

కరెంటు 'షాక్'

విద్యుత్తరంగం మరో అప్పల కుప్ప
మొత్తం రుణభారం రూ.81,516 కోట్లు
డిస్కం అప్పలు రూ.62,461కోట్లు
ప్రభుత్వ రంగ సంస్థల బకాయిలు రూ.28,842 కోట్లు
గత సభ్యుడు నిర్లక్ష్యం వల్లే అప్పటికే డిస్కంలు

అసెంబ్లీలో శ్లేషపత్రం విడుదల చేసిన ద్విస్వర్గ సీనియర్ భట్టి హైదరాబాద్, డిసెంబరు 21 ప్రభాతపార్వ: రాష్ట్రంలో ప్రస్తుత విద్యుత్ రంగ అర్థిక వర్తిపై ప్రమాదకర స్థితిలో ఆంధోజననరంగా ఉందని ద్విస్వర్గ సీనియర్ భట్టి విశ్లేషించారు. గురువారం అసెంబ్లీలో తెలంగాణ రాష్ట్ర విద్యుత్ రంగంపై శ్లేషపత్రం విడుదల చేసి లక్షలు వర్షపు ధార ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా భట్టి విశ్లేషణను ముగిస్తూ, గత ప్రభుత్వ ఆధీనపడటం, నిరర్థక

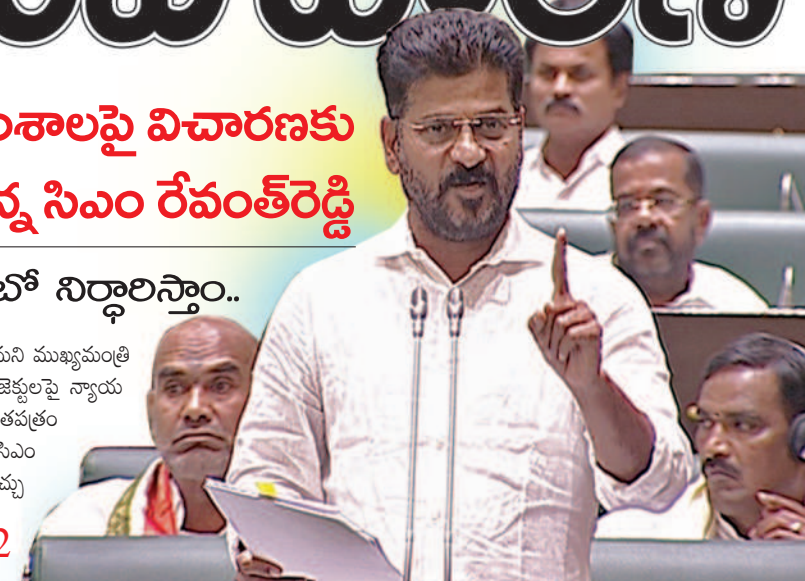


విద్యుత్ ప్రాజెక్టులపై న్యాయవిచారణ

మూడు అంశాలపై విచారణకు
ఆదేశిస్తున్నట్లు పేర్కొన్న సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

పూర్తిస్థాయిలో స్కానింగ్ చేస్తాం.. అసలు రోగమేమిటో నిర్ధారిస్తాం..

హైదరాబాద్, డిసెంబరు 21 ప్రత్యేకవార్త: విద్యుత్తుకు సంబంధించిన మూడు అంశాలపై స్వార్థవిచారణ జరిపేసామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టపేశారు. వచ్చేసంవత్సరం కొనుగోలు బియ్యం, ఖిలాఫా, రంగారాజు డిరక్టర్ విద్యుత్ ప్రాజెక్టులపై స్వార్థ విచారణకు ప్రత్యేకంగా సిద్ధంగా ఉండండి అని ఢిల్లీలో ప్రకటించారు. విద్యుత్ రంగంలో ఆసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టిన శ్రేష్టతపైతరం పై వర్తన ఎదురుదాగా విద్యుత్తు రంగంలో పనిచేసే విచారణ జరిపేసామని మాజీ మంత్రి జగన్మోహన్ రెడ్డి పాల్గొని సంగంబించారు. ఈ సందర్భంగా స్వార్థ విచారణకు అదేసమస్యలపై పేర్కొన్నారు. తమ శక్తిక తప్పినామని కప్పొప్పును కనీసా ఎదురుదాగా చేసేస్వార్థమని బిజినెస్ నేతలు అనుకుంటున్నారని రేవంత్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. ఈనెలలో ప్రతిపక్ష పాతాళాను నభమించిన ఉంచి వర్గంవేయడం తరువాత విద్యుత్ సరఫరాలో గత ప్రభుత్వం



27ನೆ ಸಿಂಗರಣಿ ಎನ್ನಿಕಲು

హైకోర్టు ఆదేశం

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 21, ప్రభుత్వవార్త: సంగం జీ గుర్తింపు సంఘం ఎన్నికలకు హైకోర్టు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. నోటిఫికేషన్లో ప్రకటించిన విధంగానే ఈ నెల 27న ఎన్నికలు జరగనున్నాయి. ఎన్నికలు వాయిదా వేయాలన్న ప్రభుత్వ పిటిషన్ ను కోర్టు కొట్టివేసింది. ఈ మేరకు హైకోర్టు గురువారం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. కొత్త ప్రభుత్వం ఏర్పడినందున పోలింగ్ సిబ్బంది, కేంద్రాల ఏర్పాటుకు కొంత



హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 21 , ప్రభాతవార్త:
శాసనసభలో గురువారం విద్యుత్త రంగం పై జరిగిన చర్చ రచ్చకు దారితీసింది. ప్రధాన ప్రతిపక్ష సభ్యులు వెటోలోకి దూసుకుపోయి స్పీకర్ ఆగ్రహానికి గురయ్యారు. కాంగ్రెస్ సభ్యుడు కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి, మజిలీ మంత్రి, బీజేపీ ఎస్ సభ్యుడు జగదీష్ రెడ్డి మధ్య వాగ్వాదం జరిగింది. కూడా రెండింటిలోనూ, అందుకే తనకు బాధ

బిఆర్ఎస్ నేతలకు
జైలు ఖాయం

ಅಸೆಂಬ್ಲಿಯಲ್ಲಿ ಎಮ್ಮೆಲೈ ರಾಜಗೊಪಾಲ್‌ರೇಡ್ಡಿ

ఏ విచారణకైనా సిద్ధం: మాజీ మంత్రి జగదీశ్‌రెడ్డి
వెల్‌లోకి దూసుకెళ్ళిన సభ్యులు

వ్యక్తిగత విమర్శలు వద్దంటూ పోచారం హితవు

విద్యుత్ అవినీతిపై బ్రహ్మదేవుడు హుందాగా వ్యవహరించాలని
ఉందని కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ సీకర్ పోచారం శ్రీనివాసరెడ్డి కు



రెడ్డి ఆలోచించగా, ఏ వివరణకైనా సిద్ధు
మని జగదీశ్ రెడ్డి ప్రకటించారు. వీరిద్దరు
మధ్య వ్యాపారం జరుగుతుండగా బీఆర్ఎస్
సభ్యులు వెల్లోని దూసుకుపోయారు.
మరోపైపు బీఆర్ఎస్ సభ్యుడు కొంట్ రెడ్డి
అధికార కాంగ్రెస్ సభ్యులు సవాళ్లు విసురు
కున్నారు. సభా మార్గాధిపతి పాటింబాలాని
గట్టి గడ్డం ప్రసాద్ మామిడి, మామిడి
దా వ్యక్తిగత విమర్శలు చేసుకోవద్దని

మరో ముగ్గురు కాంగ్రెస్ ఎంపీల సస్పెన్షన్

లోక్సభ నిరవధిక వాయిదా

[illegible]

RENAULT TRIBER

life on demand

లాభాలు ₹50 000/- వరకు[#]

discover now



ట్రైబ్ మోడ్ - 7 సీటర్

కూల్ సెంటర్ కనోత్

20.32 cm టచ్ స్క్రీన్ mediaNAV ఇమోల్ట్యాషన్



for a test drive, call on 1800 315 4444. select variants available in CSD. special offers for defence personnel, government, PSU and corporate employees. for bulk enquiries, contact corpsales@renault.com

for further details, connect on renault.co.in

Terms and conditions apply. #advantages up to ₹60,000/- (subscriber include cash benefits up to ₹20,000/-, on select variants, exchange benefits up to ₹20,000/-, on select variants & loyalty cash benefits up to ₹10,000/-, on select variant corporate/PSU/defence personnel/government employee/professional benefits applicable on each model on a basic eligibility of the customer and based on submission of required proof by the customer, price valid on the date of purchase, for detailed offers, visit www.renault.co.in/offers. Renault India Pvt. Ltd. reserves the right at its absolute discretion to terminate this scheme or vary, delete or add to any of these terms and conditions from time to time without notice or limitation. Offers may vary across variants and cities. model/accessories shown may not be a part of the standard fitment, the color in the image may vary slightly from the actual color of the product. the above mentioned offers & benefits are valid till 31st December 2023 and can be availed exclusively through Renault dealerships. Renault India Pvt. Ltd. shall not be liable for any loss or damage arising from your failure to comply or understand the offer details. In the event of any dispute, all matters shall be governed by all applicable laws of India and court at Gurgaon shall have exclusive jurisdiction. For detailed terms and conditions, please visit www.renault.co.in

SHOWROOMS: TELANGANA: KHAMMAM: RENAULT Khammam Mob: +91 8527234093. **SATHUPALLY:** RENAULT Sathupally Mob: +91 8130499615. **KOTHAGUDEM:** RENAULT Kothagudem Mob: +91 7428439271. **MAHABUBABAD:** RENAULT Mahabubabad Mob: +91 9311341235.



గురువారం పార్లమెంటు ఆవరణలో ఆందోళన చేస్తున్న విపక్ష ఎంపీలు

మరో ముగ్గురు కాంగ్రెస్ ఎంపీల సస్పెన్షన్

» ఆనంతరం సభను నిరవధికంగా వాయిదా వేస్తున్నట్లు లోక్‌సభ స్పీకర్ ఓం బిర్లా ప్రకటించారు. ముందుగా నిర్ణయించిన షెడ్యూల్ కన్నా ఒకరోజు ముందుగానే లోక్‌సభ సమావేశాలను ముగించారు. తొలుత గురువారం లోక్‌సభ కార్యక్లాపాలు ప్రారంభం కాగానే పెద్ద సంఖ్యలో విపక్ష ఎంపీలను సస్పెండ్ చేయడంపై ఈ ముగ్గురు ఎంపీలు నిరసన తెలిపారు. ప్రశ్నికృతాల సమయంలో సభలో ప్లకార్డులు ప్రదర్శించడంతో పాటు వెల్‌లోకి దూసుకెళ్లారు. దీంతో స్పీకర్ ఓం బిర్లా వారికి పలుమార్లు విజ్ఞప్తి చేసినా విసవహోపదంతో పార్లమెంటురి వ్యవహారాల మంత్రి ప్రహ్లాద్ జోషి, ఈ ముగ్గురు ఎంపీల సస్పెన్షన్‌ను సంబంధించి తీర్మానం చేయడంతో ఈ ముగ్గురు ఎంపీలపై సాక్షి పడింది. ఇటీవల లోక్‌సభలో భద్రతా వైఫల్యంపై చర్చించాలని, కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా ఈ అంశంపై ప్రకటన చేయాలని విప్లజ్వ డిమాండ్ చేస్తున్న విషయం తెలిసిందే.

విద్యుత్ ప్రాజెక్టులపై న్యాయవిచారణ

» ముందు రాలేదన్నారు. విద్యుత్ రంగాన్ని పూర్తిస్థాయిలో స్వాగ్నే చేసి సభ ముందు ఉంచుతామన్నారు. గత ప్రభుత్వం తప్పులను అవగాహన రాబాట్ల్యం తో చేసిందా? లేదంటే ఉద్దేశ్యపూర్వకంగా చేసిందా అనేది న్యాయవిచారణలో తేలుతుందన్నారు. మాజీ మంత్రి జగదీశ్వర్‌రెడ్డి సవారను స్వీకరిస్తున్నారనని, ఆయన కోర్టుకున్నట్లే న్యాయ విచారణ చేయాలన్నట్లు చెప్పారు. చట్టస్పర్షద విద్యుత్ ఒప్పందం లోపభద్రాయిష్టంగా ఉందని, భద్రాద్రి పవర్ ప్రాజెక్టులో రూ.వేల కోట్లు అవినీతి జరిగిందని, యాద్రాద్రి ప్రాజెక్టు ఎనిమిది సంవత్సరాలుగా పూర్తికా లేదన్నారు. ఈ మూడింటిపై విచారణ జరిపించనున్నట్లు సిఎం వెల్లడించారు. రెంటు అనే సెంటిమెంట్‌ను గత ప్రభుత్వం ఆర్థిక అవసరాలకు వాడుకుంద న్నారు. అత్యవసరమయినా టెండర్లు లేకుండానే చట్టస్పర్షదతో గత ప్రభుత్వం విద్యుత్ కోసాన్ని ఒప్పందం చేసుకుందని సిఎం రేవంత్‌రెడ్డి అన్నారు. దానిపై ఆసెంబ్లీలో తాము గతంలోనే చెప్పి ప్రయత్నం చేస్తే, మార్చులో బయటకు పంపించారన్నారు. ఈ విషయంలో తెలంగాణకు చెందిన ఒక అధికారి వాస్తవాలు చెబితే సదరు అధికారి హోదా తగ్గింది మారుమూల ప్రాంతాలకు పంపించారన్నారు. చట్టస్పర్షదతో 2014 నవంబరు 3న జరిగిన 1000 మాలా వాట్లు ఒప్పందం వల్ల ప్రజలపై రూ.1326కోట్లు భారం పడిందన్నారు. యాదాద్రి ధర్మల్ పవర్ ప్రాజెక్టుపై విచారణ జరిపిస్తామన్నారు. బద్రాణ ప్రాజెక్టులో భార

SINGAM KUIL VIOLET THURSDAY		ROSA DEAR PLATINUM THURSDAY	
DrawDate on:21/12/23		DrawDate on:21/12/23	
DAY - SINGAM SERIES Dr No:218	DAY - KUIL SERIES Dr No:218	DAY - ROSA SERIES Dr No:218	DAY - DEAR SERIES Dr No:218
1st Prize Rs.100000/- 143120	1st Prize Rs.100000/- 266757	1st Prize Rs.100000/- 756431	1st Prize Rs.100000/- 345929
2nd Prize Rs.7000/- 34901	2nd Prize Rs.7000/- 21018	2nd Prize Rs.7000/- 99408	2nd Prize Rs.7000/- 27930
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-
01105 17650 42980 73426 76306	26679 28405 28755 57692 78098	12766 13119 21516 36919 55672	01034 03864 26203 28751 33525
83252 84964 88146 98151 99619	83574 85093 92969 93312 94149	59465 60913 74260 80075 98173	34304 62291 74628 94705 98627
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-
0021 1847 2816 3174 3843 4253 5817	0219 1423 1468 2668 2905 3409 5497	1268 2104 2973 3967 4203 5402 6594	0685 2062 3341 3641 4692 5808 6667
6180 6877 8735	6144 8069 8646	9075 9372 9810	7406 9091 9668
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-
0566 2325 2790 3084 4606 4665 4704	0570 1187 1417 1573 2095 3808 5241	0054 0381 2012 2350 4512 5617 6359	0046 2144 5394 7029 7288 7291 7644
6558 6226 8404	6066 6759 7435	6738 7433 9822	7662 8009 9148
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-
0209 1510 3375 4814 6175 7165 8467	0067 1114 2909 5098 7263 8381 9193	0092 2032 3047 4490 5880 7604 9030	0074 1242 2389 3529 5663 7616 9325
0277 1588 3433 4843 6339 7221 8593	0291 1243 2910 5481 7449 8615 9222	0176 2112 3070 4554 6004 7682 9101	0092 1310 2447 3626 5817 7636 9349
0292 1831 3562 4931 6468 7264 8618	0329 1324 2949 5660 7644 8698 9376	0292 2124 3328 4696 6115 7894 9172	0184 1385 2541 3735 6231 7876 9369
0301 2104 3571 5059 6485 7350 8692	0332 1359 3059 5837 7662 8776 9758	0366 2217 3359 4799 6325 8158 9314	0197 1585 2737 3786 6397 7900 9405
0472 2131 3639 5102 6629 7627 8801	0430 1426 3099 6088 7782 8786 9794	0371 2220 3485 4900 6599 8213 9326	0255 1656 2751 3848 6445 8141 9425
0494 2237 3947 5358 6659 7343 8887	0456 1627 3671 6151 7795 8797 9841	0545 2263 3581 4901 6630 8219 9558	0278 1850 2771 4076 6825 8203 9483
0536 2268 4071 5399 6729 7744 9229	0494 1831 3684 6161 7804 8856 9873	0597 2437 3602 4958 6654 8363 9638	0384 1971 2824 4527 6924 8313 9499
0596 2422 4338 5475 6814 7880 9310	0499 1962 3695 6211 7846 8857 9915	0661 2455 3777 5190 6745 8405 9646	0501 2038 2930 4684 6960 8363 9625
0854 2542 4475 5599 6833 7889 9355	0606 1996 3735 6275 7898 8945 9942	0736 2508 3795 5191 7044 8454 9739	0525 2078 2944 4989 7122 8391 9641
0859 2582 4524 5621 6871 7952 9853	0621 2138 3922 6579 7958 8973 9974	0853 2684 3830 5244 7135 8481 9963	0674 2160 3041 5053 7163 8468 9747
1014 2603 4548 5769 6993 9917	0646 2233 4110 6976 7998 9070	0996 2700 3854 5313 7235 8709	0875 2172 3256 5064 7313 8510
1087 2758 4595 5812 7065 8036	0781 2324 4817 7001 8105 9089	1006 2733 3931 5471 7272 8757	0982 2231 3413 5532 7394 8706
1133 3193 4625 5840 7123 8188	0911 2509 4838 7110 8221 9109	1746 2949 4246 5583 7338 8834	1033 2284 3473 5585 7519 8717
1132 3275 4675 5850 7133 8382	0960 2613 4903 7161 8249 9111	1903 3003 4272 5752 7374 8942	1122 2361 3506 5600 7556 8774
1413 3286 4707 6174 7146 8409	1038 2851 4990 7253 8358 9120	2025 3025 4469 5826 7537 8967	1201 2372 3507 5646 7561 9184

THANGAM VAIRAM GAME THURSDAY		NALLANERAM MANT GAME THURSDAY	
DrawDate on:21/12/23		DrawDate on:21/12/23	
DAY - THANGAM SERIES Dr No:218	DAY - VAIRAM SERIES Dr No:77	DAY - MANI SERIES Dr No:77	
1st Prize Rs.100000/- 518568	1st Prize Rs.50000/- 479497	1st Prize Rs.50000/- 843720	
2nd Prize Rs.7000/- 92279	2nd Prize Rs.7000/- 85373	2nd Prize Rs.7000/- 23481	
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	
00079 06305 06709 28335 36718	19576 25154 34471 46331 58938	00023 40334 41136 69637 77335	
44502 50254 52902 67267 87113	73721 82645 85975 92854 94674	84763 86323 92904 96597 97563	
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	
1802 1863 2618 4262 7837 7890 8100	2270 4054 4443 4446 6295 6668 6904	0384 1234 1285 1287 1765 1974 2685	
8161 9127 9354	7075 9388 9432	3654 3873 4918	
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	
0462 1455 1587 2766 3108 3410 4068	7429 0808 1206 2101 2623 3499 3812	1061 3006 6980 7099 7308 7611 7756	
6454 9288 9971	0940 8937 9120	8673 9127 9826	
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	
0234 2317 3623 5177 6943 8249 9038	0026 1452 3625 5053 6839 8248 9054	0007 1783 3441 4434 6259 7865 8705	
0212 2440 3894 5346 6987 8417 9084	0062 1543 3290 5134 6847 8305 9131	0008 1816 3463 4648 6333 7938 8801	
0446 1942 2914 4536 5574 7397 8799	0164 1560 3308 4736 5995 7187 8855	0408 1865 3505 4921 6388 7983 8965	
0537 1925 2990 4548 5719 7534 8993	0184 1610 3349 4744 6205 7381 8870	0522 2161 3660 5049 6704 8002 9088	
0742 2491 4175 4852 7106 8443 9543	0560 1656 3545 5562 6989 8572 9355	0565 2169 3827 5122 6858 8092 9046	
0870 2550 4307 5512 7244 8531 9621	0857 1674 3561 5609 7139 8579 9375	0585 2185 3313 4877 6199 7926 9782	
0928 2625 4332 5538 7254 8561 9659	0863 2022 3876 5672 7156 8589 9672	0577 2323 3857 5285 6945 8154 9148	
1010 2722 4652 5698 7359 8619 9767	0935 2119 3934 5696 7205 8649 9748	0660 2571 4037 5318 7210 8207 9277	
1220 2845 4680 5759 7410 8642 9856	0954 2256 4073 5802 7606 8699 9784	0865 2594 4078 5492 7318 8244 9476	
1417 2905 4848 5902 7477 8712 9873	0961 2351 4182 5896 7320 8755 9794	1142 2765 4096 5741 7354 8335 9523	
1441 2975 4886 5929 7654 8768	0994 2678 4285 5657 7573 8817 9917	1232 2788 4233 5753 7392 8598 9426	
1590 3001 4886 6011 7765 8820	1052 2721 4294 6594 7801 8822	1249 2804 4289 5860 7428 8445	
1643 3203 4903 6230 7968 8368	1106 3008 4842 6603 7922 8886	1379 2817 4311 5898 7429 8467	
2184 3435 4963 6312 8170 8840	1212 3014 4486 6619 7927 9011	1508 2954 4362 5996 7514 8499	
1627 3466 5098 6701 8237 9023	1220 3071 4158 6767 8128 9015	1547 3137 4386 6164 7619 8628	
	1369 3234 4556 6828 8187 9016	1574 3332 4044 6170 7801 8680	

KUMARAM VISHNU FIRE THURSDAY		SWARNALAXMI LION SILVER THURSDAY	
DrawDate on:21/12/23		DrawDate on:21/12/23	
DAY - KUMARAM SERIES Dr No:218	DAY - VISHNU SERIES Dr No:218	DAY - LION SERIES Dr No:77	
1st Prize Rs.50000/- 934286	1st Prize Rs.50000/- 732918	1st Prize Rs.50000/- 135990	
2nd Prize Rs.7000/- 53763	2nd Prize Rs.7000/- 67502	2nd Prize Rs.7000/- 79224	
3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	3rd Prize Rs.3500/-	
03228 09597 12537 36908 53046	02223 03429 06277 16956 23835	13971 24678 35471 46544 57151	
57922 63393 79035 82944 84231	39121 64964 65712 93706 97882	68654 79864 81281 81871 92980	
4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	4th Prize Rs.200/-	
0222 0892 1037 1544 4341 4774 6578	0981 1624 3635 3826 6243 6716 6794	0124 1509 2712 3809 3844 3996 4578	
6861 7127 8619	7661 8261 8465	6469 6760 8836	
5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	5th Prize Rs.100/-	
0084 0652 1689 3887 4452 4618 5597	1664 3450 3896 4853 5139 6517 7050	0746 1392 3136 5302 5910 6626 8766	
5731 7643 9441	8327 9043 9632	8903 9735 9835	
6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	6th Prize Rs.50/-	
0259 1846 2852 4489 5538 7377 8695	0133 1544 3273 4728 5953 7028 8745	0050 1373 2828 4326 5304 7244 8907	
0446 1902 2914 4536 5574 7397 8799	0164 1560 3308 4736 5995 7187 8855	0119 1490 2853 4329 5727 7288 8923	
0537 1925 2990 4548 5719 7534 8993	0184 1610 3349 4744 6205 7381 8870	0197 1556 2872 4375 5950 7316 9045	
0706 2108 3031 4554 5761 7618 8999	0243 1682 3572 4886 6218 7501 8952	0219 1759 2891 4428 5982 7508 9426	
0996 2124 3051 4554 5925 7776 9157	0290 1830 3617 4921 6285 7627 8994	0354 1764 3990 4813 6011 7649 9595	
1018 2221 3071 4741 6147 7786 9178	0371 1934 3668 4949 6373 8059 8997	0383 1765 3192 4823 6041 7727 9705	
1209 2409 3551 5019 6398 7388 9360	0474 2123 3813 5101 6379 8239 9135	0523 1768 3193 4827 6199 7926 9782	
1136 2442 3566 5158 6365 7944 9526	0514 2234 4106 5212 6414 8243 9646	0633 1765 3313 4877 6155 7866 9913	
1338 2570 3865 5188 6600 7977 9655	0537 2306 4222 5358 6474 8307 9894	0696 1935 3529 4921 6553 8207 9932	
1482 2595 3938 5195 6736 7990 9883	0540 2373 4263 5458 6711 8415 9957	0708 2171 3538 5012 6561 8280 9959	
1535 2602 4040 5234 6826 8061	0636 2490 4350 5549 6733 8455	0784 2263 4036 5058 6605 8487	
1560 2610 4043 5328 6905 8131	0728 2635 4504 5698 6849 8543	0969 2285 4043 5108 6680 8505	
1579 2613 4255 5444 6942 8177	0786 3105 4543 5845 6922 8576	1237 2624 4054 5141 6781 8527	
1587 2757 4401 5447 6949 8294	0873 3141 4599 5879 6971 8579	1319 2627 4072 5163 6974 8785	
1627 2847 4419 5464 6959 8650	1422 3221 4690 5917 6990 8708	1360 2665 4312 5176 7196 8828	

అసెంబ్లీ నిరవధిక వాయిదా

26 గంటల 33 నిమిషాల

పాటు జరిగిన సభ

హైదరాబాద్, డిసెంబరు 21, ప్రభాతవార్త: తెలంగాణ రాష్ట్ర 3వ శాసనసభ సమావేశాలు 6 రోజులపాటు జరిగి నిరవధికంగా వాయిదా పడ్డాయి. మొదటి రోజు ఎమ్మెల్యేల ప్రమాణస్వీకారం జరిగింది. ఆనంతరం స్పీకర్ ఎన్నిక జరగగా.. ఆ తరువాత శాసనసభ, శాసన మండలి ఉభయ సభలను ఉద్దేశించి గవర్నర్ ప్రసంగించారు. గవర్నర్ ప్రసంగానికి ధన్యవాదాలు తెలిపే తీర్మానంపై చర్చించారు. ఆనంతరం బుధవారం రాష్ట్రంలోని ఆర్థిక పరిస్థితిపై స్వల్పకాలిక చర్చ జరిగగా.. గురువారం విద్యుత్ పరిస్థితిపై చర్చు జరిగింది. మొత్తం తెలంగాణ 3వ శాసనసభ మొదటి సెషన్ సమావేశాలు 6 రోజులపాటు జరిగినట్లు స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ ప్రకటించారు. 26 గంటల 33 గంటల పాటు సభలో చర్చలు జరిగినట్లు తెలిపారు. మొత్తం 19 స్పీచ్‌లు జరిగాయన్నారు. 2 అంశాలపై స్వల్పకాలిక చర్చ జరిగిందన్నారు. శాసనసభలో 64 మంది కాంగ్రెస్ సభ్యులు, 39 మంది టీఆర్ఎస్ సభ్యులు, 8 మంది బీజేపీ, 7 మంది ఎంఐఎం సభ్యులతోపాటు ఒకరు సీపీఐ సభ్యుడు ఉన్నట్లు స్పీకర్ ప్రకటించారు.

కరెంటు ‘షాక్’

» అప్పలతో విద్యుత్ రంగం కుడిబి అయిందన్నారు. అప్పలు ఊటిలో నుంచి బయటకు తెప్పి వినియోగదారులకు నాణ్యమైన విద్యుత్‌ను, వ్యవసాయానికి ఉచిత విద్యుత్ ఇప్పేయకు కట్టుబడి ఉందన్నారు. రాష్ట్ర ఆర్థిక పురోగతిలో, రాష్ట్ర అభివృద్ధిలో విద్యుత్ రంగం కీలక పాత్ర పోషిస్తుందన్నారు. పరిశ్రమల అభివృద్ధికి, వ్యవసాయ రంగ పురోగతికి, సేవారంగం అభివృద్ధికి సమృక్మైన విద్యుత్ సరఫరాయే వెన్నుముక, వైద్య రంగంలోని అతన్యవనర సేవలకైనా, రవాణా, సమాచార రంగాల మనగడకైన నాణ్యమైన విద్యుత్ సరఫరా ముఖ్యం అన్నారు. తెంగాణ రాష్ట్ర ఏ

సిఐఎస్ఎఫ్కు పార్లమెంటు భద్రత బాధ్యత



న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 21: ఇటీవల లోక్సభలోకి దుండగులు ప్రవేశించి రంగుల పోగతో స్పృహించిన అలజడితో యావత్ దేశం ఉలిక్కిపడింది. ఈ ఘటనతో పార్లమెంట్ భద్రతపై అనేక సందేహాలు తలెత్తాయి. ఈ క్రమంలోనే కేంద్ర ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇకపై

పార్లమెంట్ భవన సముదాయంలో సమగ్ర భద్రత బాధ్యతలను సెంట్రల్ ఇండస్ట్రియల్ సెక్యూరిటీ ఫోర్స్ (సిఐఎస్ఎఫ్)కు అప్పగించాలని కేంద్రం నిర్ణయించినట్లు ప్రభుత్వ వర్గాలు గురువారం వెల్లడించాయి. పార్లమెంట్ భవన సముదాయంలో సర్వే చేపట్టాలని కేంద్ర హోంశాఖ బుధవారం

కేంద్రం కీలక నిర్ణయం

అదేశించినట్లు సదరు వర్గాలు తెలిపాయి. ఈ సర్వే అనంతరం పార్లమెంట్ ప్రాంగణంలో సిఐఎస్ఎఫ్ సిబ్బందిని మొహరించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. సిఐఎస్ఎఫ్కు చెందిన గవర్నమెంట్ బిల్డింగ్ సెక్యూరిటీ (జిబిఎస్) యూనిట్ నిపుణులు, ఫైర్ యూనిట్ సభ్యులు ప్రస్తుత పార్లమెంట్ భద్రతా బృందాలతో కలిసి ఈ వారాంతంలో సర్వే చేపట్టనున్నారు. ఈ ప్రక్రియ అనంతరం పాత, కొత్త పార్లమెంట్ కాంప్లెక్స్‌లు, వాటి అనుబంధ భవనాలు అన్నింటికీ సిఐఎస్ఎఫ్ భద్రత కిందకు తీసుకురానున్నట్లు తెలుస్తోంది. దీని కిందే ప్రస్తుతం పార్లమెంట్ వద్ద భద్రతను వర్గవేక్షిస్తున్న పార్లమెంట్ సెక్యూరిటీ సర్వీస్, ఢిల్లీ పోలీసు, సెలెబ్రిఎవ్కు చెందిన పార్లమెంట్ డ్యూటీ గ్రూప్ బృందాలు కూడా పని

చేయనున్నట్లు సదరు వర్గాలు వెల్లడించాయి. సిఐఎస్ఎఫ్ అనేది కేంద్ర సాయుధ పోలీసు దళం. ప్రస్తుతం ఈ దళం ఢిల్లీలోని వలు కేంద్ర మంత్రిత్వ శాఖల భవనాలతో పాటు అజ్మ, ఏరోస్పేస్ డౌమెన్, సివిల్ ఎయిర్‌పోర్టులు, ఢిల్లీ మెట్రో వద్ద భద్రత కల్పిస్తోంది. డిసెంబరు 13న పార్లమెంట్‌లో చోటు చేసుకున్న భద్రతా వైఫల్యం ఘటన తీవ్ర కలకలం రేపిన విషయం విదితమే. లోక్సభలో జీరో అవర్ జరుగుతుండగా, ఇద్దరుదుండగులు విజిలెట్ గ్యాలరీలోనుంచి సభలోకిమీద గొందరగోళం సృష్టించారు. రంగుల పోగున వెదజల్లారు. ఆదే సమయంలో పార్లమెంట్ భవనం వెలుపల ఇద్దరు వ్యక్తులు స్మోక్ కాన్సెన్ట్రేటర్ అందోళన చేశారు. దీంతో అప్రమత్తమైన భద్రతా బలగాలు వారందరినీ అదుపులోకి తీసుకున్నారు.

బయటపడ్డ హమాస్ అతిపెద్ద కమాండ్ సెంటర్!



జెరూసలేం, డిసెంబరు 21: హమాస్‌ను సమూలంగా నాశనంచేయడమే లక్ష్యంగా గాజాలో భీకర భూతల దాడులు కొనసాగిస్తున్న ఇజ్రాయెల్ దళాలు, ఆ ముఠా నెట్వర్క్‌ను ఛేదిస్తున్నాయి. తాజాగా గాజా సిటీలో హమాస్ అతిపెద్ద కమాండ్ సెంటర్ బయటపడింది. దీని నుంచే హమాస్ తమ భూగర్భ స్థానంగ నెట్వర్క్ మొత్తాన్ని నిర్వహిస్తున్నట్లు ఐడిఎఫ్ తెలిపింది. అయితే ఈ కమాండ్ సెంటర్ ఎక్కడ గుర్తించిందో మాత్రం ఇజ్రాయెల్ వెల్లడించలేదు. ఇదిలా ఉండగా, బందీల విడుదల కోసం మరో ఒప్పందాన్ని ఇజ్రాయెల్ ప్రతిపాదించగా, హమాస్ దాన్ని తిరస్కరించినట్లు తెలుస్తోంది. ఈ విషయాన్ని ఒక కథనం వెల్లడించింది. హమాస్ చెరతో ఉన్న మరో 40 మంది విడుదల కోసం 7 రోజుల ఒప్పందాన్ని ఇజ్రాయెల్ ప్రతిపాదించినట్లు తెలిసింది. అయితే గాజా పట్టిలో ఇజ్రాయెల్ తమ దాడులను పూర్తిగా నిలిపివేస్తేనే సందీపై తాము

చర్చిస్తామని మధ్యవర్తిగా ఉన్న ఈజిప్టు ప్రతినిధులకు హమాస్ చెప్పిబట్టిన సదరు కథనం పేర్కొంది. అంతేకాకుండా ఇజ్రాయెల్ జైల్లోని పాలస్తీనా ఖైదీలందరినీ అప్పగిస్తే, బందీలను విడిచిపెడతామని హమాస్ వరకు పెట్టినట్లు తెలుస్తోంది. అటు అమెరికా అధ్యక్షుడు జో బైడెన్ కూడా దీనిపై స్పందించారు. సమీప భవిష్యత్తులో ఇజ్రాయెల్-హమాస్ మధ్య డీల్ జరిగి అవకాశాలు కనిపించట్లేదని అన్నారు. అయితే ఒప్పందం కోసం తాము ప్రయత్నిస్తున్నట్లు తెలిపారు. త్వరలోనే యుఎస్ సిఐఎ, ఇజ్రయెల్, మెస్సెస్, ఖతార్ ప్రధాని సమావేశం కానున్నట్లు పేర్కొన్నారు. మరోవైపు గాజాలో ఇజ్రాయెల్ సాగిస్తున్న దాడులపై అంతర్జాతీయంగా కొంత వ్యతిరేకత వ్యక్తమవుతోంది. దాడుల్లో సామానసయ పౌరుల మరణాలపై వలు దేశాలు దిగ్విగ్రంథి వ్యక్తం చేశాయి. ఇజ్రాయెల్ వెనక్కి తగ్గాలని సూచిస్తున్నాయి. తాజాగా ఫ్రాన్స్ అధ్యక్షుడు ఇమ్మాన్యుయేల్ మక్రాన్ దీనిపై స్పందిస్తూ ఇజ్రాయెల్‌పై ఘాటు వ్యాఖ్యానం చేశారు. 'ఉగ్రవాదానికి వ్యతిరేకంగా పోరాటం అంటే, గాజాను పూర్తిగా నేలమట్టం చేయడమే లేదా సామాన్యులపై విచక్షణారహితంగా దాడులు చేయడమే కాదు. తమ దేశాన్ని రక్షించుకునే పాక్కు ఇజ్రాయెల్‌తో ఉంది. కానీ సామాన్యుల ప్రాణాలు కూడా ముఖ్యమే. గాజాలో దాడులను వెంటనేఆపాలని మేంకోరుతుంటున్నాం. తాల్చుల విరమణ, మానవతా సాయం కోసం ఒప్పందం జరగాలి' అని మేక్రాన్ అన్నారు. అక్టోబర్ 7 నాటి హమాస్ దాడికి ప్రతికారంగాగాజాపై ఇజ్రాయెల్ విరుచుకుపడుతోంది. ఈ దాడుల్లో గాజా వైపు ప్రాణనష్టం భారీగా ఉంది. ఇప్పటి వరకు 20వేల మంది గాజావాసులు మరణించినట్లు అక్కడి ప్రభుత్వ వర్గాలు వెల్లడించాయి. మృతుల్లో దాదాపు 8వేల మంది చిన్నారులే. ఇక గాజాలో భూతల దాడులు ప్రారంభించి నప్పటి నుంచి ఇజ్రాయెల్ వైపు 130 మంది సైనికులు ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు ఐడిఎఫ్ వెల్లడించింది.

తాజ్ మహల్ కంటే అందంగా అయోధ్య మసీదు నిర్మాణం!



న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 21: హిందువుల ఆరాధ్యదైవం రాముడి జన్మస్థలమైన ఉత్తరప్రదేశ్‌లోని అయోధ్యనగరం మరో మతవర్తమైన ప్రార్థనా మందిరానికి నిలయంగా మారబోతోంది. ఇప్పటికే అక్కడ రామమందిరాన్ని నిర్మిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. ఇప్పుడు దేశంలోనే అతిపెద్ద మసీదును అయోధ్య సమీపంలో నిర్మించబోతున్నారు. ఈ మసీదు ఆగ్రాలోని పాలరాతి కట్టడం

తాజ్‌మహల్ కంటే అందంగా ఉంటుందని మసీదు అధిష్టాధి కమిటీ చైర్మన్ తెలిపారు.అయోధ్య నగరానికి 25 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న దస్తీపూర్ గ్రామంలో దేశంలోనే అతిపెద్ద మసీదును నిర్మిస్తున్నట్లు మసీదు అధిష్టాధి కమిటీ చైర్మన్,బీజేపీ నేత హాజీ అరాఫత్ షేక్ తెలిపారు. రామమందిరానికి 25 కిలోమీటర్ల దూరంలో నిర్మించబోయే ప్రముఖ పత్రిక అజీజ్‌తో అయన గురువారం ప్రత్యేకంగా మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా మసీదు ప్రత్యేకతలను వివరించారు. వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరిలో ఈ మసీదు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. ఈ మసీదు ప్రజలకు సమాజ్ చేసుకోవడానికి మాత్రమే కాకుండా.. ప్రజలకు ప్రయోజనం చేకూర్చేలా నిర్మిస్తున్నట్లు తెలిపారు. మసీదు 500 పడకల ఆనుపత్రి కూడా కలిగి ఉండేలా నిర్మాణం చేపడుతున్నట్లు వెల్లడించారు. ఇకపై యూపీ నుంచి క్యాన్సర్ చికిత్స కోసం ఎవరూ ముంబై వెళ్లగల అయన తెలిపారు. కాగా,యూపీ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన స్థలంలో మసీదు నిర్మాణం జరగుతుంది. 21 అడుగుల ఎత్తు, 36 అడుగుల వెడల్పు ఉండే ప్రసంగంలోనే అతి పెద్ద ఖురాన్‌ను ఈ మసీదులో ప్రదర్శనకు ఉంచనున్నట్లు అయన వివరించారు. ఈ మసీదుకు మక్కాలోని కాబాలో ప్రార్థనలు చేసే ఇమామ్ సహో పలువురు ప్రముఖులను ఆహ్వానిస్తామన్నారు. వారు ఇక్కడ మొదట ప్రార్థన చేస్తామని అరాఫత్ షేక్ వెల్లడించారు.



ఆధార్‌తో ఆస్తుల అనుసంధానం కేంద్రానికి హైకోర్టు కీలక ఆదేశం

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 21: కేంద్రంలో ఉన్న బిజెపి ప్రభుత్వానికి ఢిల్లీ హైకోర్టు కీలక ఆదేశాలను జారీ చేసింది. దేశంలో ఉన్న ప్రతి ఒక్కరి స్థిర, చరాస్తులను ఆధార్‌తో అనుసంధానం చేసే విషయమై పరిశీలించి మూడు నెలల్లో నిర్ణయం తీసుకోవాలని కేంద్రాన్ని కోర్టు ఆదేశించింది. వివరాల ప్రకారం దేశంలో ప్రతి ఒక్కరి ఆస్తులను ఆధార్‌తో అనుసంధానం చేయాలని కోరుతూ దాఖలైన ప్రజా ప్రయోజన వ్యాజ్యంపై ఢిల్లీ హైకోర్టు ఈ రోజు విచారణ చేపట్టింది. ఈ సందర్భంగా కేంద్రానికి కీలక ఆదేశాలను జారీ చేసింది. కాగా విచారణ సందర్భంగా ప్రతి ఒక్కరి స్థిర, చరాస్తులను ఆధార్‌తో అనుసంధానం చేసేందుకు తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని కేంద్రం కల్పించాలి, ఢిల్లీ ప్రభుత్వం, ఢిల్లీ ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించాలని పిటిషన్‌లో కోరారు. దీంతో జస్టిస్ రాజీవ్ శర్మ, జస్టిస్ గిరీష్ కర్కాటియాలుతో కూడిన డివిజన్ బెంచ్ కేంద్రాన్ని పైబెట్టగా ఆదేశించింది.

'సిఇసి, ఇసీ'ల బిల్లుకు పార్లమెంటు ఆమోదం

న్యూఢిల్లీ,డిసెంబర్ 21: ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్, ఎన్నికల కమిషన్ల నియామకాలకు సంబంధించిన బిల్లుకు లోక్‌సభ ఆమోదం లభించింది. ఇప్పటికే రాజ్యసభ ఢిల్లీ ఆమోదించింది.ప్రధాన ఎన్నికల కమిషన్‌ నియామకాలను నియంత్రించడంతో పాటు వారి సర్వీసులకు నిబంధనలు రూపొందించే బిల్లుకు పార్లమెంటులో ఆమోదం లభించింది..ది షిఫ్ ఎలక్షన్ కమిషన్‌, ఎలక్షన్ కమిషన్‌ల్ని బిల్లు-2023ను గురువారం స్పెల్లకాలిక చర్చ అనంతరం లోక్‌సభ ఆమోదించింది. ఇదిలా ఉండగా.. ఈ బిల్లుకు రాజ్యసభ ఇప్పటికే పచ్చ జెండా ఉపేసిన విషయం తెలిసిందే. ఇప్పటి వరకు సీజా, ఇసీలను ప్రభుత్వమే నియమించేది. కొత్త బిల్లు ప్రకారం.. ఇకనుంచి సెర్వీ, ఎంపిక కమిటీలు ఈ బాధ్యతలను నిర్వహించనున్నారు.

దేశంలో కొత్తగా 594 కరోనా కేసులు ఆరుగురు మృతి ఒక్క కేరళలోనే 300 కేసులు ముగ్గురు మృత్యువాత

ప్రభాతవార్త ప్రధాన ప్రతినిధి, హైదరాబాద్, డిసెంబరు 21: దేశవ్యాప్తంగా కరోనా కేసుల సంఖ్య రోజురోజుకీ పెరుగుతోంది. గురువారం ఉదయం 8 గంటల వరకు దేశంలో నమోదైన మొత్తం కరోనా కేసుల సంఖ్య 594గాఉంది. ఇందులో 300 కేసులు కేరళలోనే ఉన్నాయి. వీటిలో 21 కేసులు జెఎన్.18 చెందినవి. గడిచిన 24 గంటల్లో కేరళలో ముగ్గురు మృతిచెందారు. కర్ణాటకలో ఇద్దరు, పంజాబ్‌లో ఒకరు చనిపోయారు. ఇలా దేశ వ్యాప్తంగా మొత్తంగా ఆరుగురు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. తెలంగాణలో ఆరు కేసులు నమోదు కాగా, ఆ కేసులన్నీ హైదరాబాద్‌లోనే వెలుగు చూశాయి. అంధప్రదేశ్‌లో ఒక కేసు నమోదైంది.

ప్రస్తుతం దేశంలో 2,669 యాక్టివ్ కేసులు ఉన్నాయని కేంద్ర ఆరోగ్య శాఖ తెలిపింది. కేరళ ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి వీశాశాస్త్రి మాట్లాడుతూ... 'కేరళలో కోవిడ్ కేసులు పెరుగుతున్నాయి. వైరస్‌ని అడ్డుకునేందుకు ఆసుపత్రులు సిద్ధం చేశాం. ప్రజలు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదు' అని అన్నారు. వ్యాధి సోకిన వారికి జలుబు తీవ్రంగా ఉంటుంది. విపరీతమైన దగ్గు,ఆయాసం వస్తుంది. జ్వరంతో కలకల్లులు మొదలవుతాయి. గొంతు మారుతుంది. న్యూమోనియా తరహా లక్షణాలు కనిపిస్తాయి. దేశ వ్యాప్తంగా కరోనా కేసులు పెరుగుతున్నందున కేంద్ర ప్రభుత్వం కట్టిడి చర్యలు చేపట్టింది. జెఎన్.1 వేరుయిట్ కేసులు వ్యాప్తి తెలిపేలా హెల్త్ వెబ్‌సైట్‌లో ఎప్పటికప్పుడు అప్‌డేట్ చేయాలని సూచించింది. అయితే ఈ వేరుయిట్ ప్రమాదకరమైందేమీ కాదని, ప్రజలు ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ తెలిపింది. ప్రజలు మార్గిలు ధరిస్తూ... ఆరోగ్యవంతమైన ఆహారం తీసుకోవాలని సూచించింది. కొత్త వేరుయిట్ గురించి భయపడకూర్చిన అవసరం లేదని తాజాగా ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ వెల్లడించింది. జెఎన్.1అనేది ప్రజల ఆరోగ్యంపై పెద్దగా ప్రభావం చూపించదని ప్రకటించింది.



ఆగని విపక్ష ఎంపీల ఆందోళన మూకుమ్మడి సస్టెన్షనలపై తీవ్ర నిరసన

న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 21: ప్రస్తుతం జరుగుతోన్న పార్లమెంట్ సెషన్‌లో 143 మంది విపక్ష ఎంపీలపై వేటువడిన విషయం విదితమే. ఈ మూకుమ్మడి సస్పెన్షన్‌పై గురువారం ప్రతిపక్ష పార్టీలకు చెందిన ఎంపీలు నిరసన రాల్చి చేపట్టారు. పార్లమెంట్ భవనం నుంచి సెంట్రల్ ఢిల్లీలోని విజయ్ చౌక్ వరకు రాల్చి నిర్వహించారు. ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడాలని రాసిన బ్యానర్, ప్లకార్డులను ప్రదర్శించారు. ఈ రాల్చిని కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున్ ఖర్గే ముందుండి నడిపించారు. అధికార బిజెపికి ప్రజాస్వామ్యంపై సమృథం లేదని అయన విమర్శించారు. భద్రతా వైఫల్యంపై చర్చించడానికి అనుమతి ఇవ్వాలని లోక్‌సభ స్పీకర్, రాజ్యసభ చైర్మన్‌ను కోరుతున్నారు. ప్రధాని మోడీ, హోం మంత్రి అమిత్ షా దీనిపై పార్లమెంట్‌లో ప్రకటన చేయాలి. ప్రధాని లోక్‌సభ మినహా బయట

మీడియాతో, సభల్లో దీని గురించి మాట్లాడారు. భద్రతా వైఫల్యం ఘటన ఎందుకు జరిగింది? ఎవరు బాధ్యులు?అనిఖర్గే ప్రశ్నించారు. ఇండియా కూటమికి చెందిన సభ్యులు ఖర్గేవారం ఇంతరీ మంతరీ వద్ద ఆందోళన చేపట్టనున్నారని అయన చెప్పారు. డిసెంబర్ 13న పార్లమెంట్‌లో చోటు చేసుకున్న భద్రతా వైఫల్యం ఘటనపై కేంద్ర హోంమంత్రి ప్రకటన చేయాలని గత వారం నుంచి విపక్ష సభ్యులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. దాంతో నాటి నుంచి వరుసగా ఉభయసభల ఎంపీలపై సస్పెన్షన్ వేటు పడుతోంది. ఇప్పటి వరకు ఆ సంఖ్య 143కు చేరింది. మరోవైపు బుధవారం లోక్ సభలో కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన భారతీయ న్యాయ సంఘాత (బిఎన్ఎస్), భారతీయ నాగరిక్ సురక్షా సంఘాత (బిఎన్ఎస్ఎస్), భారతీయ స్కాఫ్ట్ చేయాలి. ప్రధాని లోక్‌సభ మినహా బయట

నా గురించి తెలిసిందే.. దాచేదేమీ లేదు ఇడి సమన్లపై కేజ్రీవాలీ



న్యూఢిల్లీ, డిసెంబరు 21: మద్దం కుంభకేశం కేసులో ఆమ్ జాతీయ కన్వీనర్, ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి అరవింద్ కేజ్రీవాలీకు ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్ డైరెక్టరేట్ ఇటీవల సమన్లు జారీచేసిన విషయం విదితమే. ఈ క్రమంలో అయన గురువారం వాటికి బదులిచ్చారు. తన జీవితంలో దాచడానికి ఏమీ లేదని లేదని పేర్కొన్నారు. 'ఈ సమన్లు స్వీకరించడానికి నేను సిద్ధం. కానీ గతంలో ఇచ్చిన వాటివల్లే ఈ సమన్లు కూడా పట్టబిరుద్దవు. ఇవి రాజకీయంగా డిరేక్షితమైనవి. వీటిని ఉపసహించనుచోతాలి. నేను

నిజాయితీతో పారదర్శకంగా జీవిస్తున్నారు. నా జీవితంలో దాచడానికి ఏమీ లేదు' అని కేజ్రీవాలీ తన సమాధానంలో పేర్కొన్నట్లు పార్టీ వర్గాలు వెల్లడించాయి. యేటా మాదిరిగానే ఈ చరికాలలో కూడా వివాదం ధ్యానానికి వెళ్ల సన్నట్లు గతంలోనే కేజ్రీవాలీ వెల్లడించారు. మరోవైపు సోమవారం ఆయనకు ఈడీ సమన్లు వచ్చాయి. గురువారం విచారణకు హాజరుకావాలని దర్యాప్తు సంస్థ అందులో పేర్కొంది. వాస్తవానికి పెద్దయ్యలే ప్రకారం ముఖ్యమంత్రి మంగళశాసనమే వివాసనకు వెళ్లాల్సి ఉంది. అయితే ప్రతిపక్షాల 'ఇండియా' నుంచి బయల్దేరి వెళ్లారు. అయితే ఈ సమయంలో సమన్లు ఇవ్వడాన్ని పార్టీ విమర్శించింది. తమ న్యాయవాదులు నోటీసుల్ని పరిశీలిస్తున్నట్లు పార్టీ వర్గాలు తెలిపాయి.

అవినీతి కేసులో తమిళ మంత్రికి మూడేళ్ల జైలు



చెన్నై, డిసెంబరు 21: ఆదాయానికి మించి ఆస్తుల కేసులో డిఎంకే నేత, తమిళ మంత్రి కె పొన్నుడిని మద్రాసు హైకోర్టు డోషిగా తేల్చింది. మూడేళ్ల జైలును విధించింది. రూ.50 లక్షల జరిమానా కూడా చెల్లించాలని ఆదేశాలు జారీచేసింది. పొన్నుడి ఆయన భార్యపై డైరెక్టరేట్ ఆఫ్ విజిలెన్స్ ఆండ్ యాటిక్ కరప్షన్ 2002లో కేసు నమోదు చేసింది. ఎవెవిడిఎంకే ప్రభుత్వం 1996-2001 వరకు

అధికారంలో ఉన్నప్పుడు కేసు నమోదైంది. అప్పట్లోనే పొన్నుడి ఆయన భార్య ఆదాయం రూ.1.4 కోట్లుగా ఉంది. అల్లిక వనరులకు మించి వారి వద్ద డబ్బు ఉందని తేలింది. 1996-2001 మధ్య కాలంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వంలో మంత్రిగా పనిచేసిన సమయంలో పొన్నుడి ఆతను సంచదను కూడబెట్టారని అధికారులు ఆరోపించారు. తగిన సాక్ష్యాధారాలను సమర్పించడంలో విఫలమైందని పేర్కొంటూ జూన్ 28న వెల్లూరులోని ట్రిబ్యునల్ సెషన్స్ కోర్టు పొన్నుడి ఆయన భార్యను నిర్దోమలుగా ప్రకటించింది. పొన్నుడి ఆయన భార్యను నిర్దోమలుగా విడుదల చేసిన తీర్పును ఆగస్టులో మద్రాసు హైకోర్టు సమీక్షించి తీసుకుంది. అయితే కేసు చాలా పాతదని, ప్రస్తుతం పొన్నుడికి 73 యేళ్లు కాగా, ఆయన భార్యకు 60 యేళ్లు. వృద్ధాప్యం కారణంగా కనీస శిక్ష తగ్గించాలని దంపతులు కోరారు.

యుకెలో శవమై తేలిన భారతీయ విద్యార్థి



లండన్, డిసెంబరు 21: యునైటెడ్ కింగ్‌డమ్‌లో గత వారం అర్ధశతమైన భారతీయ విద్యార్థి తూర్పు లండన్‌లోని కానర్ వార్డ్ సరస్సులో శవమై కనిపించాడు. ఈ నెల 14న అర్ధశతమైన గురప్యాన్‌నింగ్ భారతీయ (23) మృతదేహాన్ని కానర్ వార్డ్ సరస్సులో ఈతగాళ్లు బుధవారం గుర్తించారు. లాఫ్‌బోర్ యూనివర్సిటీకి చెందిన

విద్యార్థి గురప్యాన్‌నింగ్ భారతీయ ఈ నెల 14న రాత్రి స్నేహాతులతో కలిసి బయటకు వెళ్లెడు. ఆ క్రమంలో కానర్ వార్డ్ ప్రాంతంలో అర్ధశతమయ్యాడు. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. చివసానికి సాత్‌కే ప్రాంతంలోని సిసిటీవీలో ఈ నెల 15న కనిపించాడు కానీ, ఆ తర్వాత అయన జాడ తెలియలేదు. చివరిగా బుధవారం కానర్ వార్డ్ ప్రాంతంలోని సరస్సులో డైవర్లకు గురప్యాన్‌ సింగ్ మృతదేహం కనిపించింది. గురప్యాన్‌నింగ్ మరణవాస్తవ సమాచారాన్ని పంజాబ్‌లోని అయన కుటుంబానికి అందించామని పోలీసులు తెలిపారు. ఈ కేసులో సమగ్రంగా దర్యాప్తు చేపడుతామని డిటెక్ట్ షిప్ సూపరింటెండెంట్ జేమ్స్ కాన్స్ చెప్పారు. గురప్యాన్‌ సింగ్ అర్ధశతమైన భారత విదేశాంగమంత్రి జైతరకర్ ఇప్పటికే స్పందించారు. గత నెలలో కూడా యుకెలో భారతీయ విద్యార్థి థేమ్స్ నది ఒడ్డున శవమై కనిపించాడు.

పంజాబ్ కేబినెట్ మంత్రికి రెండేళ్ల జైలుశిక్ష!



అమృత్‌సర్, డిసెంబరు 21: పంజాబ్ కేబినెట్ మంత్రి అమన్ ఆలోరాకు సుమనీ కోర్టు రెండేళ్ల జైలుశిక్ష విధించింది. కుటుంబ వివాదాల కేసులో అమన్ ఆలోరాకు ఈ శిక్ష విధించింది. అమన్ ఆలోరాతో సహా తొమ్మిది మందికి రెండేళ్ల జైలు

శిక్షను విధిస్తూ తీర్పును వెలువరించింది. మంత్రి అమన్ ఆలోరా బాప రాజీందర్ డిసె 2008లో కోర్టులో ఫిర్యాదు చేశారు. అమన్ ఆలోరాతో పాటు ఆయన సహచరులు తన ఇంటికి ప్రవేశించి తనపై దాడికి పాల్పడ్డారని రాజీందర్ దీపా కోర్టులో ఫిర్యాదు చేశారు. ఆ సమయంలో అమన్ ఆలోరా, రాజీందర్ దీపా ఇద్దరూ కాంగ్రెస్‌లో ఉన్నారు. సునామ్‌లో నేతల ఇళ్లు ఎదురెదురుగా ఉండగా ఇద్దరి మధ్య రాజకీయ వైరం ఉన్నది. అయితే ప్రస్తుతం ఇద్దరు నేతలు కాంగ్రెస్ నుంచి వైదొలగారు. ప్రస్తుతం అమన్ ఆలోరా అమ్ అడ్మిస్ట్రేట్ సినియర్ నాయకుడు కాగా కేబినెట్ మంత్రిగా కొనసాగుతున్నారు. రాజీందర్ దీపా ఆకాలిదగ్గ ప్రధాన కార్యదర్శిగా పనిచేస్తున్నారు.



ఆన్లైన్లో.. బరెలమ్మకం, యాప్స్ సమ్మి సాగు.. వాట్సాప్లో అమ్మకాలు.. వినదానికి కాస్త కొత్తగా ఉన్నా ఈ ఆలోచనలతోనే కోట్ల వ్యాపారం చేస్తున్నారీ అమ్మాయిలు. 30 ఏళ్లలోపు యువ వ్యాపారవేత్తలుగా చూచునీ ఇండియా విడుదల చేసిన జాబితాలోకి చేరి శభాష్ అనిపించుకుంటున్నారు.

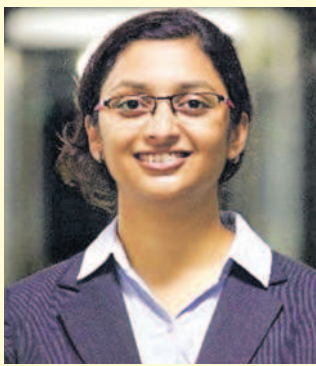
వర్చువల్ సంతతో.... నీతూ యాదవ్,
ఆన్లైన్ వశువుల సంత ఏర్పాటు చేస్తా అని నీతూ అన్నప్పుడు.. నీకేమైనా పిచ్చా.. ఇంత చదువూ చదివి బుర్రెముతావా అన్నారంతా. ఆమె మాత్రం తన స్నేహితురాలు కీర్తిజంగ్లాతో కలిసి 'యానిమాల్' యాప్తో తమ స్టార్టప్ ప్రయాణాన్ని



మొదలుపెట్టింది. 2019లో మొదలైన ఈ వర్చువల్ సంతలో ఇప్పటివరకూ రూ.2500 కోట్లకు పైగా విలువైన వశువుల అమ్మకాలు జరిగాయి.నీతూదీ జైపుదీకి 70 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న నవల్పేర. కీర్తిదీ హరియాణాలోని హిసార్. ఇద్దరూ ఐటి డిగ్రీలో చదువుకున్నారు. వేలు జాతి వశువుల్ని కొనాలనుకున్న రైతులే కాదు, అమ్మాలనుకున్నవారూ వీళ్ళ రూపొందించిన 'యానిమాల్' యాప్ వేదికగా లావాదేవీలు సాగించొచ్చు. రాజస్థాన్, హరియాణా, ఉత్తర్ప్రదేశ్, మధ్యప్రదేశ్, బీహార్లలో యానిమాల్ వ్యాపారం విస్తరించింది. ఇప్పటికి 80 లక్షల మందికిపైగా రైతులు 'యానిమాల్' యాప్ను డౌన్లోడ్ చేసుకున్నారు. ఈ యాప్లో రైతులకు పాల దిగుబడి పెంచుకోవడమే సలహాలు, వాటిని కొనేందుకు కావాల్సిన లోన్లు వంటి వివరాలు కూడా ఉంటాయి. ఈ యాప్ ఉత్తర భారతదేశంలో ఓ విప్లవాన్ని తీసుకొచ్చిందనే చెప్పాలి.

అన్నదాతకు అండగా... సాయి గోలే,
ప్రపంచం సాంకేతికత, కృత్రిమ మేధ చుట్టూ పెరుగుతోంది. సరికొత్త ఆవిష్కరణలెన్నో పుట్టుకొస్తున్నాయి. ఇవన్నీ అన్నదాతకు ఏ మేరకు ఉపయోగపడుతున్నాయి అన్న ఆలోచన నాగ్పూరికి చెందిన సాయి గోలేని 'భారత్ ఆగ్రిస్టార్ట్స్' దిశగా నడిపించాయి.

మద్రాస్ ఐఐటీలోని తన సహ విద్యార్థి సిద్ధార్థ్ రైలస్ తో కలిసి వ్యవసాయం, సాంకేతిక ఆవిష్కరణలకు మధ్యనున్న దూరాన్ని తగ్గించాలనుకున్నారామె. 2017లో ఈ స్టార్టప్ని ప్రారంభించారు. అయిదు భాషల్లో అందుబాటులోకి తెచ్చిన ఈ యాప్ అన్నదాతలకు భూమి, నీరు, వాతావరణ పరిస్థితులకు సంబంధించిన సమాచారం, సలహాలను ఇస్తుంది. ప్రతి రైతుకీ వారివారి భౌగోళిక అవసరాలను దృష్టిలో పెట్టుకుని కస్టమైజేషన్ విధానంలో ట్రాప్ క్యాలెండర్స్ ఏర్పాటు చేశారు. పదిలక్షల మంది రైతులకు చేరువైన ఈ యాప్ సాయంతో..



డాన్లోన్లతో లక్షకు పైగా ఈ-స్టోర్ నిర్వహణతో దూసుకుపోతోంది సంస్థ. **ఎవతో మార్కెటింగ్.. వృశాలీ ప్రసాద్**
కృత్రిమమేధ సాయంతో వ్యాపార సంస్థలకు వినుతావువైన మార్కెటింగ్ నైపుణ్యాలని అందించే సంస్థ పిక్చీస్. దీన్ని వృశాలీ ప్రసాద్ ప్రసాద్ ప్రారంభించింది. కాలేజీలో చదువుతున్నప్పుడే వృశాలీ టెక్నాలజీస్ అనేకీ పెంచుకుంది. ఈసీజీ/ఈకెజీ పరికరాల అభివృద్ధి విషయంలోనూ వృశాలీకి ఐదు పేటెంట్లు ఉన్నాయి. ఈమె అంతర్జాతీయ టెబుల్ టెన్నిస్ క్రీడాకారిణి కూడా.



30 లోపే యువ వ్యాపారవేత్తలుగా..

సాయిల్, వాటర్ టెస్టింగ్ వంటివాటిపై అవగాహన తెచ్చి రైతుల్లో చైతన్యం తీసుకొస్తోంది సాయిగోలే. **సోనాక్షి నధాని .. బాకాయి**
నూతన సాంకేతిక ఆవిష్కరణలతో వ్యాపార సంస్థలను బలోపేతం చేయాలనీ, వినుతావు మార్కెట్లో వినియోగదారులకు చేరువ కావాలన్న లక్ష్యంతో బాకాయి యాప్ని తన స్నేహితుడు అశతోష్ సింగ్లాతో కలిసి ప్రారంభించింది. సోనాక్షి, ట్రిపుల్ ఐటి హైదరాబాద్లో ఇంజనీరింగ్ పూర్తి చేసిన ఈమె.. బాకాయి సాయంతో వ్యాపారుల వాట్సాప్లో ఈ-స్టోర్స్ ఏర్పాటు చేసి, ఉత్పత్తుల ప్రదర్శనకు కావాల్సిన తోడ్పాటును అందిస్తోంది. ఐదులక్షలకు పైగా



అటలతో లభిస్తుంది... దేవాన్ని కేట్లవారి
ముంబయికి చెందిన దేవాన్ని కేట్లవారి స్కిల్ మాటెక్స్ కంపెనీకి కో ఫౌండర్గా పనిచేస్తోంది. ఈ సంస్థను 2017లో ధ్వనిల్ పేతోల్ కలిసిప్రాకంభించింది. పిల్లలకు అవసరమైన ఎడ్యుకేషన్ ఉత్పత్తులు, క్రీడా వస్తువుల్ని రూపొందిస్తుంది సంస్థ వీటితో 3-9 ఏళ్ల వయసుగల బిచ్చారులు తమ కారిక, మానసిక ఎదుగుదలకి అవసరమైన కీలక నైపుణ్యాలను అంటుపట్టించుకుంటారు. ఈ ఉత్పత్తులు 15 దేశాల్లో అందుబాటులో ఉన్నాయి. దేవాన్ని న్యూయార్క్ యూనివర్సిటీకి చెందిన లియోనార్డ్ ఎన్. స్టైర్న్ సూర్ట్ అఫ్ బిజినెస్ నుంచి బ్యాచిలర్స్ డిగ్రీ పొందుకుంది. □



6వ పాశురం

పుళ్ళుం శిలమ్మనగాణ్, పుళ్ళైయన్ కోయిల్, వెణ్ణి విళిశణ్, పేరవం కేట్టిలైయా? విళ్ళాయ్!ఎఱున్దాయ్, పేయ్ములై నంజమ్మ కళ్ళచ్చగదం, కలక్కళియక్కాలోచ్చి వెళ్ళత్తరబిల్, తుయిలవర్క్క విత్తివై ఉళ్ళత్తక్కొళ్ళు, మునవల్ గళం యోగిగళమ్

తీరుప్పావై

ఉళ్ళం పుగున్దు, కుళిరన్దేల్ రెమ్మవాయ్! ఆరవపాట

పళ్ళులన్ని లేచి పరమేశు కీర్తించె వెండి శంఖాల ధ్వనులు గుడి నుండి వినిపించె బభిరురాలవేమి? బయటరావేమి? దేవతార్దన చేశ, ఇంత జాగేమి? పొల్వడిపెనైన పవళించు స్వామి పొలగారు బాలుడై పదతి పూతనన్ చంపె శేషత్వమువైన శయనించు స్వామి శకటానురుని, వేయి శకలములు చేసె మునులు, పెద్దలు, ముఘలు ముగ్గులై పాద మదన గోపుని లీలలు మామచిని కుడివి

భావం: తెలతెలవారుతున్నది. ఆహారము కొరకు కలకలా రావముతో పళ్ళులు బయల్దేరినవి. అది గరుడవాహనుని ఆలయం. అందులో నుండి పెద్దదైన శబ్దముతో తెల్లని శంఖు మ్రోగుతున్నది. పూతన స్తనములోని విషము అరగింబినవాడు, కృత్రిమ శకటమును తన కాలుతో నుగ్గు చేసినవాడు, జాగృతకుడు, శేషశయ్యపై యోగనిద్రలో ఉన్నవాడు. అటువంటి విష్ణుదేవుని ధ్యానిస్తూ మునులు హరిహరయని పెద్దశబ్దముతో నామసంకీర్తన చేస్తున్నారు. మేము వింటున్నాము. నీకు వినరావటం లేదా? అని గోపికలు తన తోటి గోపికను మేలుకొలుపుతున్నారు.

ఫలం: భక్తులతో కలిసి భాగ్యం లభిస్తుంది. □



చిటికెలో శుభ్రం !

అసలే చలికాలం. స్వెటర్లు, ఉన్ని దుస్తులు వాడుతుంటాం. వాటిపైకి దుమ్ము చేరడం.. కొద్దిరోజులకే దారపు పోగులు బయటికి రావడం మామూలే. అస్తమానం ఉడకలేం. ఆ పోగులు తీయడమూ ఇబ్బంది. ఈ చిన్న 'జెల్' లింట్ రోలర్స్ తెచ్చుకోండి. దీనిని దుస్తుల మీద రుద్దితే చాలు

చిటికెలో శుభ్రం అవుతాయి. వాడిని తర్వాత నీటితో కడిగి, తిరిగి వాడుకోవచ్చు. చేతిలో ఇమిడిపోయే ఈ పరికరాన్ని తీసుకెళ్ళమూ నులువే. □

మెదడుకు ఒమేగా - 3

మెన్ పాజ్ తర్వాత ఈస్ట్రోజన్ స్థాయిలు తగ్గుతున్నప్పుడు ఎముకలకు కావాల్సిన ఖనిజ సాంద్రతను ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ అందిస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. తాజాగా చేపట్టిన ఓ అధ్యయనం ఒమేగా-3 ఫాటీయాసిడ్స్ మహిళల్లో జ్ఞాపక శక్తిని అధ్యయనంలో 46 ఏళ్ల వయసున్న వారి మెదడును పరిశీలించినప్పుడు ఈ ప్రాంతంలో అత్యధికంగా ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ను గుర్తించారు. మధ్య వయసు దాటుతున్నప్పుడు హిపోథామస్ పరిమాణం తగ్గుతూ వస్తుంది. ఈ సమయంలో ఒమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉన్న ఆహారాన్ని తీసుకుంటే ఆ ప్రాంతం శక్తిహీనం కాకుండా పని తీరును మెరుగుపరుస్తుంది. చిన్న విషయాల్ని జ్ఞాపకం పెట్టుకోగలగడం, ఇతరులను ప్రేమించడం, విజయం సాధించేలా ఉత్సాహంగా ఆలోచించడం వంటి లక్షణాలు కోల్పోకుండా ఉండటానికి మెదడును ప్రేరేపించడానికి ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ దోహదపడతాయి. లేకుంటే వయసులోనూ సమస్యలను తేలికగా పరిష్కరించుకోగల నైపుణ్యం అలవడుతుంది. సాల్మన్ చేప, ఫ్లాక్స్ సీడ్స్, చియా సీడ్స్, ఆల్మోట్లు, సోయాబీన్స్, గుడ్లు, పాల ఉత్పత్తులు, ఆకుకూరలు, మొలకలు వంటివి నిత్యం ఆహారంలో ఉండేలా జాగ్రత్తపడాలి. రోజూ ఏడు గంటల నిద్ర మెదడుకు ఒత్తిడిని దరి చేరనివ్వదు. ఇవన్నీ మెన్ పాజ్లో కూడా మెదడు ఆరోగ్యానికి పని చేసేందుకు దోహదం చేస్తాయి. □

మహిళలు.. బరువు తగ్గతారు. అంతే కాదు, కండరాలూ దృఢంగా సడకకే ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. పరుగు

అమ్మాయిలూ పరుగెడదామా !

కారణాలు చెబుతారు. ఇందుకోసం గ్రౌండ్లోనే కాదు ఇంట్లో ఉన్న చోటే ఉండి పరుగు తీయొచ్చు. దీనిపై బోలెడు ప్రయోజనాలు అంటారు. వ్యాయామ నిపుణులు. మొదట వేగంగా నడపండి. ఆపై పరుగు లాంటి నడకతో మొదలుపెట్టండి. రెండు రోజుల తర్వాత పరుగు వేగం అందుకుంటుంది. దీనిపై ఎక్కువ కెలోరీలు ఖర్చయి వేగంగా

మారతాయి. రక్తప్రసరణ సమస్యలు, అధికరక్తపోటు, గుండె సమస్యలూ అదుపులోకి వస్తాయి. శరీరం తీరైన ఆకృతి సంతరించుకుంటుంది. ఆరోగ్యకరమైన చర్మం సొంతమవుతుంది. కండరాల దృఢంగా మారడంతోపాటు, శరీరం కూడా తీరైన ఆకృతిలోకి వస్తుంది. పరుగు వల్ల మహిళల్లో రొమ్ము, గర్భాశయ క్యాన్సర్లు వచ్చే ప్రమాదం నగ్నానికి తక్కువగా ఉంటుందని పరిశోధకులు చెబు తున్నారు. □

తినేటప్పుడూ, బివి చూసేటప్పుడూ కుర్చీల మీదో, మంచాలమీదో కూర్చుని తినేస్తుంటారు. గంటల తరబడి సోఫాలపై వాలిపోతున్నారు. దీనివల్ల దీర్ఘకాలంలో వెన్ను, నడుము, తుంటిలో నొప్పి వంటివి తలెత్తుతాయి. అదే సమయంలో నేలమీద కూర్చోవడం వల్ల బోలెడు ప్రయోజనాలూ ఉన్నాయి. అవేంటంటే..

బలపడతాయి. తరచూ కింద నుంచి లేవడం, కూర్చోవడం వల్ల శరీరంలో పేరుకుపోయిన అదనపు కొవ్వు తగ్గుతుంది. ఆకలి అదుపులో ఉంటుంది. అలసట, శరీర బలహీనతలూ ఉకరతగ్గుతాయి.

✦ నేలమీద వచ్చినసమయంలో కూర్చోవడం వల్ల శరీరంలో రక్తప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. నడుము చుట్టూ ఉన్న కండరాల నొప్పి

తగ్గుతుంది. ఇలా క్రమం తప్పకుండా చేయటం వల్ల మిమ్మల్ని మీరు దృఢంగా మార్చుకో వచ్చు. □

అనుకుంటాం కానీ వీటినే త్వరగా మర్చిపోతాం. ✦ మన ఆదవాళ్ళ పరిస్థితే విచిత్రం. ఆఫీసులో పని చేయాలి. ఇంటి బాధ్యతలనూ ఓ కంటి కనిపెట్టుకోవాలి. ఆ రోజు భర్త, పిల్లలకు గుర్తు చేయాల్సినవి ఏమైనా ఉన్నాయా? ఇంట్లో గమనించుకోవల్సిన విషయాలు, పిల్లలు పూర్తిచేయాల్సిన హోంవర్క్లు వంటివి ఏమైనా ఉంటే ముందుగానే వాళ్ళతో మెనేజ్ పెట్టేయండి. పని మీద నుంచి దృష్టి పక్కకు మళ్ళదు. ✦ ఆఫీసులో కొన్ని మీరే పూర్తి చేయాలి. వాటితోనమస్య ఉండదు. మరికొన్ని ఇతర విభాగాలతో కలిసి చేసేవి

✦ నేలమీద కూర్చోని తినడం వల్ల.. ముందుకు వంగి తినాల్సి వస్తుంది. అలా చేసే క్రమంలో పొట్ట కండరాలు కదులుంటాయి. దీనివల్ల జీర్ణ ప్రక్రియ సజావుగా సాగడానికి సాయపడే రసాలు విడుదలవుతాయి. ✦ గంటల తరబడి సోఫాల్లో కూర్చోవద్దు. ఆ అలవాటుని మానుకోలేకపోతుంటే గోడవారగా చాపవేసి కింద కూర్చుని మీవుని నిటారుగా ఉంచి, కాళ్ళను వాచండి. దీనివల్ల నడుము కండరాలు అన్నది ముఖ్యం. మరీ ఆఫీసులో, ఇంట్లో గుట్టలుగా పేరుకున్న పనిని పద్ధతిగా, నాణ్యంగా చేయడం ఎలా అని ఎప్పుడైనా ఆలోచించారా? ఆలోచించండి. లేదంటే పనిని ఆస్వాదించడం మానేసి, ఒత్తిడిగా భావిస్తారు.

✦ ఒకదాని తర్వాత మరొకటూ వెళ్లిపోవడం కాకుండా మీపనిని విభజించుకోండి. అరగంటలోపు పూర్తయ్యేవి చిన్నవి. అంతకన్నా ఎక్కువ సమయం పట్టేవి పెద్దవి. ముందు పెద్దవి చేసేస్తే చిన్నదేముంది. చకచకా చేసుకుంటూ వెళ్ళొచ్చు అనిపిస్తుంది కదా! కానీ చిన్నవే తొలుత పూర్తిచేయండి. ఏముందిలే

ఉంటాయి. ఇలాంటి వాటి విషయంలో వాళ్ళతో ఎలా చేయాలన్నది ముందుగానే మాట్లాడండి. ఆఖరి నిమిషంలో హడావుడి, పొరపాట్లకు తావుండదు. ✦ మర్చిపోతామని జాబితాగా రాసుకుని పెట్టుకోవడం చాలామందికి అలవాటే! మంచిదే కానీ అది కళ్ళ ముందు కనిపిస్తోంటే తెలియకుండానే ఒత్తిడి పెరుగుతుందట. కాబట్టి, పక్కన పెట్టేయండి. □

ముగ్గులకు ఆహ్వానం
మా చిరునామా: ఎడిటర్, వార్త (చెలిడెన్స్), 396, డిజిఆర్ మిల్స్ రోడ్, లోయర్బ్యాంక్ బండ్, హైదరాబాద్- 500080.మెయిల్ : cheli@vaartha.com

సాబుదానా థాలీ పీట్

సగ్గు బియ్యన్ని శుభ్రంగా కడిగి రాతంతా నానబెట్టు

బేబీలై స్నూస్సు, అల్లం-చిన్నముక్క, కొత్తిమీర- ఒక కట్ట, నిమ్మరసం-ఒకటీసెస్కాన్, పంచదార-ఒకటీసెస్కాన్, ఉప్పు- తగినంత, నూనె-తగినంత.

తయారీ విధానం : సగ్గుబియ్యాన్ని శుభ్రంగా కడిగి రాతంతా నానబెట్టుకోవాలి. బంగాళదుంపలను ఉడికించి, పొట్టుతీసి గుజ్జగా చేసుకోవాలి. పల్లీలను వేయించి పొడి చేసుకోవాలి. ఉదయాన్నే సగ్గుబియ్యంలో నీళ్ళన్నీ తీసివేసి బంగాళదుంపల గుజ్జ వేసి కలుపుకోవాలి. జీలకర్ర, పల్లీపొడి, అల్లం, కొత్తిమీర, పంచదార, నిమ్మరసం, తగినంత ఉప్పువేసి మరోసారికలుపుకోవాలి. స్టవ్ పై పాన్ పెట్టి ఒక చెంప నూనె వేసి పాన్ పై సమంగా అంటేలా రాయాలి. అర చేతులకు కొద్దిగా నూనె రాసుకుని మిశ్రమాన్ని కొద్దిగా చేతుల్లోకి తీసుకుంటూ థాలీ పీట్లు అడుక్కోవాలి. వీటిని పాన్ పై వేసి రెండు వేపులా కాల్చుకోవాలి. పాన్ పెద్దగా ఉంటే ఒకేసారి రెండు మూడు థాలీ పీట్లు వేసి కాల్చుకోవచ్చు. చట్నీ లేదా టామాటో కెచప్ తో సర్వీ చేసుకుంటే చాలా రుచిగా ఉంటాయి. □

ముత్యాలు ముగ్గు

విశాఖపట్నం

16 చుక్కలు 6 వరుసలు ఇటు అటే వదిలి 6 వరకు - లక్ష్మీ ప్రసన్న బి.ఎన్.రెడ్డి నగర్

ముత్యాలు ముగ్గు

విశాఖపట్నం

15 చుక్కలు 8 చుక్కల వరకు మధ్య - ఎ. ప్రసన్న హృత్కింద

