

విద్యా రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

ఉద్యోగాలు సాధించేలా కోర్సులు: విద్యారంగానికి సబితా ఇంద్రారెడ్డి

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్రం ఏర్పడిన తరువాత విద్యారంగానికి విప్లవాత్మక మార్పులు చేపట్టాలని మంత్రి సబితా ఇంద్రారెడ్డి తెలిపారు. విద్య పూర్తికాగానే ఉద్యోగాలు సాధించేలా కోర్సులు అందించాలని ఆమె అభిప్రాయపడ్డారు. విద్య ద్వారా ఉపాధి అవకాశాలు పెంచాలని ఆమె అంశంపై తెలంగాణ ఉన్నత విద్యా మండలి టీసీఎస్ ఇయూసీ, టీఎస్ అసైన్డ్ సంయుక్తంగా సోమవారం హైదరాబాద్లోని ఒక ప్రైవేటు హాటల్లో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించింది. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యా శాఖ మంత్రి సబితా ఇంద్రారెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. తెలంగాణ ఉన్నత విద్యా మండలి చైర్మన్ ప్రొఫెసర్ ఆర్ లింగాయ, వైస్ చైర్మన్ వెంకటరమణ, విద్యా శాఖ కార్యదర్శి వాణి కరణ, ఇటీవల విద్యా శాఖ కార్యదర్శి జయ్ రజన్, టీసీఎస్ కంట్రోలర్ గోపాలకృష్ణ, ఓయూ పీసీ ప్రొఫెసర్ డి రవీందర్, జేఎస్సీయూ పీసీ ప్రొఫెసర్ కల్పా నరసింహారెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. కోటి విద్యలు కూడి కొరకే అన్నట్లుగా.. ఎంత వదిలివేలా అంటే మంత్రి ఉద్యోగాలు సాధించేలా

కోర్సులు అందించడం తమ అభిమతమని మంత్రి సబితా ఇంద్రారెడ్డి అన్నారు. ఏటా లక్షల సంఖ్యలో విద్యార్థులు పట్టాలు చేతిలో పట్టుకొని కోటి అశోకం బయటికి వెళ్తున్నారు. కానీ వారిలో అందరూ ఉపాధి అవకాశాలను అందిస్తున్నారేకాకపోతున్నారని అన్నారు. దీనిని సమూలంగా మార్చాల్సి అవసరమందన్నారు. కోర్సు కాలేజీల్లో విద్యార్థులు పోటీపడి చేరుతుంటే.. మరికొన్నింటిపై కనీసపు చూడటం లేదన్నారు. క్యాంపస్ స్టేబిలిటీ కారణంగానే ఆయా కాలేజీల్లో పోటీపడి చేరుతున్నారని.. రాష్ట్రంలోని అన్ని కాలేజీల్లో విద్యార్థులు పోటీపడి చేరే రోజులు రావాలని మంత్రి సబితా ఇంద్రారెడ్డి అన్నారు. ఆ దిశగా కోర్సులను రూపొందించాలని అధికారులకు సూచించారు. రాష్ట్రంలోని పెద్ద ఎత్తున పరిశ్రమలు వస్తున్నాయని.. ఉద్యోగాల కల్పన, ఉపాధి అవకాశాలు మెరుగుపర్చడంలో రాష్ట్రం ముందుండని చెప్పారు. గత 8 ఏళ్లలో 17వేలకు పైగా పరిశ్రమలు రాగా సుమారు 15 లక్షల ఉద్యోగావకాశాలు లభించాయన్నారు. కొత్తగా 1500కు పైగా ఉద్యోగాలు రాష్ట్రానికి రాగా..

7 లక్షల ఉద్యోగాలు ఈ రంగంలో పనిచేస్తున్నారని చెప్పారు. ఈ రంగంలో వస్తున్న మార్పులకు అనుగుణంగా కొత్త కోర్సులను అందుబాటులోకి తీసుకురావాలన్నారు. పరిశ్రమలో విద్యార్థులను అనుసంధానించాలని ఈ దిశగా రోడ్ మ్యాప్ను రూపొందించి అమలు చేయాలని అధికారులకు మంత్రి సబితా ఇంద్రారెడ్డి సూచించారు. ఉన్నత విద్యా మండలి చైర్మన్ ప్రొఫెసర్ ఆర్ లింగాయ మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో ఎంప్లాయిబిలిటీ కోర్సులను అందుబాటులోకి తెస్తున్నామన్నారు. టీసీఎస్ బిజినెస్ ఎనలిటిక్స్, టీసీఎస్ డాటా సైన్స్, టీఎస్ అసైన్డ్, వంటి కోర్సులను అందుబాటులోకి తెచ్చామన్నారు. రాబోయే రోజుల్లో మరిన్ని కోర్సులను అందుబాటులోకి తెచ్చేయడం ప్రయత్నిస్తున్నామన్నారు. విద్యాశాఖ కార్యదర్శి వాణి కరణ మాట్లాడుతూ ప్రస్తుతం మన దగ్గర ఉన్న కఠినతలం 20 ఏళ్ల క్రితం నాటిదన్నారు. దీనిని పూర్తిగా మార్చే ప్రయత్నాలు సాగుతున్నాయని తెలిపారు. టీ హాట్, వీ హాట్ తరహా సంబంధం విద్యా సంస్థల్లోనూ ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు.



పార్టీలో అందరం సహచరులమే పిసిసి అనుబంధ సంఘాల నేతలకు

రేవంత్ రెడ్డి దిశా నిర్దేశం

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: పార్టీలో ఒకరు ఎక్కువ, ఒకరు తక్కువ కాదు, అందరం సహచరులమేనని టిపిసీసి అధ్యక్షులు రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. సోమవారం టిపిసీసి అనుబంధ సంఘాల నేతలకు దిశా నిర్దేశం చేశారు. ప్రతి పక్షంగా కాంగ్రెస్ లేకుండా చేయాలని బిజెపి, టిఆర్ఎస్ లు కుట్రలు చేస్తున్నాయన్నారు. పార్టీలో ఒకరు ఎక్కువ, ఒకరు తక్కువ కాదని, అందరం సహచరులమే అన్నారు. అప్రమత్తంగా ఉండకపోతే పార్టీ ఉనికి ప్రమాదంలో పడుతుందన్నారు. ప్రభుత్వంపై పోరాటంలో అనుబంధ సంఘాలది కీలక పాత్రం అన్నారు. గతంలో చేపట్టిన కార్యక్రమాలు, భవిష్యత్తు ప్రణాళికలపై పది రోజుల్లో నివేదిక ఇవ్వాలన్నారు. ఎన్నికలకు చాలా తక్కువ సమయం ఉందన్నారు. అందరం బాధ్యతగా కార్యక్రమాలు చేపట్టే సమస్యలపై పోరాటం అన్నారు. అనుబంధ సంఘాల అప్రమత్తంగా వ్యవహరించి కార్యచరణ రూపొందించాలన్నారు.

నాసిరకం చేప పిల్లలు పంపిణీలో దోపిడీ

మత్స్యకారుల దినోత్సవంలో పిసిసి చీఫ్ రేవంత్ రెడ్డి
హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో మత్స్యకారులకు నాసిరకం చేప పిల్లలు పంపిణీ చేసే కొందరు పెద్దలు దొంగుకుంటున్నారని టిపిసీసి అధ్యక్షులు రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. అంతర్జాతీయ మత్స్యకారుల దినోత్సవం సందర్భంగా ఇందిరాభవన్లో ఫిఫ్తేమ్ కమిటీ చైర్మన్ మొట్ట నాయకులతో అధ్యక్షతన జరిగిన కార్యక్రమంలో టిపిసీసి అధ్యక్షులు రేవంత్ రెడ్డి, మాజీ మంత్రులు వచ్చి అలి, విన్నారెడ్డి, వర్ధిగం గ్రూప్ డెండ్ల అంజనేయమూర్తి, మల్ల రవిబాబు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా టిపిసీసి అధ్యక్షులు రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ వివిధ సామాజిక వర్గాల వారు అత్యగ్రహణీయ బతకాలని కాంగ్రెస్ తెలంగాణ ఇచ్చిందన్నారు. కానీ ఎనిమిదేళ్లలో రాష్ట్రంలో కలవుతున్న పూర్తి నిర్వీర్యం అయ్యాయన్నారు. మత్స్యకార సంఘాల చేప పిల్లలు పంపిణీ చేసినట్లుగా అయ్యారు. చేప పిల్లలు పంపిణీ అందా కాంట్రాక్టర్లకు అప్పగిస్తుందన్నారు. నాసిరకం చేప పిల్లలు పంపిణీ చేసే కొందరు పెద్దలు దొంగుకుంటున్నారని అన్నారు. వీటిపై ప్రభుత్వం విచారణ చేపట్టి తగిన చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. రైతులకు అందించినట్లు మత్స్యకారులకు కూడా ఐదు లక్షల భీమా పథకం అమలు చేయాలన్నారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వస్తే మత్స్యకారులకు టిపి డి నుంచి టిపి ఏ గ్రూపులో చేర్చేలా కృషి చేస్తామన్నారు.



పంజాగుట్ట నర్సల్లో మాట్లాడుతున్న చెన్నయ్య తదితరులు

పంజాగుట్ట చౌరస్తాలో

అంబేద్కర్ విగ్రహం ఏర్పాటు చేయాలి

పద్ధతిలోపు విగ్రహం పెట్టకుంటే పెద్దలెత్తున ఉద్యమం మూలమహానాడు జాతీయ అధ్యక్షుడు చెన్నయ్య

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: గత మూడు సంవత్సరాలుగా పంజాగుట్ట చౌరస్తాలో అంబేద్కర్ విగ్రహాన్ని పెట్టాలని డిమాండ్ చేసుంటే.. మరోపక్క రాష్ట్రంలో అంబేద్కర్ విగ్రహాలకు రక్షణ లేకుండా పోయిందని.. చివ్చెనైల 6 అంబేద్కర్ వర్ధిగం వరకు పంజాగుట్ట చౌరస్తాలో విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయకపోతే పెద్దలెత్తున ఉద్యమిస్తామని మూలమహానాడు జాతీయ అధ్యక్షులు జి.చెన్నయ్య అన్నారు. ఈ సందర్భంగా చౌరస్తాలోని అంబేద్కర్ చిత్రహాసం (కరోనా)పై దాడి చేసి చింబిసిన దుండగులపై చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేస్తూ అంబేద్కర్ యువజన సంఘం, మూల మహానాడు అధ్యక్షులతో నిరసన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. అనంతరం పంజాగుట్ట నర్సల్లో మరో చిత్రహాసం ఏర్పాటు చేసి పూలమాలలతో నివాళు అర్పించారు. అతర్వాత పంజాగుట్ట పిఎస్సీ ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ సందర్భంగా చెన్నయ్య మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ చిత్రహాసం ఏర్పాటు చేయాలని తాము ఇప్పటికే ఉద్యమాలు చేస్తుంటే చిత్రహాసంపై దాడి చేయడం హేమమైన చర్య అన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం నిర్వహించిన విగ్రహం ఏర్పాటు చేయాలని లేకుంటే అంబేద్కర్ యువజన సంఘం, మూలమహానాడుతోపాటు అన్ని సంఘాలను కలపబుకుని పంజాగుట్ట చౌరస్తాలో నిరాహార దీక్ష చేస్తామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి మన్మోహన్ కృష్ణారావు, గ్రేటర్ హైదరాబాద్ (సెనియర్) బ్లెండ్ గ్రూప్, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బంగి ఆనందరావు, గ్రేటర్ హైదరాబాద్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ శశికాంత్, పంజాగుట్ట విగ్రహ కమిటీ అధ్యక్షులు ప్రకాష్, వర్ధిగం గ్రూప్ డెండ్ల కారాంత్ వినయ్ కుమార్, పంజాగుట్ట విగ్రహ కమిటీ అధ్యక్షులు రమేష్, జగదీశ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి కెసిఆర్ ప్రోత్సాహంతో

మత్స్య రంగం అభివృద్ధి: మంత్రి తలసాని

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: ముఖ్యమంత్రి కల్వకుంట్ల చంద్రశేఖరరావు ప్రోత్సాహంతో తెలంగాణలో మత్స్య రంగం ఎంతో అభివృద్ధి సాధించింది మత్స్య శాఖ మంత్రి టి శ్రీనివాసయ్యాదవ్ అన్నారు. ప్రపంచ మత్స్యకారుల దినోత్సవం సందర్భంగా హైదరాబాద్లో సోమవారం జరిగిన కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వ చర్యల కారణంగా రాష్ట్రంలో నీటి వనరుల సంఖ్య పెరిగిందని, వాటికి జియో బ్యాంగ్ చేస్తూ చేప పిల్లలను పడుతున్నామన్నారు. 2014లో 1.90 లక్షల టన్నులు ఉండగా, ఇప్పుడు 4 లక్షల టన్నులు చేప ఉత్పత్తి పెరిగింది మత్స్య శాఖ అభివృద్ధికి ఇదే నిదర్శనమని చెప్పారు. వచ్చే ఏడాది నుండి ప్రతి ఏటా జూన్ 7, 8, 9 తేదీల్లో జిల్లాల్లో పుడే ఫెస్టివల్ ద్వారా చేపలు, రొయ్యల పంపిణీ వికేంద్రాలను ఏర్పాటు తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపారు. మత్స్యకారుల మద్దతు వేరేదానిని పరిష్కరించేందుకు ఒక కమిటీని ఏర్పాటు చేశామన్నారు. అన్నింటిని జిల్లాల్లోనూ మత్స్య సంఘాలను ఏర్పాటు చేస్తామని హెచ్చరించారు. చెరువులు, కుంటలపై దరారుల పెత్తనాన్ని సహించేది లేదని స్పష్టం చేశారు. సబ్సిడీపై వాచానాలు, పరికరాలు, ఫిష్ ఔట్ లెట్ వాచానాలు అందరినూ మున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆ శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి ఆర్.సి.సి. కమిషనర్ భూకావ్ లాల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇంజనీర్లకు అన్యాయం జరగకుండా చూడండి

మంత్రి జగదీశ్వర్ రెడ్డికి ఎలక్ట్రీసిటీ ఇంజనీర్ల అసోసియేషన్ వినతి

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనలో కీలకభూమిక పోషించిన విద్యుత్ ఉద్యోగులు తర్వాత బంగారు తెలంగాణ కోసం అన్ని వర్గాల వారికి నిరంతరం విద్యుత్ సరఫరాకు రాతింబవట్ల కృషి చేస్తుంటే యాజమాన్యం తమకు తెలియకుండానే ఇంజనీర్లకు రివర్స్ ఇన్చార్జిని చూస్తుందని.. సి.ఎం కెసిఆర్ తో మాట్లాడి తెలంగాణ ఇంజనీర్లకు అన్యాయం జరగకుండా చూడాలని తెలంగాణ ఎలక్ట్రీసిటీ ఇంజనీర్ల అసోసియేషన్ మంత్రి జగదీశ్వర్ రెడ్డిని కోరింది. ఈమేరకు సోమవారం అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు ఎన్.శివాజీ, ప్రధాన కార్యదర్శి రామేశ్వరయ్య శైలి అధ్యక్షులతోని ప్రతినిధి బృందం మంత్రిని కలిసి వినతిపత్రం అందజేసింది. ఈ సందర్భంగా అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు శివాజీ మాట్లాడుతూ ఆంధ్రాకు సంబంధించిన

84 మంది ఇంజనీర్లకు మాత్రమే పనిచేస్తున్న అన్నింటిని కొద్ది అనేకమంది విషయాన్ని యాజమాన్యం పరిగణలోకి తీసుకోవాలన్నారు. ఏడు సంవత్సరాలపాటు ఒక క్వార్టర్లో పనిచేసిన వారికి తిరిగి ఆకారణంగా రివర్స్ ఇన్చార్జి వెనక్కు పంపడం సహజ న్యాయసూత్రాలకు విరుద్ధమన్నారు. ఇరిగేషన్, అర్ అండ్ టి, పోలీస్ డిపార్ట్ మెంట్లో సర్దుబాటు చేసిన విధంగా నాసికాద్ రివర్స్ ఇన్చార్జిని తీసుకువచ్చి ప్రయోగం చేసే సమస్యను పరిష్కరించే అవకాశం ఉందన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి సానుకూలంగా స్పందించి అందరికీ న్యాయం జరిగేలా చూస్తామని హామీ ఇచ్చినట్లు హెచ్చరించారు. మంత్రిని కలిసిన వారిలో వెంకట్రామయ్య, నర్సింహారెడ్డి, ప్రవీణ్, రవి, రాజేష్, గోపి, లక్ష్మయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఎఫ్ఎల్ఎన్ అమలులో ఇబ్బందులను పరిష్కరించాలి

హైదరాబాద్, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలోని ప్రాథమిక స్థాయి పాఠశాల విద్యార్థుల్లో అభ్యసన సామర్థ్యాన్ని, ఉపాధ్యాయుల్లో బోధన నైపుణ్యాన్ని విద్యాప్రమాణాల మెరుగుదల ఉద్దేశించి రూపొందించిన ఎఫ్ఎల్ఎన్ కార్యక్రమం అమలులో వస్తున్న ఇబ్బందులను పరిష్కరించాలని తెలంగాణ తెలంగాణ స్టేట్ గెజిటిడ్ హెచ్చరిక ఆసోసియేషన్ ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేసింది. కార్యక్రమం అమలులో తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని ఆసోసియేషన్ నేతలు విద్యా శాఖ కార్యదర్శి వాణి కరణకు సోమవారం విజ్ఞప్తి చేశారు. అసోసియేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాజభాను చంద్ర ప్రకాష్, ప్రధాన కార్యదర్శి రాజు గంగారెడ్డి, కోశాధికారి బి.తుకారం ఎఫ్ఎల్ఎన్ అమలు కోసం తీసుకోవల్సిన చర్యలపై విద్యా శాఖ కార్యదర్శికి విజ్ఞప్తి చేశారు. ఎఫ్ఎల్ఎన్ బోధకుల అనుగుణంగా ఏకాపాధ్యాయ, ఇద్దరు లేదా ముగ్గురు ఉపాధ్యాయులతో నడిపే ప్రాథమిక పాఠశాలలకు ప్రత్యేకంగా మోడల్ బైం టేబుల్స్ విడుదల చేయాలన్నారు. మోడల్ టేబుల్స్ ప్లాన్లను ఎన్సీఈఆర్టీ వారికి రూపొందించి అందుబాటులోకి తీసుకురావాలన్నారు. ఉపాధ్యాయుల బోధనకు, విద్యార్థుల్లో బిహావియల్ ఛేంజీని కనీసం 6 నెలల సమయం ఇవ్వాలని కోరారు. విద్యార్థులు

నెర్వుజ్ హానికీ కొంత సమయం పడుతుందని.. దానిని పరిగణనలోకి తీసుకుంటూ పర్యవేక్షణ ఉండాలన్నారు. విద్యార్థుల అసెస్మెంట్ టెస్టులను వారి తరగతి స్థాయికి అనుగుణంగా సరిచేయాలన్నారు. ఎన్ఎఫ్ఎల్ఎన్ భాగస్వామ్యమైన అన్ని మేనేజ్మెంట్ లోని పాఠశాలల్లో కూడా ఎఫ్ఎల్ఎన్ అమలు చేయాలన్నారు. ప్రైవేటు, ఇతర యాజమాన్యాల్లో అమలు చేయకుండా కేవలం ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో అమలుచేయడం విపక్షకు దారి తీస్తుందన్నారు. ఉపాధ్యాయులకు టీఎంఎం కోసుగేలు, రూపొందించిన కోసుగేలు రూ. 2000 వేళ్ళను నిధులు మంజూరు చేయాలన్నారు. సమయాపాటున, నిర్దిష్ట కార్యక్రమం లేకుండా నిర్వహించే జామీన్ మిటింగులను నియంత్రించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. పాఠశాలల్లోని వివిధ స్థాయిల్లో ఉన్న ఉపాధ్యాయ శాలలను వర్గ ఆడ్వైజుంటే లేదా విద్యా వాలంటీర్లతో భర్తీ చేయాలని కోరారు. సానుకూలంగా స్పందించిన విద్యా శాఖ కార్యదర్శి త్వరలో తెలుగు, ఇంగ్లీష్, బై లాంగ్వేజీలో విద్యార్థులకు ఆకర్షణీయంగా ఉండేలా లైబ్రరీ పుస్తకాలు త్వరలో పాఠశాలలకు అందజేయనున్నట్లు చెప్పారని ఆసోసియేషన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాజభాను తెలిపారు.

ఏకోపాధ్యాయ పాఠశాలలకు మోడల్ టైంట్ టేబుల్ విడుదల చేయాలి

విద్యా శాఖ కార్యదర్శికి గెజిటిడ్ హెచ్చరిక ఆసోసియేషన్ విజ్ఞప్తి

బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ విద్యార్థులకు స్కాలర్ షిప్ లు

రూ.5,500 నుంచి రూ.20వేలకు పెంచాలి

బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడు, రాజ్యసభ సభ్యుడు ఆర్.కృష్ణయ్య **హైదరాబాద్ (ఆంధ్రప్రదేశ్), నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త:** రాష్ట్రంలో బీసీ, ఎస్సీ, ఎస్టీ విద్యార్థులకు అందించే స్కాలర్ షిప్ లను సంవత్సరానికి రూ.5500 నుంచి రూ.20వేలకు పెంచాలని బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడు, రాజ్యసభ సభ్యుడు ఆర్.కృష్ణయ్య డిమాండ్ చేశారు. సోమవారం బాగోటిగంపల్లి సుందరయ్య విజ్ఞాన కేంద్రంలో రాష్ట్ర బీసీ విద్యార్థుల సంఘం



ప్రసంగిస్సు, బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ అధ్యక్షుడు, రాజ్యసభ సభ్యుడు ఆర్.కృష్ణయ్య

సమావేశం బీసీ యువజన సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు సీరా వెంకటేశ్ అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ సమావేశంలో బీసీ సంక్షేమ సంఘం జాతీయ కమిషనర్ గుజ్జు కృష్ణ, అంజీ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన ఆర్.కృష్ణయ్య మాట్లాడుతూ పెరిగిన ధరల ప్రకారం స్కాలర్ షిప్ లు పెంచాలని, ప్రస్తుతమున్న స్కాలర్ షిప్ లు 5 సంవత్సరాల క్రితం నిర్ణయించారని, పొరుగు రాష్ట్రం అయిన ఆంధ్రప్రదేశ్ లో 20వేల స్కాలర్ షిప్ ఇస్తున్నారని, మన రాష్ట్రంలో కేవలం రూ.5500 మాత్రమే ఇస్తున్నారని, ప్రస్తుతమున్న అవసరాలకు తగ్గట్టుగా రూ.20వేల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఇంజనీరింగ్, ఎంబీబీఎస్, ఎంసీఎ, పీజీ, డిగ్రీ, ఇంటర్ తదితర కళాశాల కోర్సులు చదివే బీసీ విద్యార్థుల మొత్తం ఫీజుల స్కీంను పునరుద్ధరించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనారిటీ విద్యార్థులకు ఇస్తున్న మాదిరిగా బీసీ, ఇటీవల విద్యార్థులకు కూడా ఫీజులు మంజూరు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, ఇటీవల, మైనారిటీ విద్యార్థులు గత రెండు సంవత్సరాల ఫీజులు బకాయిలు రూ.3500 కోట్లు వెంటనే చెల్లించాలని, ఇంజనీరింగ్, పీజీ, డిగ్రీ, ఇంటర్ తదితర కాలేజీ కోర్సులు చదివే బీసీ, ఇటీవల విద్యార్థుల ఫీజులు మంజూరు చేయాలని, కాలేజీ విద్యార్థులకు సంవత్సరానికి రూ.20వేల స్కాలర్ షిప్ ప్రతి విద్యార్థికి మంజూరు చేయాలని, ఇంటర్ కోర్సులు చదివే విద్యార్థుల ఫీజులకు అందరినీ రిలీఫ్ చేయాలని, 1800 నుంచి రూ.15వేలకు పెంచాలని, బీసీ జనాభా ప్రకారం అదనంగా మరో 120 బీసీ గురుకుల పాఠశాలలు, 50 డిగ్రీ కళాశాలలు మంజూరు చేయాలని, ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ విద్యార్థులకు 300 కాలేజీ హాస్టళ్ళను కొత్తగా ప్రారంభించాలని, దరఖాస్తు చేసుకున్న విదేశీ విద్యార్థులందరికీ 20లక్షల స్టెండ్ డిమాండ్ మంజూరు చేయాలని, బీసీ కాలేజీ హాస్టళ్ళకు, గురుకుల పాఠశాలల సౌకర్యాలను మంజూరు నిర్వహించాలని, ఇంజిం, ఇంటర్ కోర్సులు చదివే వారికి ఫీజు రీయంబర్స్ మెంట్ పథకం అమలు చేయాలని కోరారు. 'బీసీ బంధు' పథకం ప్రవేశపెట్టి ప్రతి కుటుంబానికి రూ.10లక్షలు మంజూరు చేయాలని, జూనియర్ న్యాయవాదులకు ఇచ్చే స్టెండ్ ను రూ.1000 నుంచి రూ.10వేలకు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు.

రాంగ్ సైడ్ డ్రైవింగ్, త్రిబుల్ రైడింగ్ పై కఠిన చర్యలు

సిటీ ట్రాఫిక్ చీఫ్ రంగనాథ్ వెల్లడి

హైదరాబాద్, నవంబర్ 21, ప్రభాతవార్త: జంబు నగరంలో రాంగ్ సైడ్ డ్రైవింగ్, ట్రిబుల్ రైడింగ్ వల్ల రోడ్డు ప్రమాదాలు పెరగడంతో పాటు అన్యాయంగా వాహనదారులతోపాటు ఇతరులు మరణిస్తుండడంతో ఈ విషయంలో మరింత కఠినంగా వ్యవహరించాలని నిర్ణయించినట్లు సిటీ ట్రాఫిక్ విభాగం చీఫ్ ఎ.వి. రంగనాథ్ తెలిపారు. ఇది వాహనదారుల మంచి కోసమే ఉద్దేశించిన వినయ చర్య అలాంటి కుట్రలు, కక్ష సాధింపులు లేవని ఆయన వెల్లడించారు. సోమవారం ఆయన తనను కలిసిన మీడియా నిపుణులతో మాట్లాడుతూ రాంగ్ సైడ్ డ్రైవింగ్ వల్ల జరిగిన ప్రమాదాలలో 2020లో 15 మంది, 2021లో 21 మంది, ఈ ఏడాది ఇప్పటి వరకు 15 మంది మరణించారని, ఇదే సమయంలో ట్రిబుల్ రైడింగ్ వల్ల జరిగిన ప్రమాదాలలో 2020లో 24 మంది, 2021లో 15 మంది, ఈ ఏడాది ఇప్పటి వరకు ఎనిమిది మంది మరణించారని తెలిపారు. ఈ తరహా పుణులల్లో వాహనదారులతో పాటు ఇతరుల కూడా గాయపడడం లేదా మరణిస్తున్న ఉదంతాలు పెరుగుతున్నాయని, వీటి నివారించేందుకు ఇప్పటికైనా చర్యలు తీసుకోవాలని అవసరం వుందని ఆయన చెప్పారు. ఇందులో భాగంగా ఇక ముందు రాంగ్

సైడ్ డ్రైవింగ్ చేసే వాహనదారులకు 1700 రూపాయలు, ట్రిబుల్ రైడింగ్ చేసే వాహనదారులకు 1200 రూపాయలు జరిమానా విధించాలని నిర్ణయించామని, ఈ విషయంలో ఎలాంటి మార్పులు వుండ బోదని ఆయన తెలిపారు. ఈ విషయంలో సోమవారం నుంచి వాహన దారులను చైతన్య పరిచే కార్యక్రమాలు నగర వ్యాప్తంగా మొదలు పెట్టమని, చాలాచోట్ల అడ్డగోలుగా వాహనాలను నడుతున్న వారికి కొన్ని లింగ్ ఇన్ఫర్మం జరిగిందని ఆయన తెలిపారు. దీనిపై సోషల్ మీడియాలో అనేక రకాలుగా వస్తున్న వార్తలను ఎవరూ నమ్మవద్దని ఆయన కోరారు. వాస్తవానికి ఈ నిబంధనలు కొత్తవే కాదు, 2013 మోటార్ వెహికల్ చట్టంలోనే ఇవన్నీ పునాదులు. నర్యాం ఆయాండ్ పెంతుకునేందుకు ఇదంతా చేస్తున్నామనే వాదన సరైనది కాదని ఆయన అన్నారు. యు బర్లర్ వల్ల ఇబ్బందులు లేవని ఆయన తెలిపారు. ఈ నెల 28వ తేదీ నుంచి సెప్టెంబర్ డ్రైవ్ నిర్వహిస్తామని ఆయన తెలిపారు. ఈ విషయంలో వాహనదారులు మరింత జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలని, ట్రాఫిక్ నిబంధనలు పాటించాలని ఆయన కోరారు. ఆవరేకస్ రోపిల్ భాగంగా దీనిని అమలు చేస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

భూములకు పరిష్కారం కోసం రోడ్లెక్కిన రైతులు



మెదక్-చెగుంట రహదారిపై రస్తాలోకో చేస్తున్న రైతులు

చిన్నశంకరంపేట, నవంబరు 21, ప్రభాతవార్త: వివాదస్పద అటవీ, రెవెన్యూ భూముల సమస్యలను వెంటనే పరిష్కరించాలని, తాత ముత్యాల నుండి ఆ భూములను సమ్మొకొని వ్యవసాయం చేసుకుంటూ బ్రతుకు తున్నామని ఇప్పుడు అటవీ అధికారులు వచ్చి ఆ భూములు మీకు చెందవని అంటే తమ గోడు ఎవరికి వచ్చి మింతుకోవాలని మెదక్ జిల్లా చిన్నశంకరంపేట మండలం ఎన్.కొండాపూర్ రైతులు వాపోతున్నారు. ప్రజా ప్రతినిధులకు, ఉన్నతాధి కారులకు, కలెక్టర్ కు, ఎమ్మెల్యే వద్దాడేవేందర్ రెడ్డి దృష్టికి తీసుకెళ్లినప్పటికీ ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదని ఆరోపించారు. మెదక్-చెగుంట భూములపై శాశ్వత పరిష్కారం చూపాలని సోమవారం మెదక్-చెగుంట రైతుల రహదారిపై రైతుల మూడు గంటలపాటు రాస్తాలోకో నిర్వహించారు. సర్వే

- మూడు గంటలపాటు మెదక్-చెగుంట రహదారిపై రాస్తాలోకో
- నేటి నుండి ఉమ్మడి సర్వే నిర్వహిస్తాం : అటవీ శాఖ అధికారులు
- అర్జులైన వారికి పట్టాలు : తహసీల్దార్ రాజేశ్వర్ రావు

నంబర్ 139,349,351-356లో 556 ఎకరాల భూమిలో 60 సంవత్సరాల పైగా వ్యవసాయం చేసుకుంటూ జిమ్మిస్టానుమని రైతులు తెలిపారు. ఈ సర్వే నవంబర్ గల తమ భూములకు ధరణి పోర్టల్ రాక ముందు పట్టా పోసి వ్యవహరిస్తున్నారని, బ్యాంకు ద్వారా రుణాలను పోదామని, మిద్వల్ట్ ట్రాన్స్ ఫార్మర్ల సైతం అనుభవించినా జిమ్మిస్టానుమని వారు తెలిపారు. ధరణి పోర్టల్ వచ్చిన తరువాత ఆ భూములు పోర్ట్-బిల్ చెరిగిందని తెలిపారు. కొన్ని సంవత్సరాలుగా జిల్లా పాలనాధికారికి, అటవీ శాఖ అధికారులకు, ఎమ్మెల్యే దృష్టికి తీసుకెళ్లినప్పటికీ తమకు న్యాయం జరుగలేదని రైతులు వాపోతున్నారు. రెవెన్యూ, అటవీ అధికారులు ఈ వివాదస్పద భూములపై శాశ్వత పరిష్కారంపై స్పష్టత ఇప్పించే వరకు రస్తాలోకో విరమించేది లేదని, రోడ్డుపైనే వంటాచార్చు చేస్తామని రైతులు తేల్చి చెప్పారు.

ఉమ్మడి సర్వే చేపడతాం: మెదక్ సెక్షన్ అధికారి ప్రవచనం
ఎన్.కొండాపూర్లో మంగళవారం నుండి అటవీ, రెవెన్యూ అధికారులకు ఉమ్మడి సర్వే చేపడతామని మెదక్ సెక్షన్ అధికారి ప్రవచనం తెలిపారు.

జాముంటే సర్వే నిర్వహిస్తేనే అటవీ, రెవెన్యూ భూములు ఎక్కడి వరకు ఉన్నాయో తెలుస్తుందని, అటవీ భూములకు బొందగిని ఏర్పాటు చేశారే రెవెన్యూ అధికారులు ఎంజాయిమెంట్ సర్వే నిర్వహించాల్సి ఉంటుందని ఆయన తెలిపారు. అటవీ ప్రాంతంలో 400 ఎకరాల పైగా 200 మంది రైతుల భూమికి సర్వే చేయాల్సి ఉంది. రెండు సంవత్సరాల క్రితం అటవీ, రెవెన్యూ అధికారులు వివాదస్పద భూములపై ఆర్డీతో సామూహం ఆధ్వర్యంలో గజగట్లపల్లి, టీ.మండాపూర్ శివారం సర్వే నవంబరు 85,87,212, ఎన్.కొండాపూర్ గ్రామాలలో ఉమ్మడి సర్వే నిర్వహించారు. కానీ శాశ్వత పరిష్కారం కల్పించలేదు. సర్వే అనంతరం పోర్ట్-బి నుండి తొలగించి, అర్జులైన ప్రతి ఒక్కరికీ పట్టాలను అందిస్తామని తహసీల్దార్ రాజేశ్వర్ రావు హామీనిచ్చారు. మెదక్-చెగుంట ప్రధాన రహదారిపై ఎన్.కొండాపూర్ గ్రామానికి చెందిన రైతులు పెద్ద ఎత్తున రస్తాలోకో నిర్వహించడంతో మ



రసాయనాలు తల మీది నూనెగ్రంథులపై ప్రభావం చూపడమే కాదు వెంట్రుకలు పొడి బారేలానూ చేస్తాయి. కండిషనర్ తలను శుభ్రం చేయడమే కాదు సీబమ్ను కోల్పోకుండా చూస్తుంది. దీంతో జుట్టు పట్టుకున్నారూ, మెరుస్తూ కనిపిస్తుంది.
• తెలివైన ప్రక్రియే కదా! అయితే మీ కండిషనర్లో అల్ట్రాసోన్, సిలికాన్స్, నల్లెళ్ళు, పెట్రోలియం, మినరల్స్ లేకుండా చూసుకుంటేనే ప్రయోజనకరం. అలాగే కోవాషింగ్కి హెచ్చు అయిల్స్ లేనివి ఎంచుకోవాలి. దీన్ని

వందల మంది అనాథలకు అమ్మ

బాల్య వివాహం అంటే చాలా.. క్షణాల్లో అక్కడ వారిపోతుంది. ఆ పెళ్లిని ఆపే వరకూ ఊరుకోదు. అనాథలు కనిపిస్తే తీసుకెళ్లి ఎక్కడో అక్కడ ఆశ్రయం కల్పిస్తుంది. కరోనాలో అందరూ భయంతో ఇళ్లలో కూర్చుంటే తన ఊళ్ళనీ తిరుగుతూ.. వలంటీరుగా చేసింది.. ఇవన్నీ 21 ఏళ్ల వందల మంది అంటే ఆశ్చర్యపోతారు. ఇంకా చాలా చేస్తున్న ఈ అమ్మాయి సూర్య గౌడ చదవండి..
ఓసారి సుబ్రమణ్యస్వామి ఆలయ ఉత్సవాలు చూడటానికి వెళ్లింది. చంద్రలేఖ. అక్కడ రోడ్డు పక్కన ఓ వృద్ధురాలు కనిపించింది. ఒక్కతా గాయాలు, మురికి దుస్తులతో భిక్షాటన చేస్తున్న ఆమెను చూసి కదిలిపోయింది. ఆహారాన్ని అందించింది. వివరాలు అడగా, తన వాళ్లు గెంటెశారని కన్నీళ్లు పెట్టుకుంటూ పండు వృద్ధురాలు. వెంటనే పట్టిక టాయ్లెట్లో ఆమెను స్నానం చేయించింది. దుస్తులు మార్చింది. పోలీసుల సాయంతో వృద్ధాశ్రమానికి తరలించింది. అప్పటికి చంద్రలేఖ 'బ్యాచిలర్ ఆఫ్ సోషల్ వర్క్' మొదటి ఏడాది చదువుతోంది. సేవ కోసం సంస్థను... తమిళనాడు, ఉసిలంపట్టి సమీప గ్రామానికి చెందిన రైతు కుటుంబం చంద్రలేఖ వాళ్లు. కూడళ్లు, రైల్వేస్టేషన్, బస్టాండ్లలో అనాథలను చూపినప్పుడు, పోలీసులకు సమాచారాన్ని అందించేది. వారిని పునరావాసానికి పంపే వరకూ చూసుకునేది. ఇంట్లో ఇన్నో పాకెట్ మనీతోనే ఇవన్నీ చేసింది. 'నా పనుల్ని చూసి, మా కళాశాల ఆధారాలు, సిబ్బంది, సహ విద్యార్థులూ చేయూత నిచ్చే వారు.'
2020లో

మనురైలోని తిరునగరంలో 'గుయాస్ (గ్రెడ్యూ) ఆఫ్ యాల్ అండ్ అడ్ లెస్ లెస్' సంస్థను ప్రారంభించింది. ఇప్పటి దాకా వందల అనాథలను వృద్ధాశ్రమాలను తరలించగలిగా. కొందరిని వారి కుటుంబ సభ్యులకు అప్పగించింది. కుంగుబాటుకు గురై, కుటుంబీకుల వివరాలను చెప్పలేని వారికి ఆశ్రమాల్లోనే సంరక్షిస్తున్నాం. తీవ్ర అనారోగ్యం నీటి గురైనవారిని అనువతుల్లో చేరుస్తున్నాం. శిశు ప్రాణం హాత్యలు జరుగుతున్న ప్రాంతాల్లో అవగాహన కలిగిస్తున్నాం. కొన్నిసార్లు సహజాత శిశువును చెత్త కుప్పల్లో వదిలేసినట్లు చూస్తే దానిని పోలీసుల సాయాన్ని తీసుకుంటా. ఆ తల్లిదండ్రులతో అమ్మాయిలకు చదువెంత ముఖ్యమో అవగాహన కలిగిస్తాను. అలా ఎన్నో బాల్య వివాహాలను ఆపగలిగాం. కొన్ని సార్లు వారి బంధువులు మమ్మల్ని బెదిరిస్తుంటారు. దాడులూ చేశారు. వాటన్నింటినీ ధైర్యంగా ఎదుర్కొంటూ మా పని మేం చేస్తుంటాం. బాలికా విద్య ప్రాముఖ్యత గురించి చెప్పడానికి పాఠశాలలు, కాలేజీల్లో కార్యక్రమాలు చేపడుతున్నాం. పర్యావరణ కాలుష్యాన్ని నిరోధించడం కోసం, మొక్కలు నాటి కార్యక్రమాలను నిర్వహిస్తున్నాం అంటున్న చంద్రలేఖ సేవలు ఇప్పుడు మదురై సహా శివగంగ, తన జిల్లాల్లోనూ విస్తరించాయి. కొవిడ్లో... మదురైలో కొవిడ్ విజృంభించినప్పుడు వలంటీరుగా సేవలందించింది. చుట్టూపక్కల గ్రామాల్లో ఇంటింటికీ తిరిగి స్థానికులకు మార్కులు,



శానిటైజర్ ఇతరతా సాయమూ అందించింది చంద్రలేఖ. చిన్నప్పటి నుంచి స్వామి వివేకానంద, అబ్దుల్ కలాం రచనలు నాకు సురక్షి. నా పల్ల ఇతరుల అందిన సహాయాన్ని గుర్తుకు తెచ్చుకొని ఆ రోజు తృప్తిగా నిద్రపోతుంటా.. ఏ రోజైనా చేయలేకపోతే నాకు నిద్రపట్టదు' అనే చంద్రలేఖ సూర్యగౌడయ్యకం కదా.

కురులకు కోవాష్ చేస్తారా ?

అందమైన, ఆరోగ్యకరమైన కురుల కోసం ఎన్నో చేస్తాం! సూనె, పాంపు, కండిషనర్.. కుదిరినప్పుడల్లా హెయిర్ ప్యాక్లు. ఇన్ని చేసినా.. చాలామందికి అసంతృప్తి మాటిమాటికి పాంపు చేస్తాంటే కురులేమో నిర్ణీతంగా తయారవుతాయి. దీనికి పరిష్కారమే..
'కో వాష్'. తారలు మెచ్చుతోన్న ఈ విధానమేంటి?
పాంపు చేశాక కండిషనర్ రాయడం తెలుసు. కో వాషింగ్లో పాంపు ఊసే ఉండదు. జుట్టు బిక్కుల్లేకుండా చేసి, నీటితో తడిపి, కుదుళ్ల నుంచి వెంట్రుక కోసల వరకు కండిషనర్ పట్టించాలి. అయిదు నిమిషాలు తలంతా మర్చు చేసి, గోరు వెచ్చని లేదా చల్లటి నీటితో కడిగేయాలంటే! పాంపు చేసినప్పుడు దానిలోని

అన్నిరకాల కురుల వాళ్లు ప్రయత్నిస్తున్నా.. కళ్ళి, సెన్సిటివ్ జుట్టుకి ఎక్కువ అనుకూలం. త్వరగా జిడ్డుగా మారే వెంట్రుకల్లాంటి దీన్ని ప్రయత్నించొద్దు.
• అయితే పాంపు అవసరం ఒక లేదన్నమాట.. అనుకుంటున్నారా? మీరు పొరబడ్డట్లే! కండిషనర్ పాంపుకి పూర్తిగా ప్రత్యామ్నాయం కాదు. దాని వాడకాన్ని తగ్గించడమే. రోజూ ముఖాన్ని శుభ్రం చేస్తున్నా.. ప్రక్క రూపంలో లోతైన శుభ్రం చేస్తుంటాం కదా! అలా పాంపు లోతైన శుభ్రతకు తప్పనిసరి. ప్రతి రెండుసార్లు కోవాష్కు ఓ సారి తప్పక పాంపు చేసుకుంటే సరిపోతుంది.

అప్సీస్ మీటింగ్.. ఆలోచనలేమీ ఎక్కడికో వెళ్లిపోతుంటాయి. కూరమూడిండ్లను సంగతి వాసన వచ్చేవరకూ తెలియలేదు. ఏమీ ఆలోచించలేదు.. అయినా ఎందుకీ? అంటే.. పెరిగిన ఒత్తిడి కారణమంటున్నాడు నిపుణులు. తరచూ ఇలా జరుగుతోంటే తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలంటున్నారు.
• పనిపే క్రమ పెట్టలేకపోవడం, పరధ్యానం ఆలోచనలు మట్టుముట్టడం. దీనికి ఖాతాలో కారణం కాకపోవచ్చు. ఒత్తిడి, మానసిక అలసట ఈ స్థితికి దారితీస్తాయి. కాబట్టి మీ మెదడు సరిగా రీఛార్జ్ అవుతోందో లేదో చెక్ చేసుకోండి. నిద్ర శరీరాన్ని మరమ్మత్తు చేసే గొప్ప సాధనం. అది ఏమాత్రం తగినా మానసిక అలసటకు దారితీస్తుంది. కాబట్టి ఒకే సమయానికి నిద్ర, కనీసం 7 గంటలూదేలా

పెడితే సరి. ఆ రోజుకు ఉల్లాసంగా సిద్ధమైపోతారు. కుదరలేదనుకోండి. కోసం, చిరాకుగా అనిపించినా, కాస్త సమయం దొరికినట్లు అనిపించినా చేసేయండి. మార్పు మీరే గమనిస్తారు.
• చిరాకుగా అనిపించినా, ఆలోచనలు వేచివున్నా పుస్తకం పట్టేసుకోండి. మామూలు సమయంలో కంటే చదివేప్పుడు ఎక్కువ శ్రద్ధ పెడుతుంటామట. కాబట్టి, రోజూ వారావారీ, పుస్తకం ఏదో ఒకటి చదివేయండి. రోజూ దీనికి సమయాన్ని కేటాయించుకోండి. ఈ విషయంలోనూ ఫోన్ మీద ఆధారపడొద్దు. పుస్తకానికే ప్రాధాన్యమివ్వండి. □

పరధ్యానం పెరుగుతోంటే..



పిల్లలకు చదువు ఎంత ప్రధానమో.. ఆధ్యాత్మిక చింతన కూడా అంతే అవసరం. కానీ, నేటి తరం పిల్లలు గ్రేడ్లు, ర్యాంకుల పాదాపిడిలో చదివే ఎక్కువ సమయం చదువు కోవడానికే కేటాయిస్తున్నారు. ఫలితంగా వారికి ఆధ్యాత్మిక విషయాల గురించి తెలుసుకునే అవకాశం లభించడం లేదు. కానీ, పిల్లలకు చిన్నప్పటి నుంచే ఆధ్యాత్మిక చింతనను అలవదించాలంటున్నారు నిపుణులు. దీనివల్ల జీవితంలో సన్యారథి సదవధంతో పాటు, ఎత్తువల్లాలను ఎలా ఎదుర్కోవాలి, ఒత్తిడిని అధిగమించి మానసిక ప్రశాంతత ఎలా పొందాలి మొదలైన విషయాలు తెలుస్తాయంటున్నారు. ఈ క్రమంలో తల్లిదండ్రులూ పిల్లల విషయంలో కొన్ని

బరువు పెరగడం ఒక్కటే కాదు.. తీవ్రమరికొన్న సమస్యలూ ఉన్నాయి...

మొటిమలు, యాక్నే పెరగటానికి కారణం తీపి ఎక్కువగా తినడమే అంటున్నాయి ఆధ్యయనాలు. ఇందుకోసం సంప్రదాయ వంటకాలు ఎక్కువగా తినే గ్రామీణులపైనా, శుద్ధి చేసిన తీపి వదాల్లాలు ఎక్కువగా తినే పట్టణ యువతపైనా అధ్యయనం చేసినప్పుడు.. యాక్నే సమస్య పట్టణ ప్రాంతపు డిప్రెషన్లోనే ఎక్కువగా కనిపించింది.
• మనసు బాగోలేనప్పుడు తీయగా ఉండే కేకులు, పేస్టీలు, చాక్లెట్లు తింటాం కదా! కానీ అవి దీర్ఘకాలం దీప్రెషన్లోకి నెట్టేస్తాయిట. ముఖంలో వయసు



చాయలు కనిపిస్తున్నా చర్మం సాగిపోయి ముడతలు పడుతున్నా ప్రధాన కారణం చక్కరలే. ఇవి చర్మం సాగి గుణాన్ని కోల్పోయేలా చేస్తాయి.
• వాపులు తలైదానికీ, దంతాల ఆరోగ్యానూ పాదపదానకీ, ఆశ్చర్య సమస్యలకీ కూడా ఎక్కువగా తీపి తినడమే కారణం. అందుకే శుద్ధి చేసిన చక్కరలు అంటే వందదాకా ఉండే స్వీట్లకి దూరంగా ఉండాలి. □

తీపి ఎక్కువ తింటే..

పిల్లలకు ఆధ్యాత్మికత అవసరం !

జాగ్రత్తపడండి.
• ఆకలి ఇబ్బంది పెడుతోంటే మనసు మాత్రం ఏం పనిచేస్తుంది? పనుల్లో పడి మనమేమో దాన్ని ఆశ్రయ చేస్తుంటాం. అప్పటికప్పుడు దాన్నించి తప్పించుకోవడానికి బిరుతిళ్లను ఆశ్రయిస్తుంటాం. పిల్లలకే కాదు.. మనకీ పోవకాలా అవసరమే. నల్ల, పండ్లు, తాజా కూరగాయలు, ఆకుకూరలకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వండి. వేళలకి తినడం అలవాటు చేసుకోండి.
• వ్యాయామం శరీరానికే కాదు మనసుకీ ఆరోగ్యానిస్తుంది. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపక శక్తికి సాయపడుతుంది. యోగా, నడక, డ్యాన్స్, మెట్లు, ఎక్సై డిగండ్.. సభ్యుడేదైనా 20 నిమిషాలు రోజూ తప్పనిసరిగా చేయండి.
• మీ ఉదయాల్ని ధ్యానంతో మొదలుపెట్టండి. ప్రశాంతంగా కళ్లు మూసుకొని స్వాస్తి ధృష్టి

జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలంటున్నారు. మరి, అవేంటో తెలుసుకుందామా...
ముందుగా తెలుసుకోవాలి.. కుటుంబపరంగా, సమాజపరంగా వివిధ ఆచారాలు, సంప్రదాయాలు పాటించడం సహజం. వాటివల్ల కొన్ని ప్రయోజనాలు కూడా ఉంటాయి. కానీ, ఈ రోజుల్లో చాలామంది వాటి అసలు అర్థం తెలుసుకోకుండా ఎవరికీ నచ్చినట్లు వారు మార్చేస్తున్నారు. ఒకరిని మానీ మరొకరు గుడ్డిగా పాటించేస్తూ అసలు విషయాన్ని గాలికి వదిలేస్తున్నారు. కాబట్టి, ముందుగా మీరు పిల్లలకు ఏ విషయాలు నేర్పించాలనుకుంటున్నారో వాటి గురించి పూర్తిగా తెలుసుకోవాలి. ఆ తర్వాత పిల్లలకు నేర్పించడం వల్ల ఆచారాలు ఆయా ఆచారాలు, సంప్రదాయాల వల్ల కలిగే లాభాలు ఏంటో తెలుసుకోగలగతారు. తద్వారా వారికి క్రమేపి ఆధ్యాత్మికత దిశగా ఆసక్తి కలుగుతుంది.
కథలు చెప్పాలి..... వివిధ మత గ్రంథాలు, పురాణాలు మొదలైన వాటిలో ఉండే వివిధ ఆంశాల గురించి పిల్లలకు చిన్న చిన్న కథల రూపంలో చెప్పడం వల్ల వారిలో ఆధ్యాత్మిక భావన పెరుగుతుంది. అలాగే జీవితంలో వచ్చే ఎత్తుపల్లాలను ఎలా ఎదుర్కోవాలి? ఇతరులతో ఎలా ప్రవర్తించాలి? వంటి ఎన్నో జీవన పాఠాలను చిన్నచిన్న ఉదాహరణల రూపంలో తెలుసుకునే అవకాశం ఉంటుంది.
చేసే చూపించాలి.... అసలు విషయాలు శోధించాలే కానీ ప్రతి మతంలోనూ ఎన్నో మంచి విషయాలు దాగి ఉంటాయి. చాలామంది వీటి గురించి నలుగురిలో ఉన్నప్పుడు మాట్లాడుతుంటారు కూడా. మానవ సేవే మూఢం సేవ, అబద్ధాలు చెప్పకూడదు, మోసం చేయకూడదు. మొదలైనవన్నీ అందులో భాగమే. అయితే



దీనిద్వారా వారికి ఆధ్యాత్మిక భావన కలగడంతో పాటు మానసిక ప్రశాంతత కూడా లభిస్తుంది. ఫలితంగా చదువులోనూ రాణించగలుగుతారు. పిల్లలకు చదువుకునే వయసులోనే ఆధ్యాత్మికత చింతనను కూడా అలరిస్తే వారు మంచి విజయాలను సొంతం చేసుకునే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే ఆధ్యాత్మికతను అలవాటు చేసే క్రమంలో వారి చదువుకు భంగం కలగకుండా జాగ్రత్త పడాలి. ఎక్కువ సమయం పట్టే కార్యక్రమాలను సాధ్యమైనంత వరకు సెలవు రోజుల్లోనే సాధన చేయడం మంచిది తద్వారా వారి చదువుకి ఎలాంటి అటంకం కలగదు.
ఆరోగ్యం, మానసిక ప్రశాంతత, ఆకట్టుకునేలా తీర్చిదిద్దడం.. కారణమేమైతేనేం టెగ్రస్ గార్బరింగ్ కి ఆదరణ పెరుగుతుంది. మీకూ ప్రయత్నించాలనుందా? ముందు మీ గురించి తెలుసుకోండి.
**• ఏం వెంచాలనుకుంటున్నారో? ముందు ఆలోచించాలి సమయమిది. చిన్న వేళ్లను మొక్కలు, పొదలు, కూరగాయల మొక్కలు వంటివి ఎంచుకోవడం మేలు. అప్పుడే టెగ్రస్ బీటలు వారడం లాంటి సమస్యం ఉండదు.
• మట్టి నాణ్యమైనదైతేనే మొక్కలు ఆరోగ్యంగా పెరుగుతాయి. ఈ తోటలకు ఎర్రమట్టి మంచి ఎంపిక. దీనిలో పోవకాలా మొదలుగా ఉంటాయి. నాణ్యమైన కంపోస్టు ఎంచుకుంటే మంచి ఫలితం పొందొచ్చు. అయితే మొక్కలు ఈ పోవకాలను త్వరగా తీసుకుంటుంటాయి. కాబట్టి, తరచూ కంపోస్టును జోడించాలి.**

నామదేవుడు

అన్న పానాలు మాని ఏండ్ల తరబడి ఘోర తపస్సు చేసిన మహర్షులకే కోపం పోతోంది. ఇక కోపంలేని వారు ఎవరుంటారు? అని ప్రశ్నిస్తుంటారు. నామదేవుడు చారిత్రిక పురుషుడు. కోప, క్రోధాలపై విజయాన్ని సాధించిన దిట్ట చుట్టూవున్న విప్రులకంతా ఆతని కీర్తికి కన్నుకుట్టింది. ఆతనికి ఎలాగైనా కోపాన్ని తెప్పించి ఆ గ్రామానికి ఒక పేద బ్రాహ్మణుడు వచ్చి తన తనయుని ఉపనయనం కొరకు ఇంటింటికీ వెళ్లి వందా ఇష్టపలనందిగా కోరాడు. ఒక బ్రాహ్మణుడు ఆతనితో, 'నీవు ఇలా ఇంటింటికీ వెళ్లి ఎన్ని రోజులు తిరిగినా నీకు తగినంత సొమ్ము కాలూ. ఈ ఊళ్ళోని నామదేవునికి కోపం వచ్చేట్లు ఏమన్నా చెయ్యి. నీకు కావలసిన దబ్బాను వసూలు చేసి నీకు ఇస్తాను', అన్నాడు 'ఔనా! అదెంతవని, ఆ నామదేవుని ఇల్లు చూపండి.' అన్నాడావ్రి. నామదేవుని ఇంటికి వెళ్లాడు. నేరుగా నామదేవుని పూజామందిరంలోకి దూరం. దేవుని విగ్రహాలన్నీంటిని తీసి చిందర వందగా పారేశాడు.
-రాచమడుగు శ్రీనివాసులు

చెలి చిట్కా

క్యాబేజీ ఉడికేటప్పుడు వచ్చే వాసన సళ్లక పోతే, చాలిల్లో చిన్న అల్లం ముక్క వేస్తే సరి.
ధ్యానం... ఏ మతంలోనైనా ధ్యానానికి ఎంతో ప్రాముఖ్యం ఉంటుంది. అయితే ఒక్కొక్కరు ఒక్కొక్కరూ ధ్యానం చేస్తుంటారు. ఎలా చేసినా అతిమంగా కలిగే ప్రయోజనాలు మాత్రం దాదాపు ఒకేవిధంగా ఉంటాయి. కాబట్టి మీ పిల్లల క్రమం అతిమంగా ధ్యానం చేసేలా ప్రోత్సాహించండి.
• పొలంలోలా మదుల్లా చేసి మొక్కల్ని పెంచుకుంటూ పోతే ఏం జాగుంటుంది అక్కడక్కడా కుండీలను చేరిస్తేనే అందం. మిద్దె వంటి పెద్దదైనా కుండీలకు చోటివ్వండి. చిన్నదనుకోండి. స్టాండ్లను ఏర్పాటు

మిద్దె తోట ప్రయత్నిస్తున్నారా ?



చేసుకుంటే చూడడానికి జాగుంటాయి. అయితే తేలికగా శుభ్రం చేసుకునేలా, ఎక్కువైన నీరు కాబోయేలా ఉండేవాటిని ఎంచుకోవడం మర్చిపోవద్దు. మొక్కలన్నాక నీరు సరిపోవడం లేదా ఎక్కువవడంతో పనిపోతుంటాయి. కిటకాల బెడద సరేనరి. వీటి గురించి తెలుసుకోవాలి. తక్కువ నిర్వహణ అవసరమైనవి ఎంచుకుంటే ఇంకా మంచిది. వాడ్యాలను పురుగుల మందుల విషయంలోనూ సేంద్రీయమైనవి ఎంచుకుంటే అదనపు ఆరోగ్యం. ఈ విషయంలో సలహాల్ని యాట్నాబే ఛానెల్లో బోధించు.. అనుసరించేయండి. □

భారతావని అభివృద్ధికి నూతన శక్తిని జోడిస్తోంది

రోజ్ గార్ మేళా

కోసం

10 లక్షల పదవుల భర్తీలు

భారత ప్రభుత్వంలో



చేతుల మీదుగా
నరేంద్ర మోదీ

పంపిణీ చేస్తున్నారు

71 వేల

నియామక పత్రాలను సరికొత్తగా

నియమితులైన యువతకు

దేశవ్యాప్తంగా 45 ప్రదేశాలలో

22 నవంబరు, 2022, ఉ॥ 10.30 గం॥లకు

(వీడియో కాన్ఫరెన్సు ద్వారా)

భారతావనిని అభివృద్ధి చెందిన దేశంగా మార్చే దిశగా యువత తమ నైపుణ్యాలను చూపేందుకు మరియు తమ వంతు సహకారాన్ని అందించేందుకు మరిన్ని అవకాశాలను కల్పించేందుకు వీలుగా ఒక వేదికను ఏర్పాటు చేసేందుకుగాను ఎనలేని కృషిని చేయుచున్నదని హామీని ఇస్తున్నది.

నరేంద్ర మోదీ, ప్రధానమంత్రి



రోజ్ గార్ మేళా క్రింద ప్రధాన మంత్రి 75 వేల మంది యువతకు 22 అక్టోబరు, 2022న నియామక పత్రాలను అందించడం జరిగింది.



ఒక సంవత్సర కాలంలో 10 లక్షల మంది యువత భారత ప్రభుత్వంలో నియామక పత్రాలను పొందుతారు



అన్ని నియామకాలు UPSC, SSC, రైల్వే రిక్రూట్‌మెంట్ బోర్డు మరియు ఇదే తరహా ఏజెన్సీల ద్వారా జరుపబడతాయి



సరళమైన, వివక్షారహితమైన మరియు పారదర్శకమైన భర్తీ ప్రక్రియ



ప్రత్యేక ఆన్‌లైన్ పద్ధతి ద్వారా ఖాళీలు మరియు నియామక ప్రక్రియ పరిశీలన



మహిళలు, దివ్యాంగులు మరియు ఆశావహ ప్రాంత అభ్యర్థులకు ప్రత్యేక ప్రయోజనం



ఎంపిక కాబడిన అభ్యర్థుల శక్తివంతమైన ఆలోచనలు మరియు నైపుణ్యాలు భారతావని బలోపేతానికి తోడ్పడతాయి



కార్యక్రమం యొక్క ప్రత్యక్ష ప్రసారాన్ని DD న్యూస్ పై వీక్షించగలరు.