





మోదీ ప్రభుత్వ గ్యారెంటీ

ఆర్థిక వ్యవస్థను శక్తివంతం చేస్తున్న డిజిటల్ ఇండియా

ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జరుగుతున్న డిజిటల్ చెల్లింపుల్లో భారత్ వాటా 46%

మన సంకల్పం వికసిత భారత్



మరింత సమాచారం
కొరకు స్కాన్ చేయండి



సభలో.. 'నుడిగుండం'

దుమ్మెత్తి పోసుకున్న అధికార, విపక్షాలు

సాగునీటి కేటాయింపులపై వాడి, వేడి చర్చ

కృష్ణా జలాల దోపిడీపై పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ ఇచ్చిన మంత్రి ఉత్తమ్ సీమకు కృష్ణ నీటిని తరలిస్తుంటే అడ్డుకోని కెసిఆర్ బిఆర్ఎస్ నిర్వాకం వల్లే సాగర్ ఎండిపోతోంది: ఉత్తమ్

నల్లగొండలో మా సభను చూసి కాంగ్రెస్ స్పందించింది ప్రాజెక్టులపై ఉత్తమ్ మాటలన్నీ ఉత్తమ్: మాజీ మంత్రి హరీష్

ఫామ్ హౌస్ లో దాక్కున్న కెసిఆర్

సభలో సిఎం రేవంత్ ఎడ్డేవా

మేం సమాధానమిస్తాం: హరీష్

హైదరాబాద్, జనవరి 12, ప్రభాతవార్త: విపక్ష నేత, మాజీ సీఎం కేసీ ఆర్ పై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి తీవ్రస్థాయిలో ద్వేషమెత్తారు. పాపాల బైరపడు కేసీఆర్ అని విమర్శించారు. ముఖ్యమైన అంశంపై సభలో చర్చ జరుగుతుంటే ఆయన

>>2

హైదరాబాద్, జనవరి 12, ప్రభాతవార్త: కేఆర్ఎంబీ ప్రాజెక్టుల నిర్వహణ, తెలంగాణకు కృష్ణా జలాల్లో 50శాతం నీటి వాటా కేటాయింపులపై శాసనసభలో ప్రవేశపెట్టిన తీర్మానం సందర్భంగా వాడివేడి చర్చ జరిగింది. ప్రాజెక్టులను కేఆర్ఎంబీకి అప్పగించొద్దని ఇరిగేషన్ శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డి సభలో తీర్మానం ప్రవేశపెట్టారు. సోమవారం ఉదయం సభలో ఆనుబంధ బడ్జెట్, సంతాప తీర్మానాలు, పలు పేషన్లపై టేబుల్ చేసిన ఆనంతరం సాగునీటి ప్రాజెక్టులపై తీర్మానం ప్రవేశపెట్టారు. సభలో తీర్మానం ప్రవేశపెట్టిన సందర్భంగా మంత్రి ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ కృష్ణా నది జలాల్లో 299 టీఎంసీలు చాలంటూ బీఆర్ఎస్ రాష్ట్ర జలాలను మోసం చేందని ఆరోపించారు. దక్షిణ తెలంగాణకు ఈ నిధియంతో భారీ నష్టం వాటిల్లే నుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశాడు. బీఆర్ఎస్ తెలంగాణ ప్రజలకు క్షమాపణ చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. కృష్ణాజలాల్లో వాటా ఎక్కువ ఇవ్వడమే కాకుండా

>>2

కృష్ణా ప్రాజెక్టులను కేఆర్ఎంబీకి అప్పగించం మంత్రి ఉత్తమ్ తీర్మానానికి సభ ఏకగ్రీవ ఆమోదం

3^{లో}



ఒక్క కనెక్షన్తో ఉచిత కరెంటు!

తెలంగాణ రాష్ట్ర తపస్విసరి

మార్గదర్శకాలు విడుదల

హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 12, ప్రభాతవార్త: ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన ఆరు గ్యారంటీ హామీల అమలులో భాగంగా తెలంగాణలో మరో పథకాన్ని ప్రజలకు అందించేందుకు రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ అడుగులు వేస్తోంది. తెలంగాణలో అర్హులైన గృహ వినియోగదారులకు గృహ జ్యోతి పథకం కింద 200 యానిట్ల వరకూ ఉచిత విద్యుత్ అందించేందుకు యుద్ధ ప్రాతిపదికన ఏర్పాటు చేస్తోంది. దీనికి

>>2



మహారాష్ట్ర మాజీ సిఎం అశోక్ చవాన్ కాంగ్రెస్ కు రాజీనామా

ముంబయి, ఫిబ్రవరి 12: సార్వత్రిక ఎన్నికలకు ముందు కాంగ్రెస్ పార్టీకి భారీ షాక్ తగిలింది. మాజీ ముఖ్యమంత్రి అశోక్ చవాన్ పార్టీ ప్రాథమిక సభ్యత్వానికి రాజీనామాచేశారు. తన రాజీనామా లేఖను రాష్ట్రకాంగ్రెస్ కమిటీ చీఫ్ నానావట్ లోకు పంపించారు. తాను రాజీనామాచేస్తున్నట్లు ఏకపక్షంతో లేఖను పంపించారు. ఆయన బిజెపితో చర్చలు జరుపుతున్నట్లు ప్రచారం సాగుతోంది. ఆయన నకు రాజీనామాపై సీటును ఆధరపెట్టి నట్లు పార్టీ వర్గాలు పేర్కొంటున్నాయి. ఈ సందర్భంగా చవాన్

>>2

ఉత్తమ్ 'పవర్' నాకేం అర్థం కాలేదు

-మాజీ మంత్రి కెటిఆర్



ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 12: ఇరిగేషన్ పై మంత్రి ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డి ఇచ్చిన పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ (పిపిటి) బీఆర్ఎస్ వర్గంలో పెరిగింది. కెటిఆర్ విమర్శలు గుప్పించారు. అసెంబ్లీ ఆవరణలో మీడియాతో పిచ్చాపాటిగా మాట్లాడారు. ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్టుపై ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డి మాటలు మాత్రం అర్థం కాలేదు. ఇక ప్రజలకు ఏం అర్థమవుతాయి? అని ప్రశ్నించారు. ఆయన పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ మొత్తం ఇంగ్లీష్ లోనే ఉందన్నారు. మంత్రి తెలుగులో మాట్లాడుకుంటూ ఇంగ్లీష్ లో మాట్లాడారన్నారు. అసెంబ్లీలో సోమవారం తమ పార్టీకి చెందిన ఎమ్మెల్యే హరీశ్ రావు ఒంటి చేత్తో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని, మంత్రులను ఎదుర్కొన్నారని మాజీ మంత్రి కెటిఆర్ ప్రశంసించారు. ఈ రోజు కృష్ణా ప్రాజెక్టులు, కేఆర్ఎంబీ సంబంధిత అంశాలపై అసెంబ్లీలో చర్చ జరిగింది. ఈ అంశానికి సంబంధించి కెటిఆర్ తన సోషల్ మీడియా అనుసంధాన ఎక్స్ వేడికా హరీశ్ రావును కిత్తామిచ్చారు. హరీశ్ రావు అద్భుత ప్రసంగంతో అసెంబ్లీలో అధికార పార్టీని ఎదుర్కొన్నారన్నారు. కృష్ణా జలాలు, కేఆర్ఎంబీకి సంబంధించి కాంగ్రెస్ నేతలు చేస్తున్న తప్పుడు ప్రచారాన్ని అబద్ధాలను హరీశ్ రావు తిప్పికొట్టారని పేర్కొన్నారు. కృష్ణా నది ప్రాజెక్టుల నిర్వహణను కేఆర్ఎంబీకి అప్పగించలేమంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీ సోమవారం అసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టిన తీర్మానం బీఆర్ఎస్ సాధించిన విజయమని ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డి అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. కృష్ణా ప్రాజెక్టులను కేంద్రానికి అప్పగించడానికి నిరసనగా మంగళవారం నల్లగొండలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ తలపెట్టిన 'ఫలో నల్గొండ' సభ సృష్టించిన ఒత్తిడి కారణంగానే కాంగ్రెస్ ఈ నిర్ణయం తీసుకుందని కెటిఆర్ వ్యాఖ్యానించారు. కృష్ణా ప్రాజెక్టులను కేఆర్ఎంబీకి అప్పగించడం లేదంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీ సోమవారం అసెంబ్లీలో తీర్మానం ప్రవేశపెట్టిందని ప్రస్తావించారు. ప్రధాన ప్రతిపక్షగా బీఆర్ఎస్ పార్టీ సాధించిన తొలి విజయం ఇదని కెటిఆర్ వ్యాఖ్యానించారు.

నిరుద్యోగులకు సర్కార్ వరం

గరిష్ట వయో పరిమితి 46 యేళ్లకు పెంపు
యూనిఫామ్ సర్వీసులు మినహా
మిగతా ఉద్యోగాలకు వర్తింపు

హైదరాబాద్, జనవరి 12, ప్రభాతవార్త: రాష్ట్రంలో నిరుద్యోగులకు తీవ్రపీడనం చెబుతూ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ నిర్ణయం ప్రకటించింది. ఉద్యోగ నియామక పరీక్షలకు వయోపరిమితిని 44 ఏళ్ల నుంచి 46 ఏళ్లకు పెంచుతూ నిర్ణయం తీసుకుంది. ఈ మేరకు సాధారణ పరిపాలనా శాఖ సోమవారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. యూనిఫామ్ సర్వీసులు మినహా మిగతా అన్ని ఉద్యోగాలకు వయోపరిమితి సడలింపు వర్తిస్తుందని పేర్కొంది. పోలీస్, ఎక్సైజ్, అగ్నిమాపక, జైల్లు, అటవీ శాఖలకు ఈ నిర్ణయం వర్తింపబోదు. నోటిఫికేషన్లు రాక, నియామకాల్లో జాప్యంతో వయసు మీరి ఉద్యోగ అర్హతకు దూరమవుతున్న నిరుద్యోగులకు ప్రభుత్వ నిర్ణయంతో స్వాంతన కల్గింది. తాజా రెండేళ్ల సడలింపుతో భారీగా నిరుద్యోగులు పోటీ పరీక్షలకు అర్హత సాధించనున్నారు. ఈ మేరకు జీవీడి జీవీ సెంటర్ 30ను విడుదల చేసింది. దీంతో ఇకమీదట గరిష్ట వయో పరిమితి 46 ఏళ్లగా పరిగణించనున్నారు. గడవిన కొంతకాలంగా ఉద్యోగ నియామకాల్లో పోటీ పరీక్షలలో ఎదుర్కుతున్న అవాంతరాలు, నిరుద్యోగుల ఆందోళనలను అర్థం చేసుకున్న ప్రభుత్వం సహృదయంతో ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. 2022లో వెల్లడైన టీఎస్ పీఎస్ నోటిఫికేషన్ల సంబంధించిన పూర్తి స్థాయి నియామకాలు కూడా ఇప్పటివరకు పూర్తవలేదు. దీంతో నిరుద్యోగుల్లో ఆనందం వ్యక్తమవుతోంది.

నెలకొంటోంది. తాజా సడలింపు మరో రెండేళ్లపాటు అమలులో ఉండనుంది. దీంతో నిరుద్యోగుల్లో హర్షాతిరోహణ వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఈ నిర్ణయంతో నిరుద్యోగుల్లో వందల వారాహం నెలకొంటోంది. రాష్ట్రంలో లక్షలాది మంది యువత గ్రూప్ 1 సెలక్షన్ అనేక పోటీ పరీక్షలకు అర్హత ఎదురు చూస్తూ ప్రిపేర్ అవుతున్నారు. గతంలో అనేక పోటీ పరీక్షలు క్రాన్తరాల లీకేజీలు, ఇతరత్రా కారణాలతో వాయిదా పడిన సంగతి తెలిసిందే. దీంతో వేలాదిమంది నిరుద్యోగ యువతకు వయసుమీరిపోయి ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలకు అనర్హులుగా మిగిలిపోతున్నారు. ఈ అంశాలన్నింటిని పరిగణించి తీసుకున్న తెలంగాణ సర్కార్ నిరుద్యోగుల్లో ఆత్మవిశ్వాసం నింపే చర్యల్లో భాగంగా తాజా నిర్ణయం తీసుకుంది. తాజాగా గ్రూప్ 1 పోస్టులను 563కు పెంచిన ప్రభుత్వం త్వరలో నోటిఫికేషన్ దిశగా సన్నద్ధమవుతోంది. పోలీస్ ఉద్యోగ నియామకాలకు సీఎం రేవంత్ కీలక ప్రకటన చేశారు. రాష్ట్రంలో 2 లక్షల ఉద్యోగాల భర్తీకి చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు ప్రభుత్వం ప్రకటించడంతో నిరుద్యోగుల్లో ఆశలు రేకెత్తాయి. తాజాగా గరిష్ట వయో పరిమితి పెంపుతో వారిలో ఆత్మవిశ్వాసం రెట్టింపవుతోంది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత నిరుద్యోగులకు హామీలునిచ్చింది. కాగా, నోటిఫికేషన్ జారీకి కొంత సమయం వట్టి అవకాశాలున్నాయని తెలుస్తోంది. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఇటీవలే మాట్లాడుతూ త్వరలో మోగా డిఎస్సీ, గ్రూప్స్ నోటిఫికేషన్, పోలీస్ రిక్రూట్మెంట్ తదితర నోటిఫికేషన్లు జారీ చేస్తామని ప్రకటించారు. ఈ క్రమంలోనే వయో పరిమితిని పెంచినట్లు సుప్రమవుతోంది.

నేడు మేడిగడ్డకు సిఎం, మంత్రులు

అఖిలపక్షంతో పరిశీలనకు ఏర్పాటు
బిఆర్ఎస్, బిజెపి ఎమ్మెల్యేలు దూరం

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, ఫిబ్రవరి 12: తెలంగాణ శాసనసభ కాళేశ్వరం లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ అక్రమాలను నిగ్గుతేల్చేందుకు కార్యక్షేత్రంకు తరలిపోతున్నది. శాసనసభలో రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ కాళేశ్వరం నిర్మాణంలో లోపాలు, అవినీతి, కృష్ణా జలాలను అంధప్రదేశ్ దోపిడీ చేస్తున్న వైనంపై పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ చేయడంతో పాటు క్షేత్రస్థాయిలోనే ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణకు వివరించేందుకు సిద్ధమైంది. ఈ మేరకు మంగళవారం ఉదయం అన్ని పార్టీల ప్రజాప్రతినిధులను కాళేశ్వరానికి బస్సుల్లో తీసుకెళ్లేందుకు సర్వం సిద్ధం చేసింది. ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీలు అంతా మేడిగడ్డకు పయనం అవుతారు. కాళేశ్వరంపై స్వేచ్ఛపత్రం ఇప్పే క్రమంలో మేడిగడ్డ ప్రాజెక్టు కుంగబాటుపై చర్చ కొనసాగించేందుకు ముందుగా క్షేత్రస్థాయిలో ఉభయసభ సభ్యులకు వాస్తవాలు తెలిపి దానిపై చర్చను చట్టసభలో తీసుకొంటారు. మంగళవారం ఉదయం పదిగంటలకు అసెంబ్లీ ప్రారంభం అవుతుంది కొద్దిసేపు చర్చలు చేయనుంది. ఆ వెంటనే ఉదయం 10:15నిమిషాలకు బస్సుల్లో అసెంబ్లీ నుంచి నేరుగా మేడిగడ్డకు బయలుదేరుతారు. అక్కడ బ్యారేజీకి మూడు గంటలకు చేరుకుంటారు. రెండుగంటలు సైట్ విజిట్ చేస్తారు పవర్ పాయింట్ ప్రజెంటేషన్ నీటిపారుదలశాఖ మంత్రి ఉత్తమ్కుమార్ రెడ్డిచేస్తారు. ఐదు గంటలకు తిరిగి హైదరాబాద్ ప్రయాణం అవుతారు. దీనికోసం సుమారు 40 బస్సులను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు సమాచారం. కాగా, ఈ



పర్యటనలకు బిఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్యేలు దూరంగా ఉంటారు. కాళేశ్వరం పర్యటనకు బిజెపి కూడా వెళ్లడంలేదు. ఇదిలా ఉండగా, శాసనసభా ఉభయ సభల బడ్జెట్ సమావేశాల పొడిగింపు దిశగా ప్రభుత్వం సమాయత్తమవుతోంది. సమావేశాలను తొలుత ఈనెల 13వరకు జరిపించాలని టీఎస్ పీ నిర్ణయించగా, మరో రెండు మూడు రోజులపాటు శాసన సభా సమావేశాలను పొడిగించే యోచనలో సర్కార్ ఉంది. బడ్జెట్ పద్ధతిపై చర్చ జరగాల్సి ఉంది. సోమవారంనాడు కేఆర్ఎంబీకి ప్రాజెక్టుల అప్పగింపుకు వ్యతిరేకమని ప్రభుత్వం తీర్మానాన్ని ప్రవేశపెట్టింది. దీంతో బడ్జెట్ పై చర్చ జరగలేదు. కాగా మేడిగడ్డ లిఫ్ట్ బ్యారేజీ వైఫల్యం కారణమైన నీటిపారుదల ఇవెన్స్ మురళీధర్ రావును రాజీనామాను తెలంగాణ ప్రభుత్వం సోమవారం ఆమోదించింది. గతగతనవారం నీటిపారుదలశాఖ ఇవెన్స్ మురళీధర్ రావును రాజీనామాచేయాలని ప్రభుత్వం కోరింది. మురళీధర్ రావు పదవి విరమణ పొందిన ఆయనకు పదవి కాలం పొడిగిస్తూ దశాబ్దాల ఆయన సేవలను గత ప్రభుత్వం వినియోగించుకుంది. ఈనెల 8న రాజీనామా చేయడంతో ఆయన రాజీనామాను ఆమోదించారు.

12 మంది ఐపిఎస్ ల బదలి

రాచకొండ సిపి సుధీర్ బాబుకు స్థానచలనం, కొత్త సిపిగా డాక్టర్ తరుణ్ జోషి

రామగుండం సిపిగా శ్రీనివాసులు, సైబరాబాద్ జాయింట్ సిపిగా జేయల్ డేవిస్



తరుణ్ జోషి, జేయల్ డేవిస్ స్థానచలనం కలిగింది. ఆయనను మళ్లీ జోన్ 2 జిజ్ఞా బదిలీ చేస్తూ ఆదేశాలు వెలువడ్డాయి. పార్లమెంట్ ఎన్నికల సేవనంద్రాలోనే సుధీర్ బాబును కీలకమైన మళ్లీ జోన్ 2 జిజ్ఞా నియమించారని వార్తలు వస్తున్నాయి. అయితే గత డిసెంబర్ 13వ తేదీన సీటీ ట్రాఫిక్ అదనపు పోలీసు కమిషనర్ గా పున్న సుధీర్ బాబును రాచకొండకు బదిలీ చేయడం అప్పట్లో హాట్ టాపిక్ గా నిలిచింది. ట్రై కమిషనర్ గా పెద్దది, దేశంలోనే ఖ్యాతిగా అతి పెద్దదైన రాచకొండకు ప్రమాణిక్ బిఎస్ అధికారి అయిన సుధీర్ బాబును నియమించడం ఇదే తొలిసారి. అయితే రాచకొండ కొత్తగా రెండు నెలల పాటు పనిచేసిన సుధీర్ బాబు విధి నిర్వహణలో తనదైన ముద్రవేస్తూ అక్రమార్కులను హడలెత్తిస్తున్న తరుణంలో సర్కారు హతాత్తుగా బదిలీ

>>2

చెక్కిళ్ల అందానికి..



చాలామంది మేకప్ చేసుకునేటప్పుడు చెక్కిళ్లు/బుగ్గలకు అధిక ప్రాధాన్యం ఇస్తుంటారు. అయితే మేకప్ తో కాకుండా సహజ సిద్ధంగా కూడా అందమైన చెక్కిళ్లను సొంతం చేసుకోవచ్చు. అదెలాగంటే..

అరటితో...

బాగా పండిన అరటిపండు తీసుకుని మెత్తగా చేసుకోవాలి. దీన్ని ముఖానికి రాసుకుని పూర్తిగా ఆరనివ్వాలి. తర్వాత కాస్త గోరువెచ్చగా ఉన్న నీటితో ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. అరటిపండు చర్మానికి సహజసిద్ధమైన మెరుపును అందిస్తుంది.



బుగ్గల్ని ప్రత్యేకపంథంగా, మృదువుగా మార్చుతుంది.

బీటీరూట్ తో...

బీటీరూట్ రసంలో కొద్దిగా గ్లిజరిన్ కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి, మెడకి అప్లై చేసుకోవాలి. తర్వాత మృదువుగా మర్చన చేసుకుంటూ ముఖాన్ని శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇలా చేయడం వల్ల చర్మం సహజసిద్ధంగా మంచి రంగుని సంతరించుకొంటుంది. అలాగే చెక్కిళ్లు కూడా గులాబీ రంగులో మెరిసిపోతాయి.

నిమ్మ కీరాదోస రసంతో...

నిమ్మరసం, కీరాదోస రసం కొద్ది మోతాదులో తీసుకొని బాగా మిక్స్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమంలో కొద్దిగా తేనె, పాలు కూడా కలిపి ముఖానికి అప్లై చేసుకోవాలి. కాసేపు



ఆరనిచ్చి శుభ్రం చేసుకుంటే చెక్కిళ్లకు కొత్త కళ వస్తుంది.

పండ్లతో ప్యాక్స్...

సాధారణంగా ఫేషియర్ చేసుకొన్నప్పుడు లేదా చర్మం మెరుపు కోసం వివిధ ఫేస్ ప్యాక్స్ చేసుకొంటూ ఉంటారు. అయితే ఇందుకు ఉపయోగించే ఫ్రెజ్డ్ ఫ్యాక్స్ లో

ఎరుపు రంగులో ఉన్న పండ్లను ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తే చెక్కిళ్లకు సహజసిద్ధమైన ఎరుపుదానాన్ని తీసుకొనావచ్చు.

టోమాటో తో...

రెండు టోమాటోలు తీసుకుని గుజ్జులా చేసి రసం తీసుకోవాలి. ఇందులో కొద్దిగా నీళ్లు, తేనె పేసి బాగా కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని ముఖానికి అప్లై చేసుకొని మృదువుగా మర్చన చేసుకోవాలి. తర్వాత గోరువెచ్చని నీటితో ముఖం శుభ్రం చేసుకుంటే ఆశించిన ఫలితాలు పొందవచ్చు. □

భారత్ అంటే విదేశీయులు ప్రత్యేకమైన అభిమానం చూపుతుంటారు. ముఖ్యంగా ఇక్కడి కబ్బుటోటా, సంస్కృతి సంప్రదాయాలు, ఆచార వ్యవహారాల్ని కొందరు విదేశీ మహిళలు పాటించడం చూస్తుంటారు. అంతేందుకు.. ఇక్కడి పండగలు, ప్రత్యేక సందర్భాల్ని సెలబ్రేట్ చేసుకునే వారూ లేకపోలేదు. అలా ఈజిప్ట్ లోని భారత రాయబార కార్యాలయంలో ఇటీవలే జరిగిన గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకల్లో అక్కడ స్థిరపడ్డ భారతీయులే కాదు. ఈజిప్టుకున్నా పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు. ఇక ఈజిప్టుకు చెందిన ఓ అమ్మాయితో ఏకంగా దేశభక్తి గీతాలాపన చేయడం విశేషం. భారతీయులై కాదు. ప్రధాని మోదీని సైతం ఆకట్టుకున్న ఆమె పాట ప్రస్తుతం సోవల్ మీడియాలో ట్రెండ్ అవుతోంది. విదేశాల్లో స్థిరపడ్డ భారతీయులు ఇక్కడి పండగలతో పాటు స్వాతంత్ర్య, గణతంత్ర దినోత్సవాల్ని పెద్ద

మీదకొచ్చిన ఆమె. 'దేశ రంగీలా రంగీలా.. దేశ మేరా రంగీలా' అనే దేశభక్తి గీతాన్ని ఆలపించింది. తన అద్భుతమైన గాత్రమే కాదు.. ఎక్కడా తడబడకుండా స్పష్టంగా వదాలు పలుకుతూ, హిందీ బాగా వచ్చిన వారిలా అనునయించడం అందరినీ కట్టిపడేసింది. ఇక ఈ అమ్మాయి పాట పాడిన వీడియోను కైరోలోని భారత రాయబార కార్యాలయం తమ ఆధికారిక సోషల్ మీడియా పేజీల్లో పోస్ట్ చేయడంతో కరెయన్ గాత్ర నైపుణ్యాలు విశ్వవ్యాప్తమయ్యాయి. ఈ వీడియో చూసిన ప్రధాని మోదీ ఈ యువ గాయనిని ప్రశంసల్లో ముంచెత్తారు. ఇదే వీడియోను ఎక్కోలో రీటీల్ చేస్తూ.. ఈజిప్ట్ అమ్మాయి కరిమన్ పాట ఎంతో మధురంగా ఉంది. ఆమెకు అద్భుతమైన భవిష్యత్తు ఉంది. అంటూ ప్రశంసల్లో ముంచెత్తారు. ప్రస్తుతం



కరిమన్

ఈజిప్ట్ అమ్మాయిలు భారత దేశభక్తిని ప్రతిబింబించేలా నృత్య చేసి ఆకట్టుకున్నారు. ఇక గతేడాది జూన్ లో రెండు రోజులు పర్యటన కోసం ఈజిప్ట్ వెళ్లారు మోదీ. ఆ సమయంలో కొందరు ఈజిప్ట్ మహిళలు సంప్రదాయ బీరకబ్బులో మోదీని స్వాగతం పలికారు. వీరిలో జెన్నా అనే అమ్మాయి 'పోతే సినిమాలోని 'యే దోస్తి హమ్ నీహా తోడేంగే' అనే పాట పాడి ప్రధానిని ఆకట్టుకుంది. 'జెన్నా.. నవ్వు ఈజిప్ట్ అమ్మాయివా.. భారతీయురాలావి అనేది ఎవరూ చెప్పలేరు.. అంత అద్భుతంగా ఉంది నీ గాత్రం. అంటూ ప్రశంసించారు మోదీ. నాకు చిన్న పయసు నుంచే హిందీ పాటలంటే చాలా ఇష్టం. ఆరేళ్లున్నప్పుట్టుండే బాలీవుడ్ పాటలు వింటూ ఎంజాయ్ చేసేదాన్ని గత 12 ఏళ్లుగా ఈ అలవాటుని కొనసాగిస్తున్నా. మోదీజీని కలుసుకోవడం, ఆయన ఎదుట ఓ పాపులర్ హిందీ పాట పాడడం మార్చిపోలేని అనుభూతి. ప్రధానికి నా పాట నచ్చిందనుకుంటున్నా. ఒక్కసారిగా భారతను సందర్శించాలన్నది నా కోరిక. దీన్ని త్వరలోనే నెరవేర్చుకుంటా. అంటూ ఆ సందర్భంలో తన ఆనందాన్ని పంచుకుంది జెన్నా.

ప్రధాని మనసు గెలిచిన కరిమన్ పాట

ఎత్తున జరుపుకోవడం చూస్తుంటారు. అలా ఈజిప్ట్ రాజధాని కైరోలోని భారత రాయబార కార్యాలయంలో ఇటీవల గణతంత్ర దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఇందులో అక్కడ స్థిరపడ్డ భారతీయులే కాదు. ఈజిప్ట్ వాసులూ ఎక్కువ మంది పాల్గొన్నారు. వారిలో కొందరు సంప్రదాయ దుస్తుల్లో ముస్తాబుగా, మరికొందరు దేశభక్తి ఉట్టిపడేలా ముచ్చెన్నెల్లో రూపొందించిన దుస్తులు ధరించారు.

'దేశ్ మూనా రంగీలా' అంటూ... ఇక ఈ వేడుకల్లో భాగంగా.. జెండా ఎగరేసిన అనంతరం కోలాటం, డ్యాన్స్, ఆటపాటలు.. వంటి సాంస్కృతిక కార్యక్రమాల్నూ నిర్వహించారు. ఇందులో కొందరు ఈజిప్టులోని అమ్మాయిలు పాల్గొని తమ డ్యాన్స్ తో అరబ్ గోట్టారు. అయితే కరిమన్ అనే అమ్మాయి పాటినదేశభక్తి గీతం వేడుకల్లో హైలైట్ గా నిలిచిందని చెప్పచ్చు. విదేశీయురాలే అయినా భారతీయతను ప్రతిబింబించేలా గాగా ఛోలో ముస్తాబైందామె. తలపై నుంచి మెయిల్ ధరించి వేదిక

కరిమన్ పాట సోవల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారింది.

జెన్నా నోట.. బాలీవుడ్ పాట! ...

ఇప్పుడే కాదు.. గతంలోనూ ఈజిప్టును భారత్ పై తమకున్న అభిమానాన్ని బాటుకున్నారు. గతేడాది జరిగిన స్వాతంత్ర్య దినోత్సవ వేడుకల్లోనూ కొందరు



జెన్నా

వెళ్లారు మోదీ. ఆ సమయంలో కొందరు ఈజిప్ట్ మహిళలు సంప్రదాయ బీరకబ్బులో మోదీని స్వాగతం పలికారు. వీరిలో జెన్నా అనే అమ్మాయి 'పోతే సినిమాలోని 'యే దోస్తి హమ్ నీహా తోడేంగే' అనే పాట పాడి ప్రధానిని ఆకట్టుకుంది. 'జెన్నా.. నవ్వు ఈజిప్ట్ అమ్మాయివా.. భారతీయురాలావి అనేది ఎవరూ చెప్పలేరు.. అంత అద్భుతంగా ఉంది నీ గాత్రం. అంటూ ప్రశంసించారు మోదీ. నాకు చిన్న పయసు నుంచే హిందీ పాటలంటే చాలా ఇష్టం. ఆరేళ్లున్నప్పుట్టుండే బాలీవుడ్ పాటలు వింటూ ఎంజాయ్ చేసేదాన్ని గత 12 ఏళ్లుగా ఈ అలవాటుని కొనసాగిస్తున్నా. మోదీజీని కలుసుకోవడం, ఆయన ఎదుట ఓ పాపులర్ హిందీ పాట పాడడం మార్చిపోలేని అనుభూతి. ప్రధానికి నా పాట నచ్చిందనుకుంటున్నా. ఒక్కసారిగా భారతను సందర్శించాలన్నది నా కోరిక. దీన్ని త్వరలోనే నెరవేర్చుకుంటా. అంటూ ఆ సందర్భంలో తన ఆనందాన్ని పంచుకుంది జెన్నా.

మనసు భారం పెంచాద్దు !

ఎంతో కష్టపడి ఓ వంట చేస్తాం. ప్రాజెక్టు పూర్తిచేస్తాం. దానికి గుర్తింపు ఆశించడం చూపాలేగా! దొరక్కపోతే మనసు చిన్నబుచ్చుకుంటుంది కదూ! కానీ బయటపెట్టం నెలసరిసమయంలో మెనేపాటోనో. హోస్టెలులన్నీ మాకుమ్మడిగా దాడిచేఉన్నాయి. కోపం తన్నుకొస్తుంది. ఆకారణంగా ఏడవాలనిస్తుంది. ఆకారణంగా ఏడవాలనిపిస్తుంది. అయినా అణచిపెట్టేస్తాం.

కానీ ఇవన్నీ వెదకు భారం పెంచుతాయని తెలుసా? ...

* ఎవరో ఏదో అనుకుంటారు. నలుగురిలో చిన్నతనం అనుకుంటారు. కానీ ఏడుపు, తెలియని వెలితి కూడా సహజ భావోద్వేగాలే. వాటిని అధిమి పెట్టి ముఖానికి నవ్వు పులుముకోవడం వల్ల ఆ భారమంతా మనసు మీదే పడుతుంది. అది పెరిగితే ఇతర మానసిక సమస్యలకు దారి తీయచ్చు. కాబట్టి. అర్థం చేసుకునే వారితో పంచుకోండి. లేదూ మీకు మీరే ఉత్తరంలా రాసుకున్నా సరే.. కానీ బయట పెట్టేయండి.



* సంతోషాన్ని నలుగురికీ పంచాలి. దుఃఖాన్ని లోపల దాచుకోవాలి.. మనకు చెప్పే మాటే ఇది. మీరంటే మీ నవ్వే కాదు. మీ బాధ కూడా! ఎవరితోనూ పంచుకోలేను అనిపిస్తే పక్కకు వెళ్లిండి అంతేకానీ అదిమిపెడుతూ వస్తే బాధ కూడా పెరిగిపోతుంది. సిగెట్స్ ఆలోచనలు మట్టు ముడుతాయి. చెత్తబుట్ట ఎప్పుడెప్పుడీకప్పుడు వదేయకపోతేఏమవుతుంది. ఇది అంతే కాబట్టి. ఎప్పుడీకప్పుడు మనసును ఖాళీ చేసుకోండి. * బాధగా ఉంటుంది. కానీ బయటకు రాదు. మనసేమో భారంతో ఊపిరాడనివ్వదు. అలాంటప్పుడు ఓ ఎమోషనల్ సీనిమాలో నర్చివేశమూ చూడండి. మనసు కరిగి కన్నీరు బయటకు వస్తుంది. బయటపెట్టే బోజే లేదా? అయితే సెలవు తీసుకోండి. మరెక్కడికూ వెళ్లండి. కోపం పోగొట్టుకోవడానికి మేలు చేసే ఏ వస్తనా చేసేయండి. అమ్మాయిలకు కోపం పనికిరాదు. ఎదుపు మంచిది కాదు అన్న మాటలను పక్కన పెట్టేయండి. నచ్చిన విధంగా బయటపెట్టేయండి. అప్పుడే ఆసలైన నవ్వు బయటికొస్తుంది. □

అరిషడ్వర్గాలు

మాతృర్యం ఈ ఆరు మనిషికి ఆసలైన శత్రువులు, ఈ అరిషడ్వర్గాలు మనిషిని ఎదగేయీయకూడా అడ్డువేడుతూ ఉంటాయి. ఒక్కసారి ప్రశాంతంగా ఆలోచిస్తే మనం ఇతరులతో పెంచుకుంటున్న వైరానికి, వనరుతిరేకతలకు కారణం మనమే కనిపిస్తుంది. మనలో ఏదో లోపం లేనిదే ఎవరితోనూ మనకు వైరుధ్యం ఏర్పడదు. కామ, క్రోధ, రోష, మోహాల్ని వదిలినవారే ఆత్మను తెలుసుకోగలరు. ఆత్మజ్ఞానం



కామ, క్రోధ, రోష, మధ్య, మోహ, అదుపులే పెట్టుకోవాలి. కామంవల్ల రావణుడు నేల కూలాడు. క్రోధం వలన చెడిపోయాడు. రోషం వల్ల హిరణ్యకశిపుడు మట్టి కరిచాడు. మిత్రరసయం వల్ల దుర్యోధనుడు మరణించాడు. అందుచేత ఈ ఆరింటినీ అదుపులో ఉంచుకోవాలి. మనిషి మనస్సుకు ఈ ఆరుగురే ప్రధాన శత్రువులుగా ఆవహించి ఆడిస్తున్నాయి. మిత్రులను కూడా శత్రువులను చేసి చూపెడుతున్నాయి. మానవత్వం ఉన్న మనిషిలో రాక్షసత్వం నింపుతున్నాయి. □

మహిళల్ని ఇబ్బంది పెట్టే ఆరోగ్య సమస్యల్లో థైరాయిడ్ ఒకటి. పీరియడ్స్ రెగ్యులర్ గా రాకపోవడం, బరువు పెరగడం, ఇతర అనారోగ్యాలు.. ఇలా ఒక్కటేమిటి థైరాయిడ్ తో వచ్చే ఆరోగ్య సమస్యలు అనేకం. దీన్ని అదుపులో ఉంచుకోవడం ఎలా? వంటి విషయాల తెలుసుకుందాం..

లోపాలేమిటి? ...

కొన్ని శారీరక లక్షణాల ద్వారా థైరాయిడ్ ను గుర్తించవచ్చంటున్నారని నిపుణులు. ఆకలి లేకపోవడం, బరువు పెరగడం, త్వరగా అలసిపోవడం, మలబద్ధం, నెలసరి క్రమం



చెలి చిట్టా

స్నేహితులను జీవిత భాగస్వాములుగా చేసుకున్న వారు చాలామంది ఉంటారు. చిన్న చిన్న గిల్లి కజ్జాలతోపాటు తెలియని ఆస్పృశ్యత వారి మధ్య కనిపిస్తూనే ఉంటుంది.

అందుకే భార్యభర్తల అవధానికే ముందు స్నేహితులుగా మారమంటారు నిపుణులు కూడా! మీ బంధంలోనూ స్నేహానికి చోటివ్వాలనుదా? అయితే ఈ సూత్రాలను పాటించేయండి.

స్నేహి ఇబ్బంది. ఎంత ఔన్నత్యం అయినా కొన్ని విషయాల్లో సయమనం పాటించాలి అవునా? వాళ్లు చెప్పే వలకూ కొన్ని విషయాల జోలికి వెళ్లం. భార్య భర్తలూ

అంతే! ఇద్దరూ ఒకటే అయినా.. ప్రతి తెలియాలన్నట్లు

అంటే, వస్తువు లను వదే వదే తాకటం, వాసన చూడటం, ఊరికే నిరాశ చెడటం, చిన్న చిన్న శబ్దాలకూ చిరాకు పడుతుండటం. వంటి సమస్యల జారిన పడతారట. వాటికోపాలు మాటులు ఆలస్యంగా రావటం, ఆటిజం, గ్రెనక్లమ్ డిజార్డర్, ప్రవర్తనా సమస్యలు, నిద్రలేమి, ఏకాగ్రత లోపం, సమస్యలను పరిష్కరించే నైపుణ్యాలు లోపించటం, నెమ్మదిగా ప్రతిస్పందించటం.. వంటి లక్షణాలే వాళ్లలో కనిపిస్తాయట. అందుకే పరస్పరమేనైనా సరే.. పసిపిల్లల్ని వీటిజారిన పడకుండా చూసుకోవాలి. వీలైతే కనీసం పిల్లలకు మూడేళ్లు నుండే పరక్షనా టిపిల జోలికి వెళ్లకుండా చూసుకోవాలి. ఫోన్లు వాడాల్సి వస్తే పిల్లలకు దూరంగా ఉండి వినయోగిస్తేసమంచిది. ఇలా చేయగలిగితే బారి బంగారు భవిష్యత్తుకు మనం బాటలు వేసినట్లే. □

అనుక్షణం అంటి పెట్టుకొని ఉండాలన్న తపనా వద్దు. ఎక్కడానూ.. ఎంత దూరంలో ఉన్నా తన మనసుతో నా స్థానం ప్రత్యేకం అన్న భావనతో ఉంటే చాలు. ఒకరికోరకు దగ్గరగా ఉన్నప్పుడు ఆత్మీయంగా మెలగాలి. ఆధిరుమలు, వ్యావకాలు, స్నేహితులతో గడిపే సమయాన్ని ఇవ్వాలి.

దంపతులు స్నేహితులుగా మారాలి..



దీనివల్ల ఇద్దరి భావోద్వేగాలూ నియంత్రింపబడతాయి ఉంటాయి. వారి మధ్యా వాగ్వివాదాలు తగ్గతాయి. **లభ్యం చేసుకోవాలి...** స్నేహితుల మధ్య దాపరికాలు ఆరుదు. కష్టం, సుఖం ఏదైనా వారి ముందే బయట పెడతాం. అవతలివాళ్ల సమస్యల్ని త్వరగా గ్రహిస్తాం. అందగా నిలుస్తాం. అభిప్రాయాలు, ఆధిరుమలు వేరైనా.. వారి సరదాలు, సంతోషాలు, బాధలు అన్నింటల్లో తోడుండి భరోసానిస్తాం.

భార్యభర్తల అనుభంధంలోనూ ఇదే సూత్రాన్ని పాటించాలి. అవతలి వారికి నచ్చే విషయాలను మాట్లాడండి. బాధల్ని, సంతోషాల్ని పంచుకోండి. అన్నిసార్లూ సమస్యలకు పరిష్కారం దొరకాలనం లేదు. తోడున్నారన్న భరోసా దొరికినా చాలు.

ఈ తీరు అలవాటైతే మీ బంధం కూడా ఆనందంగా సాగుతుంది.

ఒకరికొకరుగా.. భారం ఒకరిపై పడుతుంటేనే కలహాలోస్తాయి. అందుకే నీవీ నావీ అంటూ కూర్చోక బాధ్యతలు బరువును ఇద్దరూ సమంగా పంచుకోవాలి. మంచిచెడులు చర్చించుకోవాలి. సీవల్లే.. సువ్వలా చేయడం వల్లే ఈ సమస్య అంటూ ఒకరినొకరు నిందించుకోవడం కాదు ఇబ్బంది ఏదైనా.

ఎవరి వల్ల వచ్చినా ఒకటిగా పరిష్కారాలు వెతకాలి. భేషజాలకు పోకుండా పొరపాటుకు క్షమాపణ చెప్పాలి. మన్నించగలగాలి. అవసరమైతే సర్దుకుపోవాలి. అప్పుడే ఆ సందర్భంలో సంతోషం వెల్లివిరుస్తుంది. □

తక్కువగా ఉంటుంది.

ఏం చేయాలి?

థైరాయిడ్ ను అదుపులో ఉంచుకోవడానికి.. కనీసం

మహిళల్లో థైరాయిడ్ సమస్య..

థైరాయిడిజంగా పరిగణించాలి.. అంటున్నారని నిపుణులు. అవతలి వారికి నచ్చే విషయాలను మాట్లాడండి. బాధల్ని, సంతోషాల్ని పంచుకోండి. అన్నిసార్లూ సమస్యలకు పరిష్కారం దొరకాలనం లేదు. తోడున్నారన్న భరోసా దొరికినా చాలు. ఈ తీరు అలవాటైతే మీ బంధం కూడా ఆనందంగా సాగుతుంది. భార్యభర్తల అనుభంధంలోనూ ఇదే సూత్రాన్ని పాటించాలి. అవతలి వారికి నచ్చే విషయాలను మాట్లాడండి. బాధల్ని, సంతోషాల్ని పంచుకోండి. అన్నిసార్లూ సమస్యలకు పరిష్కారం దొరకాలనం లేదు. తోడున్నారన్న భరోసా దొరికినా చాలు. ఈ తీరు అలవాటైతే మీ బంధం కూడా ఆనందంగా సాగుతుంది.

నెమ్మదిగా పనిచేయడం వల్ల క్యాంసర్ అంత త్వరగా కనగవు. అందుకే శరీరంలో కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. హైపో థైరాయిడిజంలో గుండె కొట్టుకునే వేగం కూడా

ఆరు నెలలకొసారి వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. డాక్టర్లు సూచించిన ప్రకారం మందులు వాడాలి. అలాగే ఆరోగ్యకరమైన ఆహార నియమాలను పాటించడమూ ముఖ్యమే. హైపో థైరాయిడిజం ఉన్నవారు బరువు అదుపులో ఉంచుకోవడం తప్పనిసరి. ఇందుకోసం పచ్చటి పోషకాహారం తీసుకోవడంతో పాటు వాకింగ్, యోగా లాంటివి చేయాలి.

ఎలాంటి ఆహారం మంచిది?

థైరాయిడ్ ఉన్న వాళ్లు క్యూబేబ్, క్యూబేబ్, బ్రాకలీ, సోయా, చికెన్, బిస్కెట్స్.. వంటి పదార్థాలకు దూరంగా ఉండాలి. అయిడిస్, జింకే, ఇనుము, కావర్, ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ ఆమ్లాలు.. ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. ఇవి ఆకుకూరలు, చేపలు, పుట్టగొడుగుల్లో ఎక్కువగా ఉంటాయి. రోజుకు 150 మి.గ్రాం అయిడిస్ తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలి. గర్భిణీలు, పాలిచ్చే తల్లులు.. సుమారు 200 మి.గ్రాం తీసుకోవడం మంచిది. □





షెమార్జోసిఫ్ను వరించిన ఐపిఎల్ ఛాన్స్!

న్యూఢిల్లీ: వెస్ట్‌ఇండీస్ సీరీస్‌లో అంచనాలకు మించి రాజీస్వన్న షెమారుజోసిఫ్పై ఐపిఎల్ ప్రాంతీయ ఫోటో పెరిగింది. మిస్ అయిందని భావిస్తున్న ఆతడికి ఐపిఎల్ ఛాన్స్ హడావుడిగా రావడంతో ఆతడి ఆటతీరుపై అందరికీ ఆసక్తిపెరిగింది. విండీస్ గజ్బాలో జరిగిన రెండో టెస్టులో ఆ జట్టు విశేష విజయం సాధించడం వెనుక షెమారు జోసిఫ్ కీలకం అయ్యాడు. ఆసీస్ పతనాన్ని షెమారుజోసిఫ్ శాసించాడు. ముందురోజు బ్యాటింగ్‌లో స్ట్రైక్ చేసిన యార్కర్ బలంగా తాకి బోటనవేలు విరిగినా వివరీజు బౌలింగ్‌కు వచ్చి ఏడు వికెట్లప్రదర్శనతో విండీస్‌ను గెలిపించాడు. దీనితో ఆతడిపేరుప్రపంచ క్రికెట్‌లో మారుమోగింది. 28 ఏళ్ల విరామం తర్వాత ఆస్ట్రేలియాలో వెస్ట్‌ఇండీస్ ఓటెస్టువ్యాప్త నెగ్గడంతో ఆదేశ దిగ్గజాలు భావోద్వేగానికి గురయ్యాయి. షెమార్పై ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. స్టీవ్ వా అయితే టెస్టుక్రికెట్‌ను రక్షించేందుకు వచ్చిన సేవియర్ అంటూ షెమార్‌ను కొనియాడాడు. గయానా దీవులస్థని మారుమూలగామంలోపుట్టిన షమార్ 2018 ముందువరకూ ఆగ్రామూనికిఫోస్ట్ ఇంటర్మీడియాటా లేదు. చిన్నతనంలో మొద్దులు సరికేపనికివెళ్లేవాడు. సెక్యూరిటీ గార్డుగా, నిర్మాణకంపెనీ సూపర్వైజర్‌గాచేస్తూనే క్రికెట్‌సాధనచేసాడు. రొమానియా పెవర్‌నడ ఆతడి ట్యాలెంట్‌మాని జట్టుకు రిఫర్‌చేసాడు. దేశవాళీక్రికెట్‌లోకి వచ్చిన షమార్ వేగంగా ఎదిగాడు. విండీస్ జాతీయ జట్టులోకి వచ్చేసాడు. ఇప్పుడు ఎల్‌ఎస్ఐ జట్టు ఆతడికి ఛాన్స్ ఇచ్చింది. తొలిసీజన్‌కోసం ఆతడికి మూడుకోట్లతో ఒప్పందంచేసుకుంది.

పిడుగుపాటుకు మైదానంలోనే ఫుట్‌బాలర్ మృతి

జకార్తా: మైదానంలో ఫుట్‌బాల్ ఆడు తున్న క్రీడాకారుడిపై హఠాత్తుగా పిడుగు వడటంతో అక్కడికక్కడే చనిపోయాడు. ఇండోనేసియాలోని ఎఫ్‌బిఐ సబంగ, బాడుంగ్‌ఫుట్‌బాల్ క్లబ్‌జట్టుమధ్య ఇటీవలే ఫ్రెండ్‌షిప్‌వ్వ రుచిగింది. గోల్ కోర్స్లో దుకు ఇరుజట్టు ఆటగాళ్లు తీవ్రంగా ప్రయత్నిస్తున్నారు. పోటాపోటీగా ఎటాకోచేస్తున్నారు. ఈ క్రమంలోనేమైదానంలో ఉన్న సబంగ్ ఆటగాడిపై పిడుగు పడింది. దీనితో అప్పటివరకూ ఉత్సాహంగా మైదానంలో కదిలిన సదరు ఆటగాడు అచేతనంగా పడిపోయాడు. ఇది గమనించిన తోటిప్లేయర్లు ఆతడిని హఠాహుటిన ఆసుపత్రికి తరలించారు. అయితే అప్పటికే సదరు ఫుట్‌బాలర్ ప్రాణాలు కోల్పోయాడని వైద్యులు తెలిపారు. ఈప్రమాదానికిసంబంధించిన విడియో ఫుట్‌బిలు నెట్టింబ వైరల్ అయ్యాయి. బాధాకరమైన వీడియో అంటూ పలువురు నెటిజన్లు సంతాపం తెలిపారు.

పేటిఎం పేమెంట్స్ బ్యాంకు డైరెక్టర్ గుడ్ బై

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 12: పేటిఎం పేమెంట్స్ బ్యాంకు లిమిటెడ్ నుంచి స్వతంత్ర డైరెక్టర్ మంజూ అగర్వాల్ రాజీనామా చేశారు. గతకొన్ని రోజులుగా వస్తున్న వార్తలను సోమవారం పేటిఎం బ్రాండ్ మాత్రం సంస్థ వన్97 కమ్యూనికేషన్స్ ప్రచురించింది. వ్యక్తిగత కారణాల వల్ల ఫిబ్రవరి 1 నుంచి ఆయన వైదొలిగినట్లు పేర్కొంది. అంతకుముందు ఆరేట్ర ఆంక్షల నేపథ్యంలో ఆయన



బాధ్యతల నుంచి తప్పుకొన్నట్లు తెలిసింది. మరోవైపు నియంత్రణాపరమైన అంశాలు, నిబంధనలను కంపెనీ అమలు చేసేలా ఓ అడ్వైజరీ కమిటీని ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు పేటిఎం శుక్రవారం వెల్లడించింది. దీంతో ఐసిఎఐ మాజీ అధ్యక్షుడు ఎం.ఎం.చితలే, ఆరేట్ర అంపిక చేసిన బ్యాంకింగ్ కోడ్స్ అండ్ స్టాండర్డ్స్ బోర్డ్ గవర్నింగ్ కౌన్సిల్ మాజీ సభ్యుడు ఉంటారని తెలిసింది. బ్యాంకింగ్ నిపుణులు ఆర్.రామచంద్రబే వంటి వారు కూడా సభ్యులుగా ఉంటారని వెల్లడించింది. పిపిబిఎల్పై ఆరేట్ర ఆంక్షలు విధించిన విషయం విదితమే. 2024 ఫిబ్రవరి 29 నుంచి డిపాజిట్లను స్వీకరించొద్దని ఆదేశించింది. వినయోగద్దార్ ఖాతాలు, ప్రీ పెయిడ్ ఇన్‌స్ట్రుమెంట్‌లు, వాలెట్‌లు, ఫాస్ట్‌ట్యాగ్‌లు, నేషనల్ కామన్ మొబిలిటీ (ఎన్‌సీఎంసీ) కార్డులు తదితరాల్లో క్రెడిట్ లావాదేవీలు లేదా టాప్‌అప్‌లు కూడా చేయద్దని తెలిపింది. పిపిబిఎల్ కార్యకలాపాలపై బయటి ఆడిటర్లు పూర్తిస్థాయిలో ఆడిట్ చేసిఇచ్చిన నివేదిక ఆధారంగానే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు పేర్కొంది. సంస్థ కౌన్సిల్ నిబంధనలు ఉల్లంఘించిందని, లోపాలు ఉన్నాయని ఆడిట్‌లో తెలిసినందున సంస్థపై మరింతగా పర్యవేక్షణ చర్యలు చేపట్టాల్సి వస్తోందని వెల్లడించింది.

శ్రీలంక, మారిషస్‌కూ యుపిఐ సేవలు

న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 12: అంతర్జాతీయ ప్రయాణికుల సౌలభ్యం కోసం యుపిఐ సేవలను ప్రభుత్వం క్రమంగా విదేశాల్లోనూ ప్రారంభిస్తోంది. ఇటీవలే ఫ్రాన్స్‌లో మొదలైన వీటిని తాజాగా శ్రీలంక, మారిషస్‌కూ విస్తరించింది. ఈ సందర్భంగా సోమవారం ఏర్పాటు చేసిన చర్చువల్ సమావేశంలో మారిషస్ ప్రధాని ప్రవింద్‌కుమార్ జగన్నాథ్, శ్రీలంక అధ్యక్షుడు రణిల్ విక్రమ సింఘేతో కలిసి ప్రధానమంత్రి మోడీ పాల్గొన్నారు. మారిషస్ లో రూపే కార్డులను సైతం ప్రారంభించడంవిశేషం. శ్రీలంక, మారిషస్ ప్రజలతో భారతీకున్న ప్రత్యేక సంబంధాల దృష్ట్యా ప్రారంభిస్తున్న యుపిఐ సేవలు చాలా మందికి ప్రయోజనం చేకూరుస్తాయని ప్రధాని



కామలయం ఓ ప్రకటనలో తెలిపింది. ఎలాంటి అడ్డంకులకు లేని డిజిటల్ లావాదేవీలకు ఇది దోహదంచేస్తుందని పేర్కొంది. తద్వారా డిజిటల్ అనుసంధానం సైతం మెరుగవుతుందని చెప్పింది. ఇకపై భారత్‌నుంచి శ్రీలంక, మారిషస్ కు వెళ్లేవారు యుపిఐతో చెల్లింపులు చేయొచ్చు. మారిషస్ నుంచి భారత్‌కు వచ్చేవాళ్లకూ సేవలను ఉపయోగించుకోవచ్చు. త్వరలో మారిషస్ బ్యాంకులు రూపే కార్డులనూ జారీ చేయొచ్చు. వాటిని ఆ దేశంతో పాటు భారత్‌లోనూ ఉపయోగించుకునే వెసులుబాటు ఉంటుంది. ఫ్రాన్స్ లోని ప్రఖ్యాత షఫర్ టవర్‌ను సందర్శించే పర్యాటకులు యుపిఐ ద్వారా రుసుమును చెల్లించే సౌలభ్యాన్ని భారత్ ఫిబ్రవరి 2న ప్రారంభించింది. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి ఫ్రాన్స్ మంత్రి ప్రిన్సా డెవెన్ హాజరయ్యారు. యుపిఐని ప్రపంచ మంతలా వ్యాపించేయాలన్న మోడీ స్వప్నం సాకారమవుతోందని ఫ్రాన్స్‌లోని భారత్ రాయ్ బార కామలయం ఏక్స్‌లో పేర్కొంది. ఫ్రాన్స్‌తో పాటు ఐరోపాలోని మరిన్ని దేశాల్లోనూ పర్యాటక, రైల్వే రంగాలకు ఈ చెల్లింపుల విధానాన్ని విస్తరించనున్నట్లు తెలిపింది.

టీమిండియాకు రాజ్‌కోట్‌లో రాజభోగాలు



రాజ్‌కోట్: టీమిండియా ఇంగ్లండ్‌మధ్య మూడో టెస్టువ్యాప్త గుజరాత్ లోని రాజ్‌కోట్‌లో జరుగుతున్నందున సౌరాష్ట్ర క్రికెట్‌స్టేడియం కిటకిటలాడుతుందని అభిమానులు ధీమాగా ఉన్నారు. ఇప్పటికే ఐదు మ్యాచ్‌ల సిరీస్‌లో రెండు జట్లు సమంగా ఉన్నాయి. ఈనెల 15నంచి టీమిండియా ఇంగ్లండ్ మధ్య మొదలుకానున్న మూడో టెస్టు ఇరుజట్టుకు ప్రతిష్టాత్మకంగా మారింది. సిరీస్‌లో మరో ముందడుగువేయాలంటే ఈమ్యాచ్‌లో తప్పక గెలవాలని రోహిత్‌షేన్ స్ట్రైక్స్‌బృందం పట్టుదలగా ఉన్నారు. ఇప్పటికే పలువురు ఆటగాళ్లురాజ్‌కోట్‌కు చేరారు. క్రికెటర్లు



బనచేసిన సయాజీ హోటల్‌లో వారికోసం ప్రత్యేకంగా తయారుచేయిస్తున్న వంటకాలకు సంబంధించిన వివరాలు నెట్‌లో వైరల్ అవుతున్నాయి. క్రికెటర్ల మెనులో సాంప్రదాయ వంటకాలు ఫప్టా, జిలేబీ, ఖాత్రా, గతియా, తెప్పా, ఖమన్‌లతోపాటు కతియావాడి భోజనంలోభాగంగా దహీ తికరీ, వఘ్‌రెలా రోట్స్ (పెరుగు వెల్లుల్లి కలిపి బజ్రా రోటీని పైచేస్తారు) వంటి వాటినిచేర్చారు. సయాజీ హోటల్‌లో టీమిండియా కెప్టెన్ రోహిత్‌వర్మ, వికెట్‌కీపర్బ్యాట్‌ర్ కెఎల్‌రాహుల్ బనకోసం ప్రత్యేకంగా రాయల్‌సూట్లు కేటాయిం చినట్లు తెలుస్తోంది. ఇతర క్రికెటర్లకు కూడా అధునాతన వసతులన్న గదులు కేటాయించారు. ఇంగ్లండ్‌తో మిగిలిన మూడు టెస్టులకు బీసిసిఐ ఇటీవలే జట్టునుప్రకటించింది.



సీఎస్కేకు బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా ఖత్రినా!

చెన్నై: ఇండియన్‌ప్రీమియర్‌లీగ్ ప్రాంబైజీ చెన్నై సూపర్‌గింట్స్‌కు బాలివుడ్ బ్యూటీ ఖత్రినాఖ్తే ప్రచారకర్తగా వ్యవహరించనున్నది. ఇప్పటికే ఎతిహార్ ఎయిర్‌వేస్‌తో చెన్నై తమ యజ్ఞర్పి స్వాస్థ్యర్‌షిఫ్ట్ ఒప్పందంచేసుకోగా అదే ఎతిహార్ ఎయిర్‌వేస్‌కు బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా ఉన్న కైఫ్ సీఎస్కేకు సైతం ప్రచారం నిర్వహించనున్నది. అయితే ఈ అంశాన్ని సీఎస్కే మేనేజ్‌మెంట్ ధృవీకరించాల్సి ఉంది. ధూమ్ బైగర్ జిందాహై, బాంగ్ బాంగ్ సింగ్ ఈజ్ కింగ్ వంటిసినిమాలతో పాపులర్ అయిన కత్రినా బాలివుడ్ హీరో ఉర్రుపేమ్ విక్రీకౌశల్‌ను 2021లో పెళ్లిచేసుకుంది. కాగా ఐపిఎల్ 17వ సీజన్‌ను మార్చి 23నప్రారంభించేందుకు బీసిసిఐ సన్నాహకాలుచేస్తోంది. ఈసారి చెన్నై డిఫెండింగ్ ఛాంపియన్‌గా బరిలోకి దిగనుంది అమ్మదాబాద్‌లోజరిగిన ఫైనల్‌లో ధోనీ సేన గుజరాత్ టైటాన్స్‌పై ఐదు వికెట్ల తేడాతో గెలుపొందింది. ఐదోసారి ఛాంపియన్‌గా అవతరించి ముంబయి ఇండియన్స్ రికార్డును సమంచేసింది. చెన్నైకు రికార్డుట్రోఫీలు అందించిన కెప్టెన్ మహేంద్రసింగ్‌ధోనీ కెరీర్‌లో చివరిసీజన్‌కు సిద్ధమవుతున్నాడు. 41 ఏళ్ల ధోనీ 2024 ఎడిషన్‌తో ఐపిఎల్‌కు గుడ్ బై చెప్పతాడన్న వార్తలు పెరిగాయి.



భారత ప్రభుత్వం

ఆధునిక వ్యవసాయం, రైతుల సంపన్న సాభాగ్యం

మోడీ ప్రభుత్వం యొక్క గ్యారెంటీ

PM కిసాన్

సంపూర్ణ సాఫల్య సారధ్యం

12-21 ఫిబ్రవరి, 2024

ఉద్యమం యొక్క ప్రధాన ముఖ్యాంశాలు

21వ ఫిబ్రవరి వరకు ఈ ఉద్యమం నడుస్తుంది

CSC సహకారంతో ఈ ఉద్యమ యాత్ర నడిపే లక్ష్యం వదిలి పెట్టబడిన రైతుల యొక్క eKYC పూర్తి చేయడం

గ్రామీణ స్థాయిలో ఈ ప్రత్యేక ఉద్యమ నిర్వహణ వలన దేశవ్యాప్తంగా 76 లక్షల రైతుల కంటే ఎక్కువగా ప్రత్యక్ష ప్రయోజనం

11 కోట్ల కంటే ఎక్కువగా రైతు కుటుంబాలకు రూ.2.80 లక్షల కోట్లు కంటే ఎక్కువగా బదిలీ అవుతోంది



ఈ పథకం క్రింద ఇప్పటికే

11.80 కోట్ల

రైతు కుటుంబాలు ప్రయోజనం పొందాయి

మిగిలిన అర్హులైన రైతులు నమోదు పొందడానికి దగ్గరలోని CSC లేదా PM కిసాన్ పోర్టల్‌ను దర్శించవచ్చు

మన సంకల్పం వికసిత భారత్

pmkisan.gov.in

రైతుల కొరకు అంకితమైన పోర్టల్

pmkisan.gov.in

PM కిసాన్ హెల్ప్‌లైన్

155261






AgriGol

cbc 01101/13/0013/2324