0690 2195 3379 4778 6744 7766					1241 3028 418 5615 7060 9217					1352 3014 4367 6760 8904 8998				
1422 3064 4444 6130 7007 8771					0710 2266 3413 5124 6758 7773					1261 3614 4517 5645 7192 9144					1561 3039 4758 6797 8095 9128				
1432 3171 4729 6139 7080 8857					0744 2319 3510 5371 6863 7776					1539 3171 4183 5948 7217 9295					1606 3299 4582 6817 8114 9141				
1492 3366 5120 6194 7349 8981					0837 2350 3691 5426 6885 7938					1657 3413 4326 6021 7388 9396					1790 3409 4708 6876 8126 9248				

THANGAM VAIRAM LUCK MONDAY										NALLANERAM MANI LUCK MONDAY									
DrawDate on:11/12/23										DrawDate on:11/12/23									
DAY - THANGAM SERIES Dr No:217					DAY - VAIRAM SERIES Dr No:76					DAY - NALLANERAM SERIES Dr No:217					DAY - MANI SERIES Dr No:76				
1st Prize Rs.100000/- 368242					1st Prize Rs.50000/- 126575					1st Prize Rs.50000/- 217334					1st Prize Rs.50000/- 672710				
2nd Prize Rs.7000/- 42262					2nd Prize Rs.7000/- 50403					2nd Prize Rs.7000/- 65472					2nd Prize Rs.7000/- 82899				
3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-				
14167 32716 43189 54971 64123					04613 07293 10641 19235 33884					05142 12693 39528 43815 66049					07977 08026 20095 20432 43403				
64401 72011 92059 93577 98964					36789 61796 67719 85991 94497					66314 72382 82419 85750 97550					64865 83434 94952 96042 98487				
4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-				
1196 2741 6374 7283 8048 8165 8507					0432 0787 2875 3042 3230 4038 4536					0028 3034 5158 5989 6361 6961 7219					1634 2278 2452 3691 4003 5615 6757				
8739 9069 9816					7098 8073 9757					7645 8514 9578					7415 8813 9216				
5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-				
2381 3651 3659 4009 4447 4670 6661					0874 1371 1919 2305 2544 3974 6945					0150 0477 1078 1429 1785 2400 3502					0639 1034 1633 2173 3252 6205 6464				
7372 7933 8412					7287 9178 9909					5744 9584 9285					7390 7954 9732				
6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-				
0055 1743 3064 4548 5406 7065 8887					0209 2080 3424 4931 6306 7916 8875					0238 1775 3225 4793 6053 7667 8760					0090 1364 3441 4863 6738 7914 9089				
0082 1774 3093 4599 5474 7142 8985					0239 2104 3425 5019 6332 7921 9002					0278 1897 3341 4817 6404 7738 8765					0145 1461 3548 4917 6796 8028 9197				
0286 1935 3163 4605 5524 7380 9077					0309 2134 3451 5013 6460 8002 9183					0344 2278 3563 5049 6385 7766 8893					0329 1543 3561 5071 6804 8068 9280				
0365 1967 3172 4623 5607 7404 9193					0371 2180 3572 5255 6523 8010 9321					0422 2134 3473 4823 6564 7809 8693					0486 1960 3590 5166 6872 8267 9480				
0426 1999 3440 4625 5887 7825 9257					0453 2252 3751 5310 6677 8075 9426					0562 2337 3680 5053 6565 7850 9453					0561 2268 3528 5225 6957 8315 9595				
0893 2007 3551 4626 5688 8083 9352					0631 2396 3806 5420 6679 8116 9520					0595 2363 3809 5114 6793 8861 9523					0600 2282 3855 5247 7020 8545 9597				
0917 2024 3585 4804 5852 8116 9464					0719 2549 3875 5422 6741 8172 9567					0745 2837 4057 5515 6905 7885 9555					0820 2345 3915 5375 7033 8646 9687				
0954 2075 3618 5020 6236 8192 9524					1106 2607 4083 5482 7073 8177 9568					0932 2738 4075 5292 7034 7991 9624					0892 2559 3947 5577 7184 8680 9769				
0995 2142 3846 5056 6394 8429 9623					1177 2749 4210 5714 7281 8214 9625					0969 2742 4136 5526 7231 8101 9657					0921 2662 4042 5587 7187 8795 9883				
1201 2326 3902 5061 6481 8501 9939					1366 2973 4208 5823 7368 8237 9814					1042 2793 4156 5602 7234 8343 9943					0934 2766 4177 5744 7205 8898 9973				
1499 2358 3905 5083 6651 8606					1514 3006 4223 5984 7377 8460					1146 2824 4493 5704 7436 8420					0982 3084 4530 5951 7379 8901				
1574 2401 4150 5290 6660 8730					1588 3015 4280 5953 7409 8606					1323 2867 4543 5782 7443 8454					1086 3098 4555 6003 7618 8955				
1617 2416 4255 5317 6725 8767					1885 3098 4299 6038 7600 8767					1358 2889 4568 5936 7460 8559					1090 3273 4712 6199 7673 8997				
1643 2502 4375 5319 6733 8768					1992 3122 4670 6120 7730 8870					1573 2951 4618 6009 7503 8593					1197 3308 4809 6291 7875 9029				
1682 2933 4446 5385 7053 8875					2006 3397 4914 6209 7776 8840					1612 3058 4672 6045 7520 8629					1273 3309 4826 6690 7881 9041				

KUMARAN VISHNU SUN MONDAY										SWARNALAXMI LION PEARL MONDAY									
DrawDate on:11/12/23										DrawDate on:11/12/23									
DAY - KUMARAN SERIES Dr No:217					DAY - VISHNU SERIES Dr No:217					DAY - SWARNALAXMI SERIES Dr No:217					DAY - LION SERIES Dr No:76				
1st Prize Rs.50000/- 867142					1st Prize Rs.50000/- 743249					1st Prize Rs.50000/- 351105					1st Prize Rs.50000/- 761169				
2nd Prize Rs.7000/- 85907					2nd Prize Rs.7000/- 37711					2nd Prize Rs.7000/- 73892					2nd Prize Rs.7000/- 61640				
3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-					3rd Prize Rs.3500/-				
25097 27836 46094 46427 48245					08458 17613 18423 69062 71051					16375 16890 27487 27768 49589					15861 26725 37411 48504 59106				
54926 65409 76495 87004 87799					79611 81202 84919 90258 96204					51975 62632 73246 84559 95733					61458 72341 83405 83964 94922				
4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-					4th Prize Rs.200/-				
0211 0513 1875 3379 3422 4150 4216					0042 2462 2998 3628 5964 6076 6982					0551 2075 2148 4057 4444 6583 7001					1472 1750 2099 2822 4079 4511 6085				
6007 7154 7471					7324 8899 9304					7093 7358 9425					7749 7950 9891				
5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-					5th Prize Rs.100/-				
0408 0844 1411 2299 5032 5070 5414					0146 2200 3901 4330 6126 6724 6989					2685 3210 3411 4079 4614 5927 6124					0021 2799 6499 8840 6919 7022 8016				
6838 9340 9691					7636 8456 8642					6243 7483 9535					8850 9349 9735				
6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-					6th Prize Rs.50/-				
0190 1772 3468 5330 6364 7806 9254					0068 1383 2218 3848 4974 6902 8649					0140 2333 3140 4441 5734 7361 8899					0175 2409 3846 5252 6603 8138 9005				
0290 1810 3472 5332 6383 7857 9332					0129 1387 2322 3974 5054 6941 8803					0209 2364 3207 4551 5784 7380 8952					0220 2694 3860 5341 6696 8139 9125				
0482 1835 3535 5359 6392 7866 9362					0136 1617 2391 3991 5349 7220 8833					0390 2414 3265 4599 6035 7494 9230					0460 2792 3822 5655 6809 8190 9147				
0622 2019 3651 5444 6606 7913 9475					0175 1691 2453 4021 5396 7448 9013					016823 2429 3471 4604 6172 7520 9273					0529 2967 3984 5663 6848 8372 9428				
0759 2302 3929 5544 6640 8093 9503					0250 1807 2670 4102 5437 7536 9115					01510998 2430 3491 4801 6313 7072 9314					0681 2995 4098 5711 6950 8411 9328				
0859 2470 3978 5751 6861 8286 9586					0432 1861 2783 4114 5610 7655 9215					021022 2558 3722 4919 6742 7885 9389					0686 3052 4313 5776 7027 8461 9384				
0599 2539 3999 5808 7059 8312 9634					0488 1882 2850 4341 5691 7748 9337					09371132 2572 3729 5048 6780 7931 9473					0714 3136 4400 5860 7166 8531 9623				
1132 2542 4012 5895 7086 8361 9642					0534 1917 2912 4356 5785 7575					96381698 2674 3756 5068 6803 7967 9654					0836 3269 4708 5919 7218 8653 9698				
1138 2688 4178 6000 7120 8647 9648					0558 1972 2934 4376 6050 7884 9642					2821 2683 3752 5176 6852 8101 9700					0892 3459 4811 5969 7269 8674 9769				
1195 2830 4276 6044 7167 8753 9919					0760 1988 3012 4542 6329 8089					98711833 2699 3775 5190 6914 8108 9713					0112 3518 4815 6018 7319 8718 9857				
1247 3002 4468 6066 7361 8870					0671 2045 3496 4680 6351 8199					0131 2762 3871 5220 6935 8207					1668 3767 4840 6400 7399 8721				
1338 3123 4789 6068 7392 9016					0708 2047 3506 4781 6361 8286					1962 2763 3899 5728 7043 8291					1767 3777 4955 6417 7894 8784				
1363 3129 4977 6097 7595 9110					1000 2130 3638 4782 6428 8321					2021 3032 3973 5369 7208 8355					2021 3812 4966 6446 7973 8839				
1645 3305 5139 6165 7640 9132					1043 2131 3643 4815 6565 8619					2131 3035 4023 5544 7281 8511					2049 3823 5053 6478 8109 8988				
1653 3355 5241 6325 7708 9215					1309 2201 3717 4838 6574 8623					2133 3096 4064 5672 7305 8713					2085 3827 5135 6555 8110 9002				



ఇతరుల మాటలను శ్రద్ధగా వివేచించి ప్రతిచోటా తమ పలుకుబడిని పెంచుకుంటారు.

-విల్సన్ మైజర్

అమలుకాని చట్టాలతో అభాసుపాలు!

గ్రతలు తీసుకోవడానికి, భయపడడానికి చాలా వ్యత్యాసం ఉంది. అంతేకాదు జాగ్రత్తల పేరుతో భయపెట్టడం, భయపడడం ఏ మాత్రం సమంజసం కాదు.ప్రజారోగ్యంపై దాడిచేస్తున్న విషజ్వాలలు,గుండె, కేన్సర్, తదితర ప్రాణాంతక జబ్బులతో దేశవ్యాప్తంగా కోట్లాదిమంది అల్లాడుతున్నారు. లక్షలాది మంది ఆసువులు బాస్తుండగా కోట్లాది మంది ఆస్పత్రుల పాలవుతున్నారు. అయితే అందరికీ ఆరోగ్యం అనేది ఇప్పటికీ అందుబాటులోకి రాలేదనే చెప్పొచ్చు. స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పటి నుంచి లక్షలాది కోట్ల రూపాయలు వెచ్చించినా,వెచ్చిస్తున్నా ఇంకా లక్ష్యానికి కను చూపుమేరలో కూడా చేరుకోలేదు. మొన్న కరోనా రక్యాని విజృంభణతో దేశంలో కోట్లాదిమంది ఎంతటి ఇబ్బందులకు గురయ్యారో, మనవైద్య ఆరోగ్య వ్యవస్థ దొల్లతనం తెలుతెల్లమైంది. ఆ ఆసుభవాల దృష్టికోణైనా పాలకులు ప్రయోగశాలికి ఆవనరం మేరకు నిధులు కేటాయింపడం లేదు. ఇప్పటికీ ఆవనరం మేరకు సిబ్బంది కానీ, మౌలిక వసతులు కానీ అందుబాటులోకి తీసుకురాలేదనేది వాస్తవం.వైద్యం సంగతి దేవుడెరుగు కనీసం వ్యాధులు సోకకూడా మందుజాగ్రత్తలు తీసుకోవడంలో కూడా పాలక వర్గాలు విఫలమవుతున్నాయి. సాధారణ ప్రజల కన్నా నిత్యం సిగరెట్లు, బీడీలు, మట్టా తదితర పొగాకు ఉత్పత్తులను వినియోగించేవారు, మద్యం సేవించేవారు ఇలాంటి వ్యాధులకు అధికశాతం గురవుతున్నారుని ఎన్నో అధ్యయనాలు వెల్లడించాయి. ముఖ్యంగా మద్యం కంటే ధూమపానంతోనే అధికశాతం ప్రజలు ఆనారోగ్యానికి గురవుతున్నారు. కేవలం పొగతాగడం వల్ల యేటా దాదాపు ఎనభై లక్షల మందికిపైగా మరణిస్తున్నారని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ ప్రకటించింది.పొగతాగేవారో కాదు. వారు పీల్చి వదిలేసిన పొగను పీల్చినవారు కూడా అధికసంఖ్యలోనే రోగాలబారినపడి మరణిస్తున్నారు. ఇలా పరోక్షంగా మరో ఇరవై లక్షల మందికిపైగా మరణిస్తున్నట్లు ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ లెక్కలే వెల్లడిస్తున్నాయి. దీనికితోడు పొగాకు, దాని ఉత్పత్తులు ఏ రూపంలో తీసుకున్నా ఉపరితీతపులే కేన్సర్ వంటిరోగాలు మిల్లంబించిపోతున్నాయి. ప్రజల ఆనారోగ్యానికి కారణమైన ఈ పొగాకు ఉత్పత్తులను పూర్తిగా నిషేధించాలని ఏనాటి నుంచో ప్రయత్నాలు జరుగుతున్నా అవి ఆవరణకు వచ్చేసరికి కాగితాలకే పరిమితం అవుతున్నాయి. అలాని పొగాకు ఉత్పత్తుల నిషేధం విషయంలో చర్యలు తీసుకోవడం లేదని చెప్పడం లేదు. చట్టాలు చేస్తున్నారు. కానీ వాటి అమలు గూర్చి వట్టింపకోవడం లేదు. ఆసలు చట్టాలు చేసే ముందు ఇలాంటి విషయాలు సమర్థమైన అధ్యయనం చేసి చట్టాలపై ఎవరికీ సస్థం? మరెవరికీ ఉపయోగం? సస్థమోయిన వారిని ఎలా అడుకోవాలి?

మానవత్వం విజయం పొందాలంటే, సాత్వికశక్తి ఆవసరం.

బాబాసాహెబ్

మన అదృష్ట, దురదృష్టాలకు తరచు కారణమయ్యేది మన మాటలు.

నర్.దబ్బూర్కాల్

ప్రజావాక్కు

ప్రజాదర్శి ప్రారంభం
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ప్రజాదర్శి జరపడం శుభవరిణా మం.కానీరాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రజావాణి కార్యక్రమం నామమైనాగుతున్నది. ఫిర్యాదులు ఇవ్వడానికి ఆసక్తిని ప్రోత్సహించే చర్యలు చేపట్టడం లేదు. నెలలు గడిచినా ఫిర్యాదులు చూపడం లేదు.కావున కొత్తగా వచ్చినప్రభుత్వం చొరవ తీసుకొని పరిష్కారం చూపిస్తే, ప్రజలు ప్రజాదర్శికి హైదరాబాద్ రావాల్సి నవని ఉండదు. ఉదాహరణకు కేంద్ర ప్రభుత్వం పిజిహెచ్.గవర్నమెంట్.ఇన్చాలా బాగుంది ఫిర్యాదులు ఇవ్వడానికి, పరిష్కారం కూడా 30 రోజులలో వస్తుంది. ఈ విధంగా ఆన్లైన్ ఫ్లాట్ఫాంం డెవలప్ చేయాలి.

-సునీల్ కుమార్ పల్లిజిల్లా

కేన్సర్ మందుల్లో కూడా కల్లిలేనా!
అనేకరకాల రోగాలతో కార్యరేణి వైద్యం చేయుంకునే నైపుణత లేకపోతో మంది ప్రాణాలు కోల్పోతుండగా, కొంత మంది మాత్రమే ఆరోగ్యశ్రీ లాంటి వధకాలను ఉపయోగించుకొని ఒడ్డున పడుతున్నారు. మనిషికి ప్రాణం కన్నా విలువైనది మరేదీఉండదు. ముఖ్యంగా కేన్సర్ బారిన పడిన వ్యక్తులు కేన్సర్ వ్యాధి వచ్చిందని తెలియగానే మృత్యు ముఖం లోనికి వెళ్ళివెళ్ళి ఆదోళన చెందుతున్నారు. శ్రీశీమంట్ భరించలేక కృంగిపోయేవారు శ్రీశీమంట్ చేయించబడ్డని బతిమిలాడుకుంటున్నారు. ఇటువంటి పరిస్థితుల్లో కూడా ధనాధ్యక్షతో మానవత్వాన్ని మరుగుపరచి రాక్షసుల్లా నకిలీ మందులు తయారు చేయడం, వాటిని దేశుల ద్వారా మార్కెట్లోకి ప్రవేశపెట్టడం దారుణం.ఒక్క హైదరాబాద్ లోనే నాలుగు కోట్ల రూపాయలు విలువైన కేన్సర్ దూష్కారే మందులు పట్టుబడితే దేశవ్యాప్తంగా ఈ దండా ఎంతగా విస్తరించి ఉంటుందో.

-శ్రీస్థుల వెంకటేశ్వర్, హైదరాబాద్

బదులుకు స్త్రీ కరెంట్
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కొత్తగా అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సంక్షేమ చర్యలతో భాగంగా గృహశ్రోత్రి వధకం కింద ప్రతి ఇంటికి 200 యూనిట్ల వరకు స్త్రీగా కరెంట్ ఇవ్వాలని నిర్ణయించడం హర్షణీయం. ఈ వధకాన్ని రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలలకు వర్తింపజేస్తే ఇంకా బాగుంటుంది.

-శాగ శ్రీనివాస్, చిన్న పిండ్యాల, జనగామ జిల్లా



ఎంపీ బహిష్కరణ
త్వజమాల్ ఎంపీ మొహమ మొయత్రిని లోక్ సభ అనైతిక వర్తనం,ధికార్పరప్రాతిపదికన బహిష్కరించింది. అధికార వర్గం ఇది తనవర్తనకు సరైనశిక్షగా భావిస్తుండగా,ప్రతిపక్షాలు తమపై దాడిగా భావిస్తున్నాయి.అయితే ఈవిషయంలో జరిగిన నేరాల కన్నా శిక్ష మరికఠినం అనిపిస్తుంది. ఆమె పాల్పడిన లేదా చేసి నట్టుఆరోపించబడ్డ పార్లమెంటు నింధనల అతిక్రమణలు రెండు, అందులో మొదటివిపార్లమెంట్ ధిక్కార చర్యలు. రెండోది సభ్యులకు అనైతికవర్తనం.ప్రశ్నలు సంధించడానికి ఉపయోగించాల్సిన తనవ్యక్తిగత ఖాతాపానీ వర్గ ఇతరుల చేతిలో పెట్టడం. ఆ చర్య ద్వారా లోక్ సభ గౌరవం తగ్గినట్లు అవకాశం ఉన్నందున ధికార్పరవర్తనగా నేరీకరణ. అలా చేయడం మామూలేనంటూ, అయినా అది ధికార్పరవర్తనా నిబంధనల్లో రానీ లేదన్నది ఆమె వాదన. ఇక రెండోది ఒక కంపెనీ వారి నుండి దబ్బులు తీసుకొని,వారి ప్రత్యర్థి కంపెనీపై లోక్ సభలో ప్రశ్నలు గుప్పించడం ద్వారా నైతికంగా ప్రతిపదించడం.

-డా.డి.వి.జ.శంకరరావు, పార్లమెంటు

వికలాంగులకు రాజకీయ రిజర్వేషన్ కల్పించాలి
భారతదేశానికిస్వాతంత్ర్యంవచ్చి 76సంవత్సరాలు పూర్తి అయిన సరి. వికలాంగుల చట్టం 2016 వచ్చి ఏడు సంవత్సరాలు పూర్తి అయినది. గ్రామపంచాయతీ నుండి పార్లమెంటు స్థాయి వరకు వికలాంగులు ఓటు వేసే యంత్రాలుగానే మిగిలిపోయారు.కానీ ప్రజాప్రతినిధులుగా ప్రజాసేవ చేసేవారుగా మారడానికిగాను కేంద్ర,రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు కృషి చేయాలి. వికలాంగులు శారీరకంగా వివిధ రకాల్లోనై వ్యక్తిత్వం కలిగి ఉన్నారు. కానీ వివిధ రంగాల్లో ప్రతిభ కృషి పట్టుదల నైపుణ్యం కలిగిన వికలాంగులు కూడా ఉన్నారు.

-ఈడునూరి వెంకటేశ్వర్లు, వరంగల్ జిల్లా

మనుషులలో మార్పు రావాలి
ఈగోమనిషిని నిలుపునా డిమాండ్ వేస్తోంది. అహంస, అడ్డు పెట్టుకొని ఎన్నో యుద్ధాలు జరిగాయి. కారణం లేకుండా ఇంకా జరుగుతూనే ఉన్నాయి. ఒక మెట్టుదిగరు, ఒక మెట్టు ఎక్కురు. పంతానికే పెట్టవీల వేస్తూ ముందుకు దూకుతారు. తరువాత పరిణామాలగురించి పట్టించుకోని నుండి పార్లమెంటు స్థాయి ఈగోమ మానవుడు అందుపులో పెట్టుకుంటే శాంతికి మారుపేరుగా గుర్తింపు పొందగలదు.

-ఆర్.వెంకటేశ్ చరణ్, వెంగళూరు

ఎడిట్ పేజీ..
అధిక, సాంఘిక, రాజకీయ పరిణామాలకు సంబంధించిన విశ్లేషణాత్మక వ్యాసాలు పంపగలరు ఈ కింది ఈ మెయిల్ చిరునామాకు పంపగలరు e-mail: editpage@vaartha.com

తెలంగాణలో 'మహాలక్ష్మి' సిరులిస్తుందా?

సుమారుగా 50 మంది వ్యక్తిగత వాహనాలలో వెళ్లేవారు ఒక బస్సులో వెళ్ళగలరు. రోడ్డు ప్రాఫిట్ తగ్గుతుంది. మహిళలు పాపింగ్ చేయడానికి ఆసక్తి చూపుతారు. డబ్బులుపెట్టి రవాణాచేసే మహిళల ఆలోచనా విధానంలో కూడా మార్పు వస్తుంది. సాధారణ బస్సుల్లో రద్దీపక్కమైనా ఉండే సమయంలో ఎ.సి బస్సుల్లో వెళ్ళడానికి ఆసక్తి చూపుతారు. దీనివల్ల ప్రభుత్వానికి ఆదాయం కూడా పెరుగుతుంది. రాష్ట్ర జి.డి.పి కూడా పెరుగుతుంది.

వ్యవసాయ కార్యకలాపాలు క్షీణిస్తున్నందున గ్రామీణ మహిళలకు ఉద్యోగ అవకాశాల కొరత కొనసాగుతోంది. నిరుపేద ప్రజలలో సాధారణమైన కుటుంబంలో ఆర్థికసంక్షోభం ఉంటే మహిళలే మొదట ప్రభావితమవుతారు. తెలంగాణలో మహిళలకు బస్సులలో ఉచిత ప్రయాణం అనేదివాతా ఉపయుక్తరమైన ఆలోచన. చాలామంది ఆసుకుంటున్నట్లు అది ఒట్టకోసం ప్రవేశపెట్టిన వధకంకాదు. ఈవధకం వలన మహిళల సాధికారత పెరుగుతుంది. ఫేర్-ప్రీ పబ్లిక్ ట్రాన్స్పోర్ట్ అనేది ఆమాయక భావన కాదు.దాని అమలుకు సంబంధించి అనేకట్రయల్స్, ప్రయోగాలు నిర్వహించబడ్డాయి. ప్రపంచ దేశాలలో మొట్టమొదటి సారిగా అన్ని ప్రజారవాణాను ఉచితంగాఉపయోగించే విధానాన్ని 29ఫిబ్రవరి2020న లక్నోఇంట్ దేశం ప్రవేశపెట్టింది. తరువాత మల్టా దేశం 1ఆక్టోబరు 2022న ప్రవేశపెట్టింది. 4,20,000కంటే ఎక్కువమంది జనాభాకలిగిన ఎన్నోనియూ దేశ రాజధాని టాలిన్ నగరంలో, అలాగే అనేక మధ్యస్థ జనాభా కలిగిన యూరోపియన్ నగరాలలో, ప్రపంచంలోని అనేక చిన్న పట్టణాలు తమ ప్రజారవాణా నెట్వర్క్లను జీరో-ఫేర్గా మార్చుకున్నాయి. బెర్లియంలోని హాస్ట్ నగరంలో 1997లో ఛార్జిల రద్దు చేయబడ్డాయి.ఆమెరికా రాజధాని వాషింగ్టన్లో 14గ్రామీణ రవాణా వ్యవస్థలు 2020 సంవత్సరంలో శాశ్వతంగా జీరో-ఫేర్ విధానాన్ని అవలంబిస్తున్నాయి. ఇక్కడ సెప్టెంబర్ 2022 నుండి చాలా లోకల్, అంతరనగర రవాణా వ్యవస్థలలో 18యేళ్ళు లేదాఅంతకంటే తక్కువ వయస్సుగల ప్రయోజితలకు ఉచితంగా ప్రయాణ సౌకర్యం కల్పించబడింది. ఇక మనదేశంలో చూస్తే మహిళలకు ఉచితబస్సుప్రయాణాలకోసం వధకాన్ని 3జూన్ 2019న ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి అరవింద్ కేజ్రీవాలి ప్రారంభించారు. దీని కింద ప్రభుత్వం ఢిల్లీ ట్రాన్స్పోర్ట్ కార్పొరేషన్ బస్సులలో మహిళలకు ఉచితప్రయాణాన్ని అమలుచేసింది. 2021న తమిళనాడు ముఖ్యమంత్రి ఎంకె స్టాలిన్ కూడా జేసీకే ఫేర్ ప్రభుత్వబస్సుల్లో మహిళలకు ఉచిత ప్రయాణాన్ని ప్రకటించారు. కర్ణాటక రాష్ట్రంలో (నాన్ ఎ సి ప్రభుత్వ బస్సుల్లో) విద్యార్థులు, మహిళలతోపాటు ట్రాన్స్పోండర్లకు ఉచిత బస్సుప్రయాణాన్ని అందించేకత్తి అని పిలువబడే వధకం జూన్ 11,2023న ప్రారంభించబడింది. ఈ ప్రకటన నకు మహిళా జనాభాలోని విస్తారమైనవర్గాలు సంతోషంతో స్వాగతించాయి.దీనివలన అనేక ఉపయోగాలున్నాయి. వ్యక్తిగత వాహనాలు లేని మహిళలు,తక్కువ సామర్థ్య, ఆర్థిక నెపథ్యాలకు చెందిన మహిళలు ఎక్కువగా వారి నివాసానికి దగ్గరగా ఉన్న ప్రదేశాలలో ఉద్యోగాలు చేయవలసి వస్తుంది. ఇదివారికి అందుబాటులో ఉన్న ఉద్యోగ అవకాశాల సంఖ్య

డి.జె.మోహన్ రావు



తారు. దీనిని విద్య లేదా ఆరోగ్య సంరక్షణ వంటి ఇతర ప్రాథమికఖర్చులకు దానిని ఉపయోగించుకుంటారు. ఇంతకుముందు తమవని ప్రదేశానికివెళ్ళి తిరిగి వస్తే మహిళలు ఇప్పుడు బస్సులో ప్రయాణించడం ద్వారా సమయాన్ని ఆదా చేసుకోవచ్చు.భారతరహిత బస్సు ప్రయాణం ఈ మహిళలు ఎంచుకంటే వారి సమయాన్ని మరింత ఉత్పాదకంగా గడవడానికి శక్తినిస్తుంది. నగరాలలోని కళాశాలల సొంత బస్సుల భార్యలమోత భరించలేక కేవలం దగ్గర్లో ఉన్న కారవాన్స్ వద్దనేలో నాణ్యతా ప్రమాణాలు లేకపోయినా కొన్ని కళాశాలలో బాలికలు తమవిద్యను కొనసాగిస్తున్నారు. ఇప్పుడు వీరు ఉచితప్రయాణం వలన నగరాలలో నాణ్యత కలిగిన విద్యను అభ్యసించగలుగుతారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలకు చెందిన అనేకమంది మహిళలు వారి తక్కువ ఆదాయం కారణంగా నాణ్యమైన వైద్యసేవలను పొందలేకపోతున్నారు. తనిఖీలు, అందుబాటులోలేక కొనసాగే ప్రపంచ తక్కువగా ఒక నగరం, సామాజిక సమాజాలలోని వ్యక్తిగత ప్రయాణించేటప్పుడు అయ్యేఖర్చులు ఎక్కువగా ఉంటున్నాయి.కాబట్టి ఈ వధకం ప్రయాణానికి అయ్యే ఖర్చు లేకపోవడం వలన నాణ్యమైన

చికిత్సలను పొందడానికి పట్టణాలకు పోవచ్చు. ఇది వారి ఆరోగ్యం, మెరుగైన స్థితిని పొందవచ్చు. ఢిల్లీలో ఛార్జిలు లేని బస్సు ప్రయాణం ప్రవేశపెట్టిన తర్వాత,ప్రైవేట్ బస్సుల్లో ప్రయాణించడం కంటే ప్రభుత్వబస్సుల్లో ప్రయాణించడం సురక్షితంగా మారించని,మహిళా ప్రయాణీకులసంఖ్య పెరగవచ్చు సాధారణ వేధింపుల సంఘటనలు తగ్గయిని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి. ఎక్కువ మంది మహిళలతో ఉన్నప్పుడు సుఖంగా భద్రత ఉంటుంది. ఇది మహిళలకు ఎక్కువ భద్రతకు దారి తీస్తుంది. వ్యక్తిగత వాహనాలతో సహానాలతో సాధారణ ఒక బస్సులో వెళ్ళగలరు. రోడ్డుపై ట్రాఫిక్ తగ్గుతుంది. మహిళలు పాపింగ్ చేయడానికి ఆసక్తి చూపుతారు. డబ్బులుపెట్టి రవాణాచేసే మహిళల ఆలోచనా విధానంలో కూడా మార్పు వస్తుంది. భార్యలు బస్సుల్లో రద్దీపక్కమైనా ఉండే సమయంలో ఎ.సి బస్సుల్లో వెళ్ళడానికి ఆసక్తి చూపుతారు. దీనివల్ల ప్రభుత్వానికి ఆదాయం కూడా పెరుగుతుంది. రాష్ట్ర జి.డి.పి కూడా పెరుగుతుంది. కొంత మంది రాజకీయాల చేయాలి ఈవధకాన్ని విఫలమవుతుంటే చేయడానికి రకరకాల కుయకులు వస్తున్నాయి. పరిష్కారాలు వాళ్ళని తలదన్నే విధంగా ఉండాలి. బస్సు సర్వీసుల సమయపాలన, ట్రిక్సెన్స్ మెరుగుపరచాలి. మహిళలు పబ్లిక్ ట్రాన్స్పోర్టును ఉపయోగించకుండా సిగ్గుపడటానికి మరోక కారణం అధికరద్దీ. రద్దీ తరచుగా లైన్లకి వేధింపులకు సహాయపడే పరిస్థితిని సృష్టిస్తుంది.దీనికి పరిష్కారంగా అప్పుడప్పుడు బస్సులలో మస్క్లతో మహిళా పోలీసులు ప్రయాణించాలి. దీనికోసం ఒక ప్రత్యేకమైన సాఫ్ట్వేర్ ఏర్పాటు చేయాలి. చివరి స్టాప్ వచ్చేంత వరకూ మహిళలు భద్రతకు భరోసా కల్పించాలి.బస్ప్రవృత్తి,కుడక్కుర్లు,నెక్యూరెటీవర్సులు, లీకెట్ కర్తెర్లు, మొదలైన ప్రంధిలైన పాతర్లు ఎక్కువ మంది మహిళలను నిరుమోచించడం ద్వారా మహిళల భద్రతను మెరుగుపరచవచ్చు. ప్రయాణించే మహిళలు వాళ్ళ ఫీడ్ బ్యాక్, వారు ఎదుర్కొన్న సమస్యలు పరిష్కరించడానికి ఒక టోల్ఫ్రీ నంబర్ను ఏర్పాటు చేయాలి. పరీక్షోద్యమాలకు, ప్రయోగాత్మకంగా ఈ విధానాన్ని సమీక్షించి, అవసరమైన దగ్గర మార్పులు చేర్పులు చేపట్టాలి. జనాదరణ పొందిన ఈవధకం మహిళలు, ట్రాన్స్, ఇది మహిళా సాధికారతకు దారితీసే మొదటి అడుగు అని సమృథం కలిగించాలి. అప్పుడే అనుకున్న లక్ష్యాలను చేరుకోగలం. •

ఎస్సీవర్గీకరణపై కేంద్రం హామీ అమలయ్యేనా?

ఎస్సీ,ఎజీసీడి వర్గీకరణ పోరాటం మొదలై మూడు దశాబ్దాలు అవుతుంది. ఉమ్మడి తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని ప్రకాశం జిల్లా ఈడుమూడి గ్రామంలో 200 మంది మూడి యువకులతో వ్యవసాయక అద్యక్షులుగా మండక్కుష్ట మూడి నాయకత్వన ఎమ్మార్సీఎస్ ఉద్యమం పురుడు పోసుకుంది. తూర్పున పొడుస్తున్న సూర్యునివలె మూడిగ వర్ణలకు, అణగా రిన వర్గాల పల్లెల్లో వెలుగులు నింపడానికి రాజ్యాంగసరంగా రావలసిన హక్కులు సాధించుకనే దిశగా మూడిగ దప్పుపై చిర్రా బెటెనైన పుల్లతో దరువేస్తూ దండయా మోగిస్తూ దళిత ఉద్యమం తనప్రస్తావాన్ని ప్రారంభించింది. మూడు దశాబ్దాలుగా తెలుగు రాష్ట్రాలే కాక దేశవ్యాప్తంగా అనేక రాష్ట్రాల్లో ఉన్న ఎస్సీలను కూడగట్టుకొని ఎస్సీ ఎజీసీడి వర్గీకరణ లక్ష్యంగా దేశవ్యాప్తంగా అనేక రాజకీయపార్టీల మద్దతును కూడగడుతూ పార్లమెంటులో ఎస్సీవర్గీకరణ చట్టం చేసేలా పోరాటాలు కొనసాగిస్తుంది. ఎమ్మార్సీఎస్ ఉద్యమం శక్తివంతమైన ఉద్యమంగా గ్రహించిన వివిధ రాజకీయ పార్టీల నాయకులు, పాలకులు తమ చట్టం గడుపుతున్నారో తప్ప దళితుల మద్ద్య ఉన్న చిన్న సమస్యను పరిష్కరించలేకపోయారు. ఈ పోరాటంలో ఎంతో మంది అమరుయోధులు. సామాజిక న్యాయం కోసం జరుగుతున్న ఎమ్మార్సీఎస్ పోరాటం జనాభా దామాషా ప్రకారం మేమంటే మేలు అంత అనే నినాదంతో ముందుకు సాగుచుంది. 2011జనాభా లెక్కల ప్రకారం ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్లో ఎస్సీజనాభా 1,38,78,078 ఉండగా వీరిలో మూడిగులు 67,02,609 మందికాక మూలులు 55,70,244 మంది ఉన్నారు. అంటే మూల కంటే మూడిగులు ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో 11లక్షల మంది ఎక్కువగా ఉన్నారనేది అక్షర సత్యం. అయితే

బూర్గుల నాగేందర్

ఎమ్మార్సీఎస్ ఉద్యమం పోరాటాలను పరిగణనలోకి తీసుకున్న పాలకులు 1997లో న్యాయమూర్తి రామచంద్రరాజు నేతృత్వంలోని కమిషన్ ఎస్సీలను వర్గీకరించాలని సిఫార్సు చేసింది. అప్పటి ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబునాయుడు ప్రభుత్వంలో 15శాతం ఎస్సీ కోటాను విభజిస్తూ జీవోను విడుదల చేసింది.'ఎ' గ్రూపులో రెల్లె దానిఅనుబంధ కులాలనుసహ మొత్తం 12కులాలను కలుపుతూ వారికి ఒకశాతం కోట ఇవ్వగా, 'బి' గ్రూపులో మూడిగ దాని ఉపకులాలు మొత్తం 18 కులాలను చేరుస్తూ ఏడుశాతం కోటలను కేటాయించింది. 'సి' గ్రూపులో మూల దానిఉపకులాలు 25కులాలను చేరుస్తూ అరుశాతం కోటా కేటాయించగా 'డి'గ్రూపులో అది ఆంధ్రులతోపాటు నాలుగు కులాలనుచేర్చి ఒకశాతం కోటాను నిర్ణయించారు. దీనిపై అప్పట్లో మూలమహానాడు కోర్టు వెళ్ళింది. ఈ జీవో రాష్ట్రప్రభుత్వ అధికార పరిమితికి మించినదని,రాజ్యాంగ విరుద్ధమైనదని ఆంధ్రప్రదేశ్ హైకోర్టు అనాడు ప్రకటించింది. ఆ తర్వాత రెండువేల సంవత్సరంలో తిరిగి చంద్రబాబునాయుడు ఆధ్వర్యంలో ఎస్సీలను వర్గీకరిస్తూ రిజర్వేషన్ హేతుబద్ధీకరణ చట్టం చేసింది. అప్పటి ఎస్ ప్రభుత్వం రాష్ట్ర ఆసెంబ్లీలో ఏకగ్రీవంగా ఆమోదించింది. రాష్ట్రపతి కె.ఆర్ నారాయణన్ ఆమోదంతో అమల్లోకి వచ్చింది.అప్పట్లోనే ఎస్సీలను ఎజీసీడి గ్రూపులుగా వర్గీకరిస్తూ జనాభా నిష్పత్తి ప్రకారం ఆ కులాలకు కోటలను నిర్ణయించారు. కానీ 2004 నవంబరులో సుప్రీంకోర్టు ఆ అంశాన్ని కొట్టివేయడంతో మళ్ళీ మొదటికివచ్చింది. 2004సంవత్సరంలో అప్పటి ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ రాజశేఖర్రెడ్డి వర్గీకరణ విషయంపై ఒత్తిడి పెరిగి

రాజ్యాంగ సవరణ కోరుతూ ఆసెంబ్లీలో తీర్మానం చేయించారు. దీనిని ప్రతిఘటించనగా అనాడు సామాజిక న్యాయం, సాధికారిత మంత్రిత్వశాఖ ఉపామెప్ర కమిషన్లో ఏర్పాటు చేయాలి న్న పరిస్థితి ఏర్పడింది. 2008లో మంత్రి మీరా కుమార్కు కమిషన్ నివేదిక సమర్పించింది.రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 341 నవరించాలని ఆర్టికల్ 3వ ిభాజనం చేర్చడం ద్వారా రాష్ట్ర ఆసెంబ్లీలు ఏకగ్రీవ తీర్మానం చేసినవత్తంలో కులాల వర్గీకరణను పార్లమెంటు ఆమోదించవచ్చని ఉపామెప్ర కమిషన్సిఫార్సు చేసింది. అయితే కేంద్ర ప్రభుత్వం ఉపామెప్ర కమిషన్ నివేదికను సీరియస్గా తీసుకోవడంపట్ల పరిష్కారానికి నోచు చేసింది. అనంతరం 2014ఎస్సీలపంపడం తాము అధికారంలోకివస్తే 100రోజుల్లోనే ఎస్సీవర్గీకరణ చేస్తామని బిజెపి ఇచ్చిన హామీ హామీగానే మిగిలిపోయింది.వర్గీకరణ విషయంలోఅప్పటి తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు ఆసెంబ్లీ తీర్మానం చేసి కేంద్రానికి హాజరై వర్గీకరణను పట్టుబడత కల్పించేందుకు కమిటీని వేస్తున్నామని ప్రకటించి ఎస్సీ కులాల్లో ఆటలు రేపారు.తాను ఎమ్మార్సీఎస్కు నాయకత్వం వహిస్తున్న కృష్ణమూడిగ సహచరుడిగా వర్గీకరణ ఉద్యమంలో పాలుపంచుకుంటున్నారని ప్రకటించిన ప్రధానిమామలూ మరంతఅధికారంలో ఉన్నాడు. జరుగుతున్న శీతాశుల పార్లమెంటు సమావేశాల్లోనైనా ప్రధాని హామీమూల నిలుపుకుంటారా?ఎస్సీవర్గీకరణ బిల్లు ప్రవేశపెట్టి చట్టబద్ధత కల్పించేందుకు కేంద్రం తీసు కుంటున్న విధానాలపై ఎస్సీకులాల ప్రజలు ఆసక్తిగా ఎదురుపడుతున్నారు. •

సైబర్ నేరాలను అధిగమించడం ఎలా?

జాగ్రత్త సైబర్ నేరాలు పెరుగుతున్నాయి. సాంకేతికత పెరుగుదలతోపాటు సైబర్ నేరాలు పెరుగుతున్నాయి. గతంలో డబ్బులు దోచుకుని వెళ్ళేవారు. ప్రస్తుతం మోసగాళ్ళు సైబర్ నేరాల ద్వారా ప్రజల ధనాన్ని దోచుకుంటున్నారు. మన దైనందిన జీవితంలో ఉదయం నుంచి రాత్రి వరకూ ఆన్లైన్ ద్వారా చెల్లింపులు ఇప్పుడు మామూలయ్యాయి. టీకెట్లు, వస్తువుల కొనుగోళ్ళు, బిల్లులు చెల్లింపులకు ఆన్లైన్ మార్గం శరణ్యమనేంతగా ఆదారపడుతున్నారు. ఇదే సమయంలో సైబర్ నేరగాళ్ళు మాటువేసి అమాయకులను లూటీ చేయడం పెరిగింది. ఏదో ఒక రకంగా మళ్ళపెట్టి నగదు దోచిస్తున్నారు. విద్యారంతులు కూడా వీరివలలో పడుతున్నారు. అలా పోయిన డబ్బు పోలీసులకు, బ్యాంకులకు, ఫిర్యాదు చేస్తే 100 శాతం తిరిగి పంపించునన్న గ్యారంటీ ఏమీ లేదు. అందుకే సైబర్ నేరాలకు గురికాకుండా జాగ్రత్తపడడమే ఉత్తమమైన మార్గం. సైబర్ నేరాలలో దేశంలోనే తెలంగాణ మొదటిస్థానంలో ఉంది. ఆర్థిక సేలోన్లూ రాష్ట్రం ముందుందనీ జాతీయ నేరాల సమాచు సంస్థ నివేదిక విడుదల చేసింది. 2022 లో దేశంలో నమోదైన నేరాలకు సంబంధించిన నివేదికను ఎన్సీఆర్బీ వెల్లడించింది. తెలంగాణలోసహా మొత్తం 12 రాష్ట్రాలు, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాల్లో నేరాల రేటు జాతీయ సగటు 66.4శాతం కంటే ఎక్కువగా నమోదైనది తెలిసింది. వీటిలో ఢిల్లీ ఆగ్రస్థానంలో ఉండగా హర్యానా, 118.7శాతం, తెలంగాణ 117 శాతం, రాజస్థాన్ 115.1 శాతం,ఒడిశా 103శాతం, ఆంధ్రప్రదేశ్ 96.2శాతం, అంధ మూన్,నికోబార్ 93.7శాతంతో తర్వాతి స్థానాల్లో ఉన్నాయి. అదే విధంగా కేరళ 82శాతం,ఆసోం 81శాతం, మధ్యప్రదేశ్ 78.8శాతం, ఉత్తరాఖండ్ 77శాతం, మహారాష్ట్ర 75.1 శాతం,పశ్చిమబెంగాల్ 71.8 శాతంలో ఉన్నాయి. భారత దేశంలో సైబర్ నేరాలు వివిధంగా విజృంభిస్తున్నాయో అధికారిక గణాంకాలే వెల్లడిచేస్తున్నాయి. జాతీయ నేర గణాంకసంస్థ (నేషనల్ క్రైమ్ రికార్డు బ్యూరో) గణాంకాల

మోబి చిరంజీవి

ప్రకారం 2011లో జరియోక్ట్ కింద 1791 సైబర్ నేర కేసులు నమోదైతే, 2012లో 2876 కేసులు నమోదయ్యాయి. ఒక్క యేడాదిలోనే 60శాతం పెరుగుదల నమోదైంది. 2008లో దేశవ్యాప్తంగా 288 సైబర్ నేరాలు నమోదైతే, 2009లో 420, 2010లో 966, 2011లో 1791, 2012లో 2876 కేసులు నమోదయ్యాయి. అంటే సైబర్ నేరాల తీవ్రత ఆంధోళనకర స్థాయిలో పెరుగుతోందని స్పష్టమవుతోంది. ఇండియన్ పీనల్ కోడ్ (ఐపీసీ సెక్షన్) ప్రకారం 2011లో 422 సైబర్ నేరాలునమోదైతే, 2012లో 601 సైబర్ నేరకేసులు నమోదయ్యాయి. అంటే ఒక్క యేడాది వ్యవధిలో 42.4శాతం పెరుగుదల నమోదయిందంటే పరిస్థితి ఎంత తీవ్రంగా ఉందో అర్థం చేసుకోవచ్చు. డబ్బు వ్యవహారాలు ఆన్లైన్ అయ్యేకొద్దీ, ఆర్థిక నేరాలు తీవ్రమవుతున్నాయి.ఆరేబిడి నివేదిక ప్రకారం 2021-22లో రూ.60,414 కోట్ల మేర సైబర్ మోసాలు చోటుచేసుకున్నాయి. సైబర్ మోసగాళ్ళ వల్ల డబ్బు కోల్పోయిన 75 శాతం మంది బాధితరులకు ఆ సొమ్ము తిరిగి రాదండ లేదు. లోకల్ సర్కిల్లో అనే సంస్థ సైబర్ నేరాల బాధితులను మూడేళ్ల పాటు సర్వే చేయగా, వారిలో 74శాతం మందికి ఇప్పటికీ డబ్బు వాపస్ కాలేదని తెలిసింది.33శాతం మంది

తమ బ్యాంక్ ఆకౌంట్, డెబిట్ లేదా క్రెడిట్కార్డు పాస్వర్డ్, అదార్, పాస్కాదు సంబద్ధను కంప్యూటర్లో దాచుకున్నారు. 11శాతం మంది ఈ వివరాలు ఆన్లైంటిని మొబైల్లో భద్రపరుచుకున్నట్లు చెప్పారు. దీంతో సులభంగా పంచకులు, హ్యాక్కుర్లు చేతికి అందడంతో పంచనకు గురవుతున్నారు. సైబర్ నేరాలు పెరిగిపోతున్న నేపథ్యంలో సైబర్ దాడుల నుంచి ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ మౌలిక సదుపాయాలను పరిరక్షించడమే లక్ష్యంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం జాతీయ ఇంటర్నెట్ భద్రత వికాసం 2013ను రూపొందించిన విడుదల చేసింది. ఉద్యారా సైబర్ భద్రత విధానం కలిగిన కార్పొరేషన్లో ఒకటిగా భారత్ నిలిచింది. సూతం విధానం కింద 14 సరికొత్త అంశాలను లక్ష్యాలుగా ప్రకటించింది.దేశ ఇంటర్నెట్ ఆస్తి రక్షను,ఆర్థిక ఆస్తిరక్షతో సమానంగా భావిస్తున్నట్లు పేర్కొంది.ప్రభుత్వ, ప్రైవేట్ భాగస్వామ్యంలో కొన్ని లక్షల మంది ఇంటర్నెట్ భద్రతా నిపుణులతో కూడిన సమర్థ బిబ్బంది వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలని సూచించింది.సాంకేతికశక్త్యలు, సామర్థ్య నిపుణులతో ఈ లక్ష్యాన్ని సాధించాలని నిర్దేశించింది. సైబర్ భద్రతకు సంబంధించిన అన్ని వ్యవహారాలను ఒక జాతీయ నోడల్ ఏజెన్సీతో కలిసి సమన్వయం చేసుకుంటూ ఈ యంత్రాకాలను పనిచేయాలి ఉంటుంది. సైబర్ నేరాలపై తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తల గురించి ప్రభుత్వం గ్రామాల, పాఠశాలలు, కళాశాలలు, బస్స్టాండ్లలో విస్తృతంగా అవగాహన కల్

ఆరోగ్యవంతమైన పూల టీలు



రంగు రంగుల చూడచక్కని పూలు కనువిందు చేయడంతోపాటు మనసునూ ఆనందంతో నింపేస్తాయి.

అంతేకాదు వాటితో తయారుచేసే వివిధ రకాల టీలు చక్కని ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తాయి. మరెందుకాలస్యం మనమూ ప్రయత్నిద్దామా..

గులాబీ టీ.. కావాల్సినవి : ఎండిన గులాబీలు-మాడు, గులాబీనీరు-టీస్పూన్, తేనె-రెండు టేబుల్స్పూన్లు, నిమ్మరసం- అర టీస్పూన్, సీడ్స్-లీటర్, గ్రీన్టీబ్యాగ్లు రెండు.

తయారీ: పావు లీటరు నీటిని బాగా మరిగించి గులాబీరేకులు, నిమ్మరసం చేయాలి. దీన్ని స్వల్ప మీద నుంచి దింబి ఎనిమిది నుంచి పది గంటలపాటు వక్కన పెట్టేయాలి. ఇలా చేయడం వల్ల గులాబీరేకుల పూర్తిగా నానిపోతాయి. తర్వాత వాటిని వడకట్టేయాలి. దీంట్లో టీ బ్యాగులు వేసి మరిగించాలి. ఐదు నిమిషాల తర్వాత వాటిని తీసి తేనె, గులాబీనీరు వేసి బాగా కలపాలి. పాలతో కూడా దీన్ని తయారు చేయవచ్చు. దీంట్లో ఎక్కువగా ఉండే విటమిన్-సి వ్యాధి నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. తరచూ దగ్గు, జలుబు బారినపడకుండా చేస్తుంది. ఇన్ ఫెక్షన్లతో బోరాడుతుంది.

శంఖుపుష్పాలతో.... కావాల్సినవి : శంఖుపుష్పాల



రేకుల- అర కప్పు, తేనె- టేబుల్ స్పూన్, నిమ్మచెక్క-ఒకటి, సీడ్స్-రెండు కప్పులు. తయారీ : సీడ్స్ మరిగించి అందులో శంఖుపుష్పాల రేకులను వేయాలి. తక్కువమంట మీద కాసేపు మరిగిస్తే రంగు దిగుతుంది. ఈ



కొంత మంది అమ్మాయిలు ఐదుపు తగ్గల నుకొని అల్పాహారాన్ని మానివేస్తారు. తగ్గలేదు సరికదా సీరసం, నిస్సత్తువ తోడవుతాయి. జుట్టు రాలడం మొదలైంది. ఉదయం ఆరోగ్య పరంగా పలు ప్రయోజనాలను అందించే అల్పాహారాన్ని మానేయడం సరైనది కాదంటున్నారు నిపుణులు.

జీవక్రియలు. శరీరానికి దాదాపు 12 గంటల విరామం తర్వాత అందించే అల్పాహారం జీవక్రియలను సక్రమంగా జరిగేలా చేస్తుంది. ఈ విరామాన్ని పెంచినా లేదా పూర్తి దాటవేసినా కూడా జీవక్రియల వేగం క్రమేపీ మందగిస్తుంది. కెలోరీలను ఖర్చు చేసే శక్తిని నెమ్మదిగా శరీరం కోల్పోతుంది. దాంతో కొవ్వు పెరుగుతుంది. అల్పాహారాన్ని తీసుకోనివారిలో కన్నా తీసుకున్నవారిలో

టిఫిన్ మానేస్తే ..



అల్పాహారం దాటవేత కురులనూ ప్రభావితం చేస్తుంది. ప్రొటీన్ల శాతం తగ్గడంతో శరీరంలోని కెలోరీస్ స్థాయిల్లో మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. దీంతో శిరోజాల పెరుగుదలకు ఆటంకం ఏర్పడుతుంది. దీంతో జుట్టు రాలుతుంది. ఒత్తైన జుట్టు కావాలంటే ప్రొటీన్లను ఉదయం ఆహారంలో అధిక మొత్తంలో తీసుకోవడం తప్పని సరి. అల్పాహారం తీసుకోకపోవడంతో కొవ్వు స్థాయిలు పెరిగి అధికభరువు సమస్య దరిచేరుతుంది. లండన్ క్యాన్సర్ రిసెర్చ్ ఇన్స్టిట్యూట్ ప్రకటించిన నివేదిక ప్రకారం. ఈ సమస్య క్యాన్సర్ కు కారణమవచ్చు. అలాకాకుండా ఉండాలంటే పోషకవిలువలన్న అల్పాహారాన్ని తీసుకోవడం మంచిదంటున్నారని నిపుణులు. □

సమస్యయం చేస్తుంది. లేదంటే మైగ్రేన్ సమస్య, రక్తపోటు వంటివి వచ్చే ప్రమాదమూ ఉంది. శిరోజాలపై.. పలు రకాల అనారోగ్యాలకు కారణ మయ్యే

మారం చేసుకోవ వుంటున్నాడు నిపుణులు. □ పాలను ముఖానికి అప్లై చేసుకొని పావుగంటయ్యాక గడిగేసుకోవాలి.

ఇక్కడకు రాజు త్రిశంకుడు బొందితో స్వర్గానికి వెళ్లాలనుకున్నాడు. కులగురువు వశిష్టుడు అడి

కానీ వశిష్టుని పుత్రులు రాకపోగా హేళన చేశారు. అది విని విస్వామిత్రుడు శపించాడు. హవిర్బాలను తీసుకోవడానికి దేవతలు నిరాకరించగా విస్వామిత్రుడికి కోపం పెచ్చింది. తన తపశ్శక్తితో కొంత నష్టం కాగా మిగిలిన మహిమతో రాజును సశరీరంగా

స్వర్గానికి వెళ్లమన్నాడు. గురువుత్రుల శాపం పొందిన నీకు స్వర్గంలో ప్రవేశించే అర్హత లేదు. కనుక తలకిందులగా వెళ్లాడు' అన్నాడు ఇందుడు. అలా కిందికి పడుతున్న త్రిశంకువు రక్షించమంటూ విస్వా మిత్రుణ్ణి ప్రార్థించాడు. ఆయన రాజుని ఆశాం మధ్యలోనే నిలిపి, దక్షిణ దిక్కున సప్తర్షులను, కొన్ని నక్షత్రాలను సృష్టించి, దేవతలను కూడా సృష్టించబోయాడు. కానీ మునులూ దేవతలూ వారించారు. 'ఈ రాజుని స్వర్గంలో నిలబెడతానని మాటివ్వాను. అందుకోసం నేను సృష్టించిన ఈ స్వర్గాన్ని శాశ్వతంగా ఉండనీయి' అన్నాడు. అందుకు సమ్మతించిన దేవతలు త్రిశంకువును అక్కడే స్వర్గస్థులను చేశారు. అందరూ సంతోషించారు. □

అనాధ్యమన్నాడు. త్రిశంకువు ఆయనపుత్రులను అడే అడిగాడు. తండ్రి కాదన్న పని తాము చేస్తే ఆయన్ను అవమానించడమే నన్నాడు వశిష్టుని వందమంది పుత్రులు. 'మరెవ్వరి సాయంతోనైనా అనుకున్నది సాధిస్తాను' అన్నాడు రాజు. గురుధికార్గానికి శపించి రావం మార్గారు గురువుత్రులు. బ్రహ్మర్షి ఆయ్యెందుకు తీవ్ర తపస్సు చేస్తున్న విస్వామిత్రుణ్ణి శరణువేదాడు త్రిశంకువు. విస్వామిత్రుడు 'ముజ్జుం చేసి స్వర్గానికి పంపుతాను కానీ, నీ

రావాన్ని మాత్రం మార్చలేను' అన్నాడు. యజ్ఞానికి మునులందరినీ పిలుచుకుని రమ్మని తన కుమారులకు పుర మాయించాడు. విస్వామిత్రునికి భయపడి అంతా వచ్చారు.

అనాధ్యమన్నాడు. త్రిశంకువు ఆయనపుత్రులను అడే అడిగాడు. తండ్రి కాదన్న పని తాము చేస్తే ఆయన్ను అవమానించడమే నన్నాడు వశిష్టుని వందమంది పుత్రులు. 'మరెవ్వరి సాయంతోనైనా అనుకున్నది సాధిస్తాను' అన్నాడు రాజు. గురుధికార్గానికి శపించి రావం మార్గారు గురువుత్రులు. బ్రహ్మర్షి ఆయ్యెందుకు తీవ్ర తపస్సు చేస్తున్న విస్వామిత్రుణ్ణి శరణువేదాడు త్రిశంకువు. విస్వామిత్రుడు 'ముజ్జుం చేసి స్వర్గానికి పంపుతాను కానీ, నీ

రావాన్ని మాత్రం మార్చలేను' అన్నాడు. యజ్ఞానికి మునులందరినీ పిలుచుకుని రమ్మని తన కుమారులకు పుర మాయించాడు. విస్వామిత్రునికి భయపడి అంతా వచ్చారు.

అనాధ్యమన్నాడు. త్రిశంకువు ఆయనపుత్రులను అడే అడిగాడు. తండ్రి కాదన్న పని తాము చేస్తే ఆయన్ను అవమానించడమే నన్నాడు వశిష్టుని వందమంది పుత్రులు. 'మరెవ్వరి సాయంతోనైనా అనుకున్నది సాధిస్తాను' అన్నాడు రాజు. గురుధికార్గానికి శపించి రావం మార్గారు గురువుత్రులు. బ్రహ్మర్షి ఆయ్యెందుకు తీవ్ర తపస్సు చేస్తున్న విస్వామిత్రుణ్ణి శరణువేదాడు త్రిశంకువు. విస్వామిత్రుడు 'ముజ్జుం చేసి స్వర్గానికి పంపుతాను కానీ, నీ

రావాన్ని మాత్రం మార్చలేను' అన్నాడు. యజ్ఞానికి మునులందరినీ పిలుచుకుని రమ్మని తన కుమారులకు పుర మాయించాడు. విస్వామిత్రునికి భయపడి అంతా వచ్చారు.

వన్యకూళ్ళ వేసి దీన్ని చల్లగానూ తయారుచేసుకుని తాగొచ్చు. ఆందోళన, ఒత్తిడిని నియంత్రించి మానసిక ప్రశాంతతను కలిగిస్తుంది. శక్తిస్థాయులను పెంచుతుంది. మెదడు చురుగ్గా పనిచేసేలా చేస్తుంది.

గోంగూరపూలతో...

కావాల్సినవి : ఎండిన గోంగూరపూలు-ఆరు, సీడ్స్-రెండు కప్పులు, తేనె-రెండు టేబుల్స్పూన్లు, తయారీ : సీడ్స్ను బాగా మరిగించి దాంట్లో

నిజామాబాద్ లోని అగ్రికల్చర్ యూనివర్సిటీలో పనిచేసేవారు. ఎవరికి సాయం కావాలన్నా కాదనకుండా చేసేవారు. అమ్మ రాణి.

స్వస్థం కృష్ణాజిల్లా అయినా నేను పుట్టి పెరిగింది రుద్రూల్లో.

దారి మార్పుకు... నాకు ఫ్యాషన్ డిజైనింగ్ చేయాలి ఉండేది. కానీ ఎదుటివారి ఆనందం మరింత సంతృప్తినివ్వడం గమనించి దారి మార్పుకున్నా. బిమ్ సైకాలజీ, ఎమోషనల్ ఇంటెలిజెన్స్, లైఫ్ కోచ్ కోర్సులు చేశా.

అమెరికా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి గౌరవ డాక్టరేట్ ని అందుకున్నా. కొన్ని లింగ్ సైకాలజీస్టా ఫ్రాండరాబాద్ లో స్థిరపడ్డా.

13 ఏళ్లు అప్లై వయసు వారికి

కడిగేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఫలితం ఉంటుంది.

ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకునే సీడ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకొన్నా. నిమ్మరసంతో తయారుచేసిన ఐమ్ క్యూబ్ లతో ముఖాన్ని రుద్దుకున్నా చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు.

గడ్డులోని తెల్లనిన, డ్రాక్షరసం, నిమ్మరసం.. ఈ మూడింటినీ కొద్ది మొత్తాల్లో తీసుకొని మిశ్రమంగా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి పూసుకొని పావుగంట తర్వాత కడగేసుకోవాలి. నిమ్మరసం సహజసిద్ధమైన కేస్సర్ గా పనిచేస్తుంది. గడ్డులోని తెల్లనిన చర్మం బిగుతుగా మారడానికి, డ్రాక్షరసం చర్మం మృదువుగా మారడానికి

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

ఓ టీనేజీ పిల్లడు డబ్బుల కోసం తెలియని వ్యక్తిని ఆత్మంత కిరాతకంగా చంపడమే కాదు..

అపై మృతదేశం ముందు డ్యాన్స్ చేస్తూ పైశాచికంగా ప్రవర్తించాడు. ఢిల్లీలోనే కాదు.. చిన్న కారణాలకే తోటివారిపై దాడికి దిగుతున్న ఉదంతాలను చూస్తున్నాం. ఈ టీనేజింగ్ లు, వేధింపులు సరేసరి. ఇలాంటివారికి సరైన దిశను చూపిస్తున్నాం. మాకేమీ చేతకాదంటూ నిరాశతో కుంగిపోతున్న మహిళలు.. ఒంటరితనంతో బాధపడే పెద్దల జీవితాల్లో ఆనందాన్ని నింపుతున్నాం.

చిన్నయి తమ్మారెడ్డి.. అందుకే సామన్యాలే కాదు.. సెలబ్రిటీలూ తనను ఆశ్రయిస్తున్నారు. సమస్యను చూసి బాధపడుతూ కూర్చోను. దాని పరిష్కారం కోసం వెతుకుతూ నన్ను నేను ఆనందంగా ఉంచుకుంటా. చిన్నప్పటి నుంచి ఇదే తత్వం. చుట్టూ ఉన్నవాళ్లు బాధపడుతున్నా తట్టుకోలేను. స్కూల్లో ఉన్నప్పుడు స్నేహతురాలితో కలిసి మురికివాడలకు వెళ్లి పరిసరాలు, వ్యక్తిగత శుభ్రతలపై అవగాహన కల్పించేవాళ్లం. ఇలా చేయమని నాకేవరూ చెప్పలేదు. ఇదంతా నాన్న ప్రభావం. నాన్న బాలగంగాధర్

నిజామాబాద్ లోని అగ్రికల్చర్ యూనివర్సిటీలో పనిచేసేవారు. ఎవరికి సాయం కావాలన్నా కాదనకుండా చేసేవారు. అమ్మ రాణి.

స్వస్థం కృష్ణాజిల్లా అయినా నేను పుట్టి పెరిగింది రుద్రూల్లో.

దారి మార్పుకు... నాకు ఫ్యాషన్ డిజైనింగ్ చేయాలి ఉండేది. కానీ ఎదుటివారి ఆనందం మరింత సంతృప్తినివ్వడం గమనించి దారి మార్పుకున్నా. బిమ్ సైకాలజీ, ఎమోషనల్ ఇంటెలిజెన్స్, లైఫ్ కోచ్ కోర్సులు చేశా.

అమెరికా విశ్వవిద్యాలయం నుంచి గౌరవ డాక్టరేట్ ని అందుకున్నా. కొన్ని లింగ్ సైకాలజీస్టా ఫ్రాండరాబాద్ లో స్థిరపడ్డా.

13 ఏళ్లు అప్లై వయసు వారికి

కడిగేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఫలితం ఉంటుంది.

ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకునే సీడ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకొన్నా. నిమ్మరసంతో తయారుచేసిన ఐమ్ క్యూబ్ లతో ముఖాన్ని రుద్దుకున్నా చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు.

గడ్డులోని తెల్లనిన, డ్రాక్షరసం, నిమ్మరసం.. ఈ మూడింటినీ కొద్ది మొత్తాల్లో తీసుకొని మిశ్రమంగా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి పూసుకొని పావుగంట తర్వాత కడగేసుకోవాలి. నిమ్మరసం సహజసిద్ధమైన కేస్సర్ గా పనిచేస్తుంది. గడ్డులోని తెల్లనిన చర్మం బిగుతుగా మారడానికి, డ్రాక్షరసం చర్మం మృదువుగా మారడానికి

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలతో జిడ్డుదనాన్ని

కొన్నలింగ్ చేస్తూ. అమ్మాయిల్ని ఏడిపించడం, దాడి, వెంటపడటం చేసిన టీనేజర్లకు పీటీఎమ్ 'భరోసా'తో కలిసికొన్నలింగ్ ఇచ్చా. వీళ్లలో సానుకూలత నింపి, తిరిగి ఆ మార్గంలోకి వెళ్లకుండా చూశా. నిజానికి వీళ్ల సమయం గడవకపోవడం, మొబైల్స్ కు ఊరకోవడం, బలవంతంగా తమ ఇష్టాలను రుద్దడం.. చేస్తుంటారు. తీరా వాళ్లు కోరుకున్నట్లుగా సాధించలేకపోతే తిడుతుంటారు. దీంతో ఆ పిల్లల్లో ఆత్మవిశ్వాసం దెబ్బతినే దేనికీ పనికిరాదున్న స్థితిలోకి వెళ్లిపోతారు.

ఫలితమే తీవ్ర నిర్ణయాలు తీసుకోవడం వగైరా. నేను లైఫ్ కోచ్, మోటివేషనల్ స్పీకర్ ని కూడా, యువత ఈ స్థితి వరకూ రాకుండా చేయాలని ప్రభుత్వ, ప్రైవేటు పాఠశాలలు, కాలేజీలకు వెళ్లి వారితో ఈ చర్చల వల్ల కలిగే నష్టాల చెప్పడమే కాదు ప్రేరణని నింపుతున్నా స్పెషల్ ఒలింపిక్ భారత్ తో కలిసి మానసిక సమస్యలన్న పిల్లల కోసం పనిచేస్తున్నా. ఇవేకాదు కార్పొరేట్ సంస్థల ఉద్యోగులు, టీచర్లు ప్రొఫెసర్లకు మోటివేషనల్ స్పీటింగ్లుంటా.

పదిహేను వేలమంది పోలీసులతోనూ కలిసి పనిచేస్తున్నా. **పెద్దవాళ్లుగా...** ఇల్లు, పిల్లల కోసం కెరియర్ పక్కన పెట్టేస్తారు. వాళ్లే లోకంగా బలికేస్తారు. తీరా చదువు కోసమని వాళ్లు దూరప్రాంతాలకు వెళ్లగానే ' నా ఆస్తివ్వేమంటన్న సందర్భంలోకి వెళ్లిపోతారు. ఎంతో అనుభవమన్న పెద్దవాళ్లు పలకరించేవారు లేక కుంగిపోతుంటారు. వీళ్లకోసం 'రీ డిస్కవరీ, రీ ఇన్వెంట్' సెషన్లు నిర్వహిస్తుంటా. ఇప్పటివరకూ వేలమందికి కొన్నలింగ్ ఇచ్చా. అయితే వాళ్ల ఇబ్బందిని దగ్గరుండి చూస్తూ కదా.. నా కారణంగా వాళ్ల జీవితాల్లో మార్పు రావడం చూస్తే చాలా సంతృప్తి. అందుకే పెళ్లి కూడ చేసుకోలేదు. నేనెప్పుడూ సలహాలు ఆలోచించి పెట్టుకోను. వాళ్లతో మాట్లాడి, సమస్య తెలుసుకున్నా.. దానినుంచి బయటపడడానికి నాకు తోచిన, నలువైన మార్గాన్నే సూచిస్తా. కాబట్టి ఇంతమందితో కలిసి పనిచేసే అవకాశమొచ్చింది. సెలబ్రిటీలకూ కొన్నలింగ్ ఇస్తున్నా.

హిందీ నటి మనీషా

కడిగేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల ఫలితం ఉంటుంది.

ముఖాన్ని శుభ్రపరుచుకునే సీడ్లలో నిమ్మరసం కలుపుకొన్నా. నిమ్మరసంతో తయారుచేసిన ఐమ్ క్యూబ్ లతో ముఖాన్ని రుద్దుకున్నా చక్కటి ఫలితం ఉంటుందంటున్నారు నిపుణులు.

గడ్డులోని తెల్లనిన, డ్రాక్షరసం, నిమ్మరసం.. ఈ మూడింటినీ కొద్ది మొత్తాల్లో తీసుకొని మిశ్రమంగా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి పూసుకొని పావుగంట తర్వాత కడగేసుకోవాలి. నిమ్మరసం సహజసిద్ధమైన కేస్సర్ గా పనిచేస్తుంది. గడ్డులోని తెల్లనిన చర్మం బిగుతుగా మారడానికి, డ్రాక్షరసం చర్మం మృదువుగా మారడానికి

జిడ్డు చర్మంతో బాధపడే అమ్మాయిలు చాలామంది ఉంటారు. ఈ చర్మతత్వం మెటిమలు, మచ్చలకు కారణమవుతుంది. అందుకే కొన్ని ఇంటి

నేటినుంచి టీ20లో స్టాప్ క్లాక్ రూల్!

న్యూఢిల్లీ: పరిమిత ఓవర్ల క్రికెట్‌కు ఉన్న ఆదరణను కాపాడుతూనే ఈఫారాట్లలో వేగం పెంచే దిశగా ఆడుగులు వేస్తున్న అంతర్జాతీయ క్రికెట్ కోస్టిల్ ఈనెల 12నుంచి పొట్టిపారానమబోతో కొత్త నిబంధన అమలుకు తెచినచంది. విండీస్ ఇంగ్లండ్ జట్టుమధ్య ప్రారంభం అయ్యే ఐదు మ్యాచుల టీ20 సిరీస్‌నుంచి ఐసిసి స్టాప్‌క్లాక్ అనే నిబంధన తెచ్చింది. ఈ నిబంధన వచ్చే ఏడాది ఏప్రిల్ వరకూ ప్రయోగాత్మకంగా అమలుతో ఉంటుందని ఐసిసి ఇటీవల వెల్లడించింది. స్టాప్ క్లాక్‌రూల్ పురుషుల వస్త్రే, టీ20 ఫారాట్లలో అమలుతో ఉంటుంది. పరిమిత ఓవర్ల క్రికెట్‌లో ఓవర్‌కు ఓవర్‌కు మధ్య అధిక సమయం వృధా అవుతుందని భావిస్తున్న ఐసిసి ఈ ఫారానమట్లలో మరింత వేగం పెంచేందుకు ఓవర్‌కు ఓవర్‌కు మధ్య 60 సెకన్లసమయాన్ని మాత్రమే గ్యూవెన్మేగా ఫిక్స్ చేసింది. బొలింగ్ జట్టు ఈసమయంలోపే మరుసటి ఓవర్‌వేసేందుకు బౌలర్‌ను దింపాల్సి ఉంటుంది. రెండుసార్లు ఈనిర్దిష్ట వ్యవధి దాటితే మూడోసారికి బొలింగ్ జట్టుకు ఐదు పరుగులు పెనాల్టీగా విధిస్తారు. ఈ పరుగులు బానయటింగ్ టీమ్ స్కోరుకు చేరతాయి. ఫీల్డ్ అంఫైర్ల స్టాప్ క్లాక్‌తో ఈ సమయాన్ని నిర్ధారిస్తారు. నవంబరు 21న అహ్‌నమదాబాద్‌లోజరిగిన బోరునడ సమావేశంలో స్టాప్ క్లాక్ నిబంధన అమలుపై ఐసిసి నిర్ణయం తీసుకుంది.



విరుష్క బంధానికి ఆరేళ్లు!

ముంబయి: విరాట్‌కోహ్లా అనుష్కశర్మ అంటే ప్రపంచక్రికెట్‌లో పరిచయం అక్కర్లేని జంట. ఇద్దరూ వివాహ బంధంతో ఒక్కటయి నేటికీ ఆరేళ్ల పూర్తయ్యాయి. ఇద్దరిపైమకు ప్రతిరాపంగా 2021 జనవరి 11న వీరికి వామికా కుమార్తె జన్మించింది. 2013లో ఒక పాంపూయాడ్‌లో మొదటిసారికలుసుకున్నారు. అప్పటినుంచి మంచి మిత్రులుగా కొనసాగారు. తర్వాత వీరిద్దరి మైత్రి ప్రేమగా మారింది. కోస్టిన్లెలపాటు ఈ ప్రేమజంట విహారింది. చివరకు ఇరుకుటుంబాలను ఒప్పించి పెద్దల ఆశీర్వాదంతో 2017 డిసెంబరు 11న వివాహ బంధంలోకి ఒక్కటయ్యారు. ఇటలీలో డెస్టినేషన్ వెడ్డింగ్‌తో వివాహ బంధంలోకి ప్రవేశించారు. నేటితో ఆరేళ్లు పూర్తయిన సందర్భంగా జంటకు సంబంధించిన ఫోటోలు ఆడియోలు సోషల్‌మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి. ఇద్దరిపూర్వీకోపాటు కోహ్లా దంపతులకు శుభాకాంక్షలు కూడా వెల్లడైతాయి. ఇప్పటి మీరవ్వ జంటపేరు నెట్టింట్లో జోరుగాటెండింగ్‌లో ఉంది. ఐపిఎల్‌ప్రాంపైతే రాయల్‌ఛాలెంజర్స్ బెంగళూరుకూడా విరుష్క దంపతులకు వివాహ వార్షికోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపింది.



భారత్‌తో ఐదు టెస్ట్‌మ్యాచ్‌లకు ఇంగ్లండ్ జట్టు రెడీ

ముంబయి: భారత్‌లో వచ్చే ఏడాది జనవరి 25నుంచి మార్చి 11 వరకూ జరిగే ఐదు మ్యాచ్‌ల టెస్ట్‌సిరీస్‌కోసం 16 మంది సభ్యుల జట్టును ఇంగ్లండ్‌క్రికెట్‌బోర్డు ప్రకటించింది. ఈజట్టుకు సారథిగా బెన్‌స్టోక్స్‌ను ఎంపికచేసిన ఈనీటి ముగ్గురు అన్‌కౌన్ట్డ్ ఫ్లేయర్లకు ఛాన్స్ ఇచ్చింది. పేస్‌బౌలర్ గన్ అట్లీన్స్, ఆఫ్ స్పిన్నర్ టామ్ హార్టీ, ఆఫ్ స్పిన్నర్ జోయ్‌బిబిబీరెలకు ఛాన్స్ ఇచ్చింది. గాయం కారణంగా గత కొంతకాలంగాజట్టుకు దూరంగా ఉన్న జాక్ లీవ్ భారత్‌తో సిరీస్‌తో టెస్ట్‌క్రికెట్‌లోకి రీ ఎంట్రీ ఇవ్వడాన్నాడు. ఈ సిరీస్‌కోసం భారత్ జట్టునుప్రకటించాల్సి ఉంది. జట్టువరంగా బెన్‌స్టోక్స్, రెహ్మాన్ అహ్మద్, జేమ్స్ అండర్సన్,గన్ అట్లీన్స్, జానీ బెయిన్స్టో, బోబియ్ బవీర్, హ్యరీట్రాక్, జాక్ సరకాల్,బెన్‌డెకెట్, బెన్‌ఫోక్స్, టామ్ హార్టీ, జాక్ లీవ్, ఓల్డీఫామ్,ఓలీ రాబిన్సన్, జోరూబ్, మార్క్‌వెడ్లలు ఎంపికయినయరు. తొలిటెస్టు జనవరి 25నుంచి 29వరకూ హైదరాబాద్‌లోను, రెండో టెస్ట్ ఫినరబవరి 2నుంచి ఆరువరకూ విశాఖలోను, మూడవ టెస్టు ఫిబ్రవరి 15నుంచి 19వరకూ రాజ్‌కోట్‌లోనూ నాలుగో టెస్ట్ ఫిబ్రవరి 23నుంచి 27వరకూ రాంచీలోను, ఐదో టెస్ట్ మార్చి 7-11వరకూ ధర్మశాలలోను జరుగుతాయి.



70వేలకు చేరుకున్న సెన్సెక్స్

ముంబై, డిసెంబరు 11: దేశీయ స్టాక్ మార్కెట్టు సోమవారం లాభాల్లో ముగిసాయి. ఆస్త్రంతం తీవ్ర ఊగిసలాట మధ్య చలించాయి. చివరకు లాభాలతో ముగిసాయి. రెండు ప్రధాన సూచీలైన సెన్సెక్స్, నిఫ్టీ సోమవారం కూడా సరికొత్త జీవన కాల గరిష్టానికి చేరాయి. ఉదయం సానుకూలంగా ప్రారంభమైనప్పటికీ, గరిష్టాల వద్ద లాభాల స్వీకరణతో సూచీలు తీవ్ర ఒడుదుడుపుల్లో కదలాడాయి. అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలోని మిశ్రమ సంతకాలూ మార్కెట్లపై ప్రభావం చూపాయి. ఉదయం సెన్సెక్స్ 69,925.63 పాయింట్ల వద్ద సానుకూలంగా గా ప్రారంభమైంది. ఇంట్రాడేలో 70,057.83 పాయింట్ల వద్ద జీవనకాల గరిష్టానికి చేరింది. ఈ సూచీ 70వేల కీలక మైలురాయిని దాటడం ఇదే తొలిసారి. చివరకు సెన్సెక్స్ 102.93 పాయింట్లు పెరిగి 69,928.53 పాయింట్ల వద్ద నిలిచింది. నిఫ్టీ 27.70పాయింట్లు పెరిగి 20,997.10 పాయింట్ల వద్ద నిలిచింది. డాలరుతో మారకంలో రూపాయి విలువ రూ.83.39 వద్ద నిలిచింది. అల్ట్రాటెక్ సిమెంట్స్, యుపిఎల్, అదానీ ఎంటర్ ప్రైజెస్, నెస్లే ఇండియా, పవర్‌గ్రిడ్ కార్పొరేషన్, బజాజ్ ఆటో, అదానీపోర్ట్స్, ఎల్ టిఐఎమ్, ఐటిసి, కోల్ ఇండియా, ఎస్టీసీసి, ఇండస్ ఇండ్ బ్యాంకు, టాటా మోటార్స్, జెఎన్‌డబ్ల్యూ స్టీల్, టాటా స్టీల్, హెచ్‌ఎస్‌ఎల్ టెక్నాలజీ, గ్రానీమ్ ఇండియా, టెక్ మహేంద్రా, ఐసిఐఎస్ బ్యాంకు, టీసిఎస్, హెచ్‌డిఎఫ్‌సి లైఫ్, కోటాక్ మహేంద్రా బ్యాంకు, హిందా లక్ష్మీ, ఏసియన్ పెయింట్స్, రిలయన్స్ ఇండస్ట్రీస్ వంటి పెద్ద లాభాల్లో ముగిసాయి. ఇదే క్రమంలో డాక్టర్ రెడ్డీస్, యాక్సిస్ బ్యాంకు, సిప్రా, ఐఎన్‌మోటార్స్, మహేంద్రా అండ్ మహేంద్రా, బిబీసిఎల్, ఓఎన్‌జీసి, హిందుస్థాన్ యూనిలివర్, విప్రో, మారుతి సుజాకి, బజాజ్ ఫిన్ సర్వీస్, డిపిఎస్ ల్యాబ్స్, అపోలో హాస్పిటల్, బ్రిటానియా, సన్‌ఫార్మా వంటి కంపెనీల షేర్లు నష్టాల్లో ముగిసాయి. ఇటీవల స్టాక్ ఎక్స్‌చేంజీలో లిస్ట్ అయిన 'ఇండియన్ రెన్యూవబుల్ ఎనర్జీ డెవలప్ మెంట్ ఏజెన్సీ' పేరు విలువ సోమవారం బిబిఎస్‌లో 20శాతంబాల్సి చేసి రూ.85.02 వద్ద అప్పర్ సర్క్యులేకి చేరింది.



ఆపిల్‌కు మరో ఎగ్జిక్యూటివ్ గుడ్‌బై!

వాషింగ్టన్, డిసెంబరు 11: అమెరికాకు చెందిన టెక్ దిగ్గజం ఆపిల్ నుంచి మరో కీలక ఎగ్జిక్యూటివ్ వైదొలగుతున్నట్లు తెలిసింది. ఐఫోన్, ఆపిల్ వాచ్ రూపకల్పనలో కీలక పాత్ర పోషించిన టాంగ్ టాన్, కంపెనీ నుంచి నిష్క్రమించుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. వచ్చే ఫిబ్రవరి నుంచి ఆయన అందుబాటులో ఉండక పోవచ్చునని విశ్వసనీయ వర్గాలను ఉలంకిస్తూ నివేదిక వెలువడింది. టాంగ్ టాన్ నిర్వహణ ఆపిల్‌కు పెద్ద ఎదురుదెబ్బగా పలువురు టెక్ నిపుణులు అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రస్తుతం కంపెనీలో ఆయన ప్రొడక్ట్ డిజైన్ విభాగానికి ఉపాధ్యక్షుడి హోదాలో పనిచేస్తున్నారు. ఆపిల్ ఉత్పత్తుల విక్రయాల్లో ఐఫోన్, ఆపిల్ వాచ్‌లదే కీలక పాత్ర. కంపెనీ ఆదాయంలో దాదాపు సగం వీటి అమ్మకాల నుండే వస్తోంది. టాంగ్ టాన్ వీటి రూపకల్పనలో కీలక పాత్ర పోషించారు. అలాగే ఎయిర్‌పోడ్స్ డిజైన్‌లోనూ ఆయన తోడ్పాటు చాలా ముఖ్యమైందని కంపెనీ వర్గాలు తెలిపారు. ఆయన కృషి వల్లే కంపెనీ వృద్ధిలో వాచ్, ఎయిర్‌పోడ్స్ కీలకంగా మారాయని వెల్లడించాయి. టాంగ్ టాన్ నేతృత్వంలోని ప్రొడక్ట్ డిజైన్ విభాగం ఉత్పత్తుల ఫీచర్లను నిర్ణయించడంలో చాలా కీలకంగా వ్యవహరించేదని కంపెనీలోని కొందరు వ్యక్తులు తెలిపారు. వాటి ఆకారం, లుక్ ధగ్గరి నుంచి ఇంజనీరింగ్ వరకు ఆన్ని టాంగ్ బృందమే నిర్ణయించేదని పేర్కొన్నారు. టన్ ఐడి, ఫేస్ ఐడి, డిస్‌ప్లే వంటి హార్డ్‌వేర్ టెక్నాలజీని విభాగాధిపతి స్టీవ్ హోబెలింగ్ కూడా కంపెనీ నుంచి బయటకు వెతుకుతూనే ఉన్నట్లు తెలిసింది. ఇలా తక్కువ వ్యవధిలోనే ఇద్దరు ఉన్నతోద్యోగులు వైదొలగడం ఆపిల్‌కు పెద్ద ఎదురుదెబ్బ అని పలువురు నిపుణులు అభిప్రాయం వదుతున్నారు.

దిగ్గిరానున్న ఉల్లి ధరలు!

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 11:పెరిగిన ఉల్లి ధరలు త్వరలోనే దిగిస్తాయని ప్రభుత్వం అంచనా వేస్తోంది. జనవరిలో కిలో ఉల్లి ధర రూ.40 దిగువకు చేరుతుందని ఆశిస్తున్నట్లు కేంద్ర మినయోగదారుల వ్యవహారాల శాఖ కార్యదర్శి రోహిత్ కుమార్ సింగ్ తెలిపారు. ప్రస్తుతం కిలో ఉల్లి సగటు ధర రూ.57.02గా ఉంది. ఇటీవలి కాలంలో ఉల్లి ధరలు బాగా పెరిగిన నేపథ్యంలో ప్రభుత్వం గత వారం కీలక నిర్ణయం తీసుకున్న విషయం విదితమే. ఉల్లి ఎగు మతులను వచ్చే యేడాది మార్చి వరకు నిషేధించింది. దేశంలోని అనేక ప్రాంతాల్లో కిలో ఉల్లి ధర రూ.80 దాటింది. మండీల్లో రూ.60పైనే పలుకుతోంది. దీంతో కేంద్రం రంగంలోకి దిగి చర్యలు చేపట్టింది. ఈ నేపథ్యంలో ధరలు ఎప్పుడు దిగిస్తాయని మీడియా అడిగిన ప్రశ్నకు బదులిస్తూ రోహిత్ కుమార్ సింగ్ పై విధంగా స్పందించారు. 'కొంతమంది కిలో ఉల్లి ధర రూ.100 దాటుతుందని అంటున్నారు. కానీ రూ.60 దాటదని మేం చెబుతూ వస్తున్నాం. సోమవారం ఉదయం దేశవ్యాప్తంగా సగటు ధర రూ.57.02గా ఉంది. ఇది రూ.60 దాటుదు. ఎగుమతులపై నిషేధం వల్ల రైతులపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉండదు. కొంతమంది వ్యాపారులు బంగ్లాదేశ్, భారత్ మార్కెట్ల మధ్య ఉన్న ధరల వ్యత్యాసాన్ని సాకుగా చూపి రైతులను మద్దతుపెడుతున్నారు. దీని వల్ల వ్యాపారులే నష్టపోతారు' అని రోహిత్ కుమార్ సింగ్ అన్నారు. జూలై నుంచి ఉల్లి ధర పెరుగుదల రేటు రెండంతర్థే నమోదవుతోంది. ఆక్టోబర్‌లో ఇది 42.1 శాతం వద్ద నాలుగేళ్ల గరిష్టానికిచేరింది. ఈ యేడాది ఏప్రిల్ 1 నుంచి ఆగస్టు 4 మధ్య దేశం నుంచి 9.75 లక్షల టన్నుల ఉల్లి ఎగుమతి అయింది. బంగ్లాదేశ్, మలేషియా, యుఎఇ మన ఉల్లిని అత్యధికంగా దిగుమతి చేసుకుంటున్నాయి. ఖరీదైన సీజన్‌లో ఉల్లి సాగు విస్తీర్ణం తగ్గిందనే వార్తలు వెలువడిన పుటి నుంచి దేశంలో ధరలు పెరుగుతూ వస్తున్నాయి.

అండర్ 19 ప్రపంచకప్ షెడ్యూలు విడుదలచేసిన ఐసిసి

న్యూఢిల్లీ: దక్షిణాఫ్రికా వేదికగా వచ్చే ఏడాది జనవరి 19నుంచి ఫిబ్రవరి 11వరకూ జరిగే అండర్ 19 క్రికెట్ ప్రపంచకప్ 2024 షెడ్యూలును ఐసిసివిడుదలచేసింది. ఈ మోగా టోర్నీలో డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్ భారత్‌జనవరి 20న తమ తొలిమ్యాచ్ ఆడుతుంది. బ్లోంఫాటీన్ వేదికగా జరిగే ఈమ్యాచ్‌లో యంగ్ ఇండియా బంగ్లాదేశ్‌తో తలపడుతుంది. ఆ తర్వాత భారత్ జనవరి 25,28 తేదీల్లో ఐర్లాండ్, అమెరికా జట్టుతో తమ తొలి రౌండ్ మానయవలు ఆడుతుంది. జనవరి 19న జరిగే టోర్నీ ఆరంభ మ్యాచ్‌లో ఐర్లాండ్, యుఎస్ఎ జట్టు తలపడతాయి. 16 జట్లు నాలుగుగ్రూపులుగా విభజించిన ఈటోర్నీలో మొత్తం 41 మ్యాచ్‌లు జరుగుతాయి. గ్రూప్ ఏలో భారత్, బంగ్లాదేశ్, ఐర్లాండ్, యుఎస్ఎ జట్టు ఉండగా గ్రూప్‌బిలో ఇంగ్లండ్, దక్షిణాఫ్రికా, వెస్ట్‌ఇండిస్,స్కాట్లాండ్ జట్టు, గ్రూప్‌సిలో ఆస్ట్రేలియా, శ్రీలంక, జింబాబ్వే, నమీబియా జట్టు గ్రూప్‌డిలో ఆఫ్ఘనిస్తాన్,పాకిస్తాన్,న్యూజిలాండ్,నేపాల్ జట్టు పోటీపడనున్నాయి. తొలుత ఈటోర్నీని శ్రీలంకలో నిర్వహించాలని ఐసిసి భావించింది.అయితే ఆదేశ క్రికెట్‌బోర్డులో నెలకొన్న అనిశ్చితి కారణంగా ఐసిసి వేదికను దక్షిణాఫ్రికాకు మార్చింది.



ఐసిసి ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మంత్ గా ట్రావిస్ హెడ్

దుబాయి: వనేనడప్రపంచకప్‌లో అదరగొట్టిన ఆస్ట్రేలియా ఓపెనర్ ట్రావిస్ హెడ్ నవంబరు నెలకుగాను ఐసిసి ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మంత్ అవార్డుకు ఎంపికయినయరు. భారత పేసర్ మహ్మద్‌షమీ ఆసీన్ ఆల్‌రౌండ్ర్ గైన్ మ్యూక్స్ వెల్‌లు కూడా ఈ అవార్డురేసులో ఉండగా చివరకు హెడ్ విజేతగా నిలిచాడు. 2023 ప్రపంచకప్‌లో ఆస్ట్రేలియా ఛాంపియన్‌గా నిలవడంలో ట్రావిస్ కీలక పాత్రపోషించాడు. చేతికి వేలి గాయం కారణంగా టోర్నీలో మొదటి సగం మానయవలకు దూరంగా ఉన్నా తర్వాత జట్టులో కీలకంగా మారాడు. ముఖ్యసయంగా సెమ్ పైనల్ పైనల్ మ్యాచ్‌ల్లో అద్భుతంగా ఆడాడు. సెమ్‌సీల్‌లో దక్షిణాఫ్రికాపై 62 పరుగులుచేసి ఆతడు తుదిపోరులో కూడా సత్తా చాటాడు. భారత్ ఇన్నింగ్స్‌లో కీలకమైన రోహిత్‌శర్మ క్యాచ్‌ను అందుకున్నాడు. 241 పరుగుల లక్ష్యచేదనలో 47/3 స్కోరుతో కష్టాల్లో పడిన ఆసీన్‌ను ట్రావిస్ హెడ్ 120 బంతుల్లో 137 పరుగులుచేసి ఆడుకున్నాడు. దీనితో ఏడు ఓవర్లుమిగిలి ఉండగానే ఆస్ట్రేలియా విజయం సాధించింది. మహిళా క్రికెట్‌లో బంగ్లాదేశ్ యువ స్క్వీన్ సంచలనం నవాదా అక్టర్ నవంబరునెలకుగాను ఐసిసి ప్లేయర్ ఆఫ్ ది మంత్ అవార్డుకు ఎంపికైంది. ఈ అవార్డును గెలుచుకున్న మొట్టమొదటి బంగ్లాదేశ్ మహిళాక్రికెటర్‌గా రికార్డు సృష్టించింది. బంగ్లా టాప్ ఆర్డర్ బ్యాట్‌ల ఫర్మాదా పాక్ స్పిన్నర్ సాదియా కత్తాల్‌ను వెనక్కివేటి, నవాదా ఈఅవార్డును సాధించింది.





మీరు ప్రతీ సారి పన్ను చెల్లించేటప్పుడు భారతదేశాన్ని ముందుకు మీరు నడిపిస్తున్నారు



పన్ను చెల్లింపుదారులు అడ్వాన్స్ పన్ను చెల్లించవలసి ఉంది

- ఏ పన్ను మదింపుదారైనా, ఆర్థిక సంవత్సరానికి రూ.10,000/- లేదా ఎక్కువ మొత్తం మూలం వద్ద పన్ను తీసివేత/సేకరణ, పన్ను తగ్గింపు ఉన్న జీతం పొందే ఉద్యోగితో సహా.

చెల్లింపు యొక్క వద్దతి

- 1961 ఆదాయపు పన్ను చట్టం యొక్క 44AB సెక్షన్ క్రింద ఆడిటెడ్ కావలసిన ఎకౌంట్స్ ఉన్న మదింపుదారులకు కూడా మరియు కార్పొరేట్‌లు అందరికీ ఇ-చెల్లింపు తప్పనిసరి.
- ఇ-చెల్లింపు విధానం ఇతర పన్ను చెల్లింపుదారులకు కూడా సౌకర్యవంతమైనది మరియు అది కరెక్ట్ క్రిడిట్ హామీ ఇస్తుంది.

షెడ్యూల్

గడువు తేది	మొత్తం
15వ డిసెంబర్, 2023న లేదా ముందు	అడ్వాన్స్ పన్ను యొక్క 75% చెల్లించవలసినది

మీ అడ్వాన్స్ పన్ను యొక్క 3వ వాయిదాను చెల్లించండి





ఆదాయపు పన్ను శాఖ

సెంట్రల్ బోర్డ్ ఆఫ్ ఇన్‌కమెస్ ట్యాక్స్

మరింత సమాచారానికి దయచేసి www.incometax.gov.in దర్శించండి

QR కోడ్ స్కాన్ చేయండి

 @IncomeTaxIndia  @incometaxindia.official  @IncomeTaxIndiaofficial  @Income Tax India  @Income Tax India Official