సమగ్ర సమాచార పత్రిక

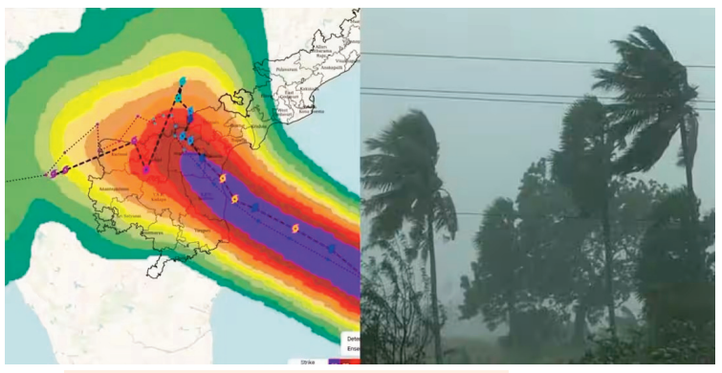
ముద్ర

www.mudranews.in

హైదరాబాద్
సోమవారం, 02.11.2026

www.mudranews.in | @mudranews

సంపుటి:13 సంచిక: 361
పేజీలు: 08 వెల: రూ. 5



దూసుకొస్తున్న

మురసు తుపాన్

ఏపీ, తెలంగాణలో భారీ వర్షాలు!

- నవంబర్ 3న నెల్లూరు–నరసాపురం మధ్య తుపాను తీరం దాటే అవకాశం
- గంటకు 110 కి.మీ. వేగంతో ఈదురుగాలులు.. తీరప్రాంతాలకు హెచ్చరిక
- తెలంగాణలోని పలు జిల్లాలకు ఐఎండీ అలర్ట్
- మత్స్యకారులు వేటకు వెళ్లొద్దు
- అప్రమత్తమైన విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ

ముద్ర, హైదరాబాద్ :
అర్నబ్ తుపాను విధ్వంసం నుంచి ఇంకా బయటపడక ముందే ఏపీ వైపు మరో తుపాను దూసుకొస్తోంది. ఆగ్నేయ బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన తీవ్రవాయుగుండం గడిచిన 6 గంటల్లో గంటకు 23 కిలోమీటర్ల వేగంతో ప్రయాణిస్తోందని వాతావరణ శాఖ తెలిపింది. ప్రస్తుతం ఇది చెన్నెకి 700 కి.మీ, విశాఖపట్నానికి 770 కి.మీ, మచిలీపట్నానికి 770 కి.మీ, ఒంగోలుకు 810 కి.మీ దూరంలో కేంద్రీకృతమై ఉందని వెల్లడించింది. రాబోయే 6 గంటల్లో ఇది తుపానుగా మారనుండగా, రేపు ఉదయానికి **మిగతా 02లో**



రియల్ రంగానికి

అపార అవకాశాలు





- హైదరాబాద్‌ను మాఫియా రహిత నగరంగా మారుస్తాం..
- ల్యాండ్ మాఫియాను కట్టడి చేయాలి
- న్యూయార్క్ తరహాలో నగర అభివృద్ధికి డెవలపర్లు సహకరించాలి
- ప్రపంచ దేశాల్లో భారత్‌కు మోదీకి ఎంత పేరుందో.. హైదరాబాద్‌కు కూడా అంతే గుర్తింపు ఉంది

జ్ఞానేశ్ కుమార్ తర్వాత

మోదీ వంతు

రామ్‌లీలా మైదాన్‌లో రాహుల్ హెచ్చరిక!

రాజ్యాంగాన్ని ధ్వంసం చేయడానికి అనుమతించం..

2024 ఎన్నికలు దొంగిలించబడ్డాయి..

జ్ఞానేశ్ కుమార్‌ను జైలుకు పంపిస్తాము..

ఇండి కూటమి ర్యాలీలో రాహుల్ వ్యాఖ్యలు..

ఓపెన్ టాప్ జీపులో విపక్ష నేతలతో ర్యాలీ!

కన్నాట్‌ప్లేస్ నుంచి రామ్‌లీలా మైదాన్ వరకు ర్యాలీ



ముద్ర, న్యూఢిల్లీ :
ఢిల్లీలోని రామ్‌లీలా మైదాన్‌లో జరిగిన ఇండియా కూటమి మెగా ర్యాలీలో కాంగ్రెస్ అగ్ర నేత, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నేత రాహుల్ గాంధీ కేంద్ర ప్రభుత్వంపై తీవ్ర విమర్శలు చేశారు. ప్రధాని నరేంద్రమోడీ, కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా, ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్‌పై తనకు వ్యక్తిగతమైన ద్వేషం లేదని, అయితే వారు దేశ ఆత్మపై దాడి చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. తాము ద్వేషాన్ని వ్యాప్తి చేయబోమని, హింసకు పాల్పడబోమని, కానీ రాజ్యాంగాన్ని ధ్వంసం చేయడానికి మాత్రం అనుమతించేది లేదని స్పష్టం చేశారు. ప్రతీ భారతీయుడి హక్కులే తమకు మతం కన్నా ముఖ్యమని రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. దేశంలోని ప్రతీ ఒక్కరికీ సమానంగా భాగస్వామ్యం కల్పించే భారత్ కావాలని, రైతులు తమ కష్టానికి ఫలితం పొందాలని, విద్యార్థులకు ఉద్యోగాలు రావాలని కాంక్షించారు. దేశంలో సంపద ఇద్దరు ముగ్గురు చేతిల్లో కేంద్రీకృతమైందని ఆరోపించారు.

2024 ఎన్నికలు చోరీ అయ్యాయి..

2024 లోక్‌సభ ఎన్నికలు చట్ట విరుద్ధంగా జరిగాయని రాహుల్ గాంధీ ఆరోపించారు. ఆ ఎన్నికలను చోరీ చేశారని అన్నారు. ఈ ఎన్నికల తర్వాత ఓటర్ల జాబితా నుంచి 15 శాతం మంది పేర్లను తొలగించారని పేర్కొన్నారు. ఈ వివరాలను ఎన్నికల సంఘమే చెప్పిందని వెల్లడించారు. గతంలో మధ్యప్రదేశ్, హర్యానా, ఛత్తీస్‌గఢ్, మహారాష్ట్ర, కర్ణాటకతో పాటు 2024 లోక్‌సభ ఎన్నికల్లోనూ ఓట్ల చోరీ జరిగిందని రాహుల్ ఆరోపించారు. ఈవీఎంల ద్వారా, ఓటర్ల జాబితాల్లో పేర్లను తొలగించడం లేదా కొత్త పేర్లను చేర్చడం ద్వారా ఎన్నికల ఫలితాలను ప్రభావితం చేశారని విమర్శించారు.

జ్ఞానేశ్ తర్వాత మోడీనే టార్గెట్..

ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్‌ను పదవి నుంచి తొలగిస్తామని, ఆయన జైలుకు వెళ్లాల్సి వస్తుందని రాహుల్ గాంధీ వ్యాఖ్యానించారు. ఓట్ల చోరీ అనేది సాధారణ దొంగతనం కాదని, ప్రజలందరి గొంతుకను దొంగిలించడమేనని రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. దీన్ని చట్టపరమైన పరిభాషలో అత్యంత అరుదైన కేసుగా, దేశద్రోహంగా అభివర్ణించారు. జ్ఞానేశ్ కుమార్ లేకపోతే మోడీ ప్రధాని అయ్యేవారు కాదని, అమిత్ షా హోంమంత్రి అయ్యేవారు కాదని ఆరోపించారు. జ్ఞానేశ్ తర్వాత ప్రధాని మోడీ వంతు వస్తుందని, మోడీ ఎక్కడికి వెళ్లలేరు అంటూ **మిగతా 02లో**

రాహుల్ ప్రధాని కాలేరు

మాక్ పార్లమెంటులోనే రాహుల్ ప్రధాని

- సిక్కుల ఊచకోత రోజున సభ నిర్వహించడంపై కాంగ్రెస్‌కు షా చురకలు
- అబద్ధాలు, అరాచకమే విపక్షాల అసలు స్వరూపం
- మోదీ ప్రభుత్వంలో సిక్కు అల్లర్ల కేసుల పునర్విచారణ..
- రాహుల్‌పై అమిత్ షా వ్యంగ్యాస్త్రాలు



మోడీ, షా తలవంచే వరకు

పోరాటం

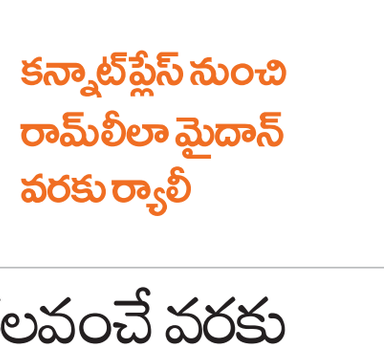


- మోడీ అనే రావణుడిని ఓడిస్తాం..
- తెలంగాణ కాంగ్రెస్ కార్యకర్తల సంకల్పాన్ని అడ్డుకోలేరు
- దేశవ్యాప్తంగా 13 కోట్ల ఓట్లు తొలగించారు..
- మోడీ సర్కారుపై రేవంత్ ఫైర్
- ఢిల్లీలో కీలక వ్యాఖ్యలు

రైతులకు బీఆర్ఎస్ అండ

బోథ్ సభలో కేటీఆర్

- ఒక్కో కుటుంబానికి రూ.2 లక్షల సాయం
- మరో ఏడాది ఓపిక పట్టండి.. కేసీఆర్ మళ్లీ వస్తారు
- కాంగ్రెస్ పాలనలో ఆత్మహత్యలు పెరిగాయి
- బాధిత కుటుంబాలకు అండ
- రైతుల కన్నీళ్లు తుడుస్తాం..



బియ్యం ధరలకు కళ్లెం

గరిష్ఠ ధరలు ఖరారు!



- సన్నబియ్యం పేరుతో అధిక ధరలకు విక్రయిస్తే కఠిన చర్యలు..
- బీపీటీ కిలో రూ.66కు మించొద్దు
- హెచ్ఎంటీ, జేఎస్ఆర్ రూ.79..
- ఆర్ఎన్ఆర్, తెలంగాణ సోనా రూ.74గా నిర్ణయం
- ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన ధరల పట్టికను ప్రతీ రైస్ షాపులో ప్రదర్శించాలని ఆదేశం.
- తనిఖీలకు భయపడి షాపులు మూసినా.. దాడులు ఆపేది లేదు
- ప్రభుత్వం హెచ్చరిక

ముద్ర, తెలంగాణ బ్యూరో :
రాష్ట్రంలో బియ్యం ధరలకు అడ్డూ అదుపు లేకుండా పోతుండటంతో తెలంగాణ పౌరసరఫరాల శాఖ రంగంలోకి దిగింది. అక్రమ నిల్వలు, కృత్రిమ కొరత సృష్టిస్తూ బియ్యం ధరలను ఇష్టారాజ్యంగా పెంచుతున్న రైస్‌మిల్లర్లు, ట్రేడర్లకు కళ్లెం వేసేందుకు చర్యలు ముమ్మరం చేసింది. ఇప్పటికే రైస్ షాపులు, గోదాముల్లో తనిఖీలు చేపట్టిన **మిగతా 02లో**

ముగిసిన పురపాలక పోలింగ్

కౌంటింగ్‌పై ఉత్కంఠ!

- పులివెందులలో చెదురుమదురు ఘటనలు.. మిగతా ప్రాంతాల్లో పోలింగ్
- గూడూరులో అత్యధికంగా 73.96 శాతం పోలింగ్.. జీవీఎంసీలో అత్యల్పం.
- మధ్యాహ్నం 3 గంటలకే 48.03 శాతం ఓటింగ్.. తుది శాతం పెరిగే అవకాశం.
- నవంబర్ 3న ఓట్ల లెక్కింపు.. అదే రోజు ఫలితాలు!



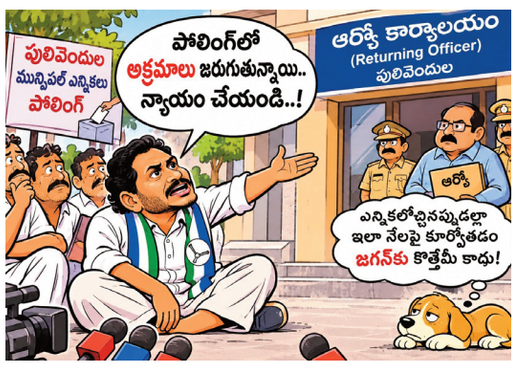
రోజుకు లక్ష కోట్లు

యూపీఐ ఆల్ టైమ్ రికార్డు

- అక్టోబర్‌లో యూపీఐ లావాదేవీల్లో రికార్డు వృద్ధి
- పండుగ కొనుగోళ్లతో పెరిగిన డిజిటల్ చెల్లింపులు
- నెలలో 25.47 బిలియన్ యూపీఐ లావాదేవీలు
- గతేడాదితో పోలిస్తే 23 శాతం పెరిగిన లావాదేవీలు



ఇదీ AI ముద్ర



సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
www.mudranews.in | @mudranews
సోమవారం, 02 నవంబర్, 2026

కొబ్బరి నూనెతో మసాజ్

కొబ్బరి నూనెతో తలపై మృదువుగా మసాజ్ చేయడం వల్ల జుట్టు పొడిబారకుండా ఉంటుంది. జుట్టు విరిగిపోవడాన్ని తగ్గించడంలోనూ ఇది సహాయపడుతుంది.



జ్ఞానేశ్ కుమార్ తర్వాత
మోదీ వంతు

(మొదటి పేజీ తరువాయి)
వార్నింగ్ ఇచ్చారు. దేశంలో రైతులు, యువత, కార్మికులకు వారి హక్కులు దక్కడం లేదని, దేశ సంపద కొద్దిమంది చేతుల్లోనే కేంద్రీకృతమైందని విమర్శించారు. మాకు ఇలాంటి దేశం వద్దని అన్నారు. మోడీ ప్రజల్ని విభజించే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని, ఈడీలతో భయపెడుతున్నారని, ఇక భయపడమని రాహుల్ అన్నారు.

పోరాటం కొనసాగిస్తాం..

ప్రధాని మోదీ, అమిత్ షా, జ్ఞానేశ్ కుమార్ తమకు శత్రువులు కాదని రాహుల్ గాంధీ అన్నారు. బీజేపీ, ఆర్ఎస్ఎస్ కార్యకర్తలపై తాము దాడులు చేయబోమని, ద్వేషాన్ని లేదా హింసను ప్రోత్సహించబోమన్నారు. దేశ రాజ్యాంగాన్ని, ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థల్ని కాపాడేందుకు పోరాటం కొనసాగిస్తామని అన్నారు.

ఓపెన్ టాప్ జీపులో ర్యాలీ!

రామ్‌లీలా మైదాన్‌లో భారీ ర్యాలీకి కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని ప్రతిపక్ష కూటమి పిలుపునిచ్చింది. ఈ భారీ ర్యాలీకి ప్రతిపక్ష నేతలతో పాటు విపక్షాలకు చెందిన ప్రముఖ నాయకులు హాజరవుతున్నారు. ఆదివారం మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు కన్నాట్‌ప్లేస్ నుంచి ఈ ర్యాలీ ప్రారంభమైంది. రాహుల్ గాంధీ నేతృత్వంలో విపక్ష నేతలంతా ఓపెన్ టాప్ జీపులో సభా స్థలికి బయలుదేరారు. మింటో రోడ్ జంక్షన్, అజ్మేర్ గేట్ మీదుగా రామ్‌లీలా మైదాన్‌కు ఈ ర్యాలీ చేరుకుంటుంది. ఒకే వాహనంలో రాహుల్ గాంధీతో పాటు కాంగ్రెస్ ఎంపీ ప్రియాంక గాంధీ వాద్రా, నేషనల్ కాన్ఫరెన్స్ ఎంపీ ఫరూక్ అబ్దుల్లా, సమాజ్ వాదీ పార్టీ చీఫ్ అఖిలేష్ యాదవ్, ఎన్సీపీ–ఎస్సీపీ ఎంపీ సుప్రియా సూలే, టీఎంసీ నేత మమతా బెనర్జీ, ఆర్జేడీ నేత తేజస్వీ యాదవ్ తదితరులు ఉన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముందు కీలక నేతలంతా కాంగ్రెస్ చీఫ్ మల్లికార్జున ఖర్గే నివాసానికి చేరుకున్నారు.

ఇదిలా ఉంటే, రామ్‌లీలా మైదాన్‌తో పాటు ఢిల్లీ వ్యాప్తంగా పోలీసులు కట్టుదిట్టమైన భద్రత ఏర్పాటు చేశారు. 4000 మందికి పైగా పోలీసులు మోహరించారు. మరోవైపు, ఈ ర్యాలీ కారణంగా తమ వ్యాపారాలు దెబ్బతింటున్నాయని ఢిల్లీ వ్యాపారులు నాలుగోసారి రాహుల్ గాంధీకి లేఖ రాశారు. 2.5 లక్షల షాపులు మూతపడ్డాయని, 80 శాతం వ్యాపారాలు బంద్ అయ్యాయని ఛాంబర్ ఆఫ్ ట్రేడ్ అండ్ ఇండస్ట్రీ వెల్లడించింది.

దూసుకొస్తున్న
మురసు తుపాన్



(మొదటి పేజీ తరువాయి)
పశ్చిమమధ్య బంగాళాఖాతంలో 'తీవ్ర తుపాను'గా మరింత బలపడే అవకాశం ఉందని పేర్కొంది. ఈ తీవ్ర తుపాను రేపు అర్ధరాత్రి నుంచి ఎల్లుండి తెల్లవారుజాము మధ్య నెల్లూరు – నరసాపురం మధ్య తీరాన్ని దాటవచ్చని వాతావరణ శాఖ అంచనా వేస్తుంది. తమిళ భాషలో 'ధంకా' అనే అర్థం కలిగిన ఈ తుపానుకు 'మురసు' అని పేరు పెట్టారు. ఈ ఏడాది బంగాళాఖాతంలో ఏర్పడిన రెండో తుపాను ఇది. అక్టోబర్ నెలాఖరున అర్నబ్ తుపాను కోస్తాంధ్ర జిల్లాల్లో తీవ్ర నష్టం మిగిల్చింది. ఇంతనే వాతావరణ శాఖ మరో తుపాను హెచ్చరిక చేసింది.

మూడు రోజులు భారీ వర్షాలు

మురసు తుపాను తీరం దాటిన అనంతరం తెలంగాణ వైపు ప్రయాణించే అవకాశాలు ఉన్నాయని అధికారులు తెలిపారు. తుపాను ప్రభావంతో రానున్న 3 రోజులు దక్షిణ కోస్తా రాయలసీమ జిల్లాల్లో భారీ నుంచి అత్యంత భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశముంది. తెలంగాణ పరిధిలో ముఖ్యంగా మహబూబ్‌నగర్, నాగర్‌కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో భారీ వర్షాలు కురిసే సూచనలు ఉన్నట్లు వాతావరణ శాఖ పేర్కొంది. మురసు ప్రభావంతో నేటి నుంచి వర్షాలు ప్రారంభమై, మరో రెండ్రోజులు భారీగా కురుస్తాయని ఐఎండీ హైదరాబాద్ ఆదివారం ఉదయం వర్షపాత హెచ్చరిక జారీ చేసింది. ఆదివారం తెలంగాణలోని కొన్నిప్రాంతాల్లో ఉరుములు, మెరుపులు, ఈదురు గాలులు వీచే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. సోమ, మంగళవారాల్లో ఖమ్మం, భద్రాద్రి కొత్తగూడెం, మహబూబాబాద్, సూర్యాపేట, నల్గొండ, యాదాద్రి భువనగిరి సహా తెలంగాణలోని తూర్పు, దక్షిణ జిల్లాలకు హైదరాబాద్‌లోని ఐఎండీ భారీ వర్ష సూచన చేసింది. రాబోయే కొద్ది రోజుల్లో హైదరాబాద్ రాజధాని ప్రాంతం, మేడ్చల్–మల్కాజిగిరి, రంగారెడ్డితో సహా దాని పరిసర జిల్లాల్లో ఆకాశం మేఘావృతమై ఉంటుందని, అడపాదడపా తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు, ఈదురు గాలులతో కూడిన గాలులు వీస్తాయని పేర్కొంది. తుపాను బలహీనపడి అల్పపీడనంగా మారడంతో, బుధవారం నాటికి వర్షాలు క్రమంగా తగ్గి, ఉరుములతో కూడిన వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని వెల్లడించింది.

అప్రమత్తమైన విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ

ప్రజలందరూ అప్రమత్తంగా ఉండి తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఏపీ విపత్తుల నిర్వహణ సంస్థ ఎండీ ప్రఖర్ జైన్ కోరారు. తీరప్రాంత ప్రజలు, మత్స్యకారులు సురక్షిత ప్రాంతాల్లో ఉండాలని, అత్యవసర సహాయక చర్యల కోసం విపత్తు నిర్వహణ బృందాలను సిద్ధంగా ఉంచినట్లు తెలిపారు. రేపు పశ్చిమమధ్య బంగాళాఖాతంలో తీవ్ర తుపానుగా బలపడే అవకాశం ఉందన్నారు. మంగళవారం తెల్లవారుజామున దక్షిణకోస్తా తీరానికి సమీపంలోకి చేరుకుంటుందని, మంగళవారం ఉదయం తీవ్రతుపానుగా నెల్లూరు–నరసాపురం మధ్య దక్షిణకోస్తా తీరాన్ని దాటే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. తుపాను తీరాన్ని దాటే సమయంలో గంటకు 100–110 కి. మీ. వేగంతో ఈదురుగాలులు వీచే అవకాశం ఉందన్నారు. మత్స్యకారులు వేటకు వెళ్లవద్దని, ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని హెచ్చరించారు.

బియ్యం ధరలకు కళ్లెం

(మొదటి పేజీ తరువాయి)
అధికారులు.. తాజాగా మిల్లర్లు, వ్యాపారులతో సమావేశమై సన్నబియ్యం విక్రయాలకు గరిష్ఠ ధరలను ఖరారు చేశారు. ప్రస్తుతం మార్కెట్‌లో మేలు రకం సన్నబియ్యం కిలో రూ.75 నుంచి రూ.95 వరకు విక్రయిస్తుండటంపై పౌరసరఫరాల శాఖ మంత్రి ఉత్తమ్‌కుమార్‌రెడ్డి ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. బియ్యం ధరలను నియంత్రించేందుకు విస్తృతంగా తనిఖీలు నిర్వహించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా బీపీటీ బియ్యం ధర కిలోకు రూ.66 మించకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని స్పష్టం చేశారు.

ఇవే గరిష్ఠ ధరలు!

పౌరసరఫరాల శాఖ నిర్ణయం ప్రకారం.. హెచ్ఎంటీ, జేఎస్ఆర్ రకాల బియ్యం కిలో రూ.79, ఆర్ఎన్ఆర్, తెలంగాణ సోనా రకాలు రూ.74, బీపీటీ, కేఎన్ఎం రకాలు రూ.66 చొప్పున విక్రయించాల్సి ఉంటుంది. ఈ ధరల వివరాలను ప్రతి రైస్ షాపులో వినియోగదారులకు కనిపించేలా ప్రదర్శించాలని అధికారులు ఆదేశించారు. కమిషనర్ స్టీఫెన్ రవీంద్ర సూచనల మేరకు శాఖ డైరెక్టర్ శ్యాం ప్రసాద్‌లాల్ మిల్లర్లు, ట్రేడర్లతో సమావేశమయ్యారు. వరి సాగు, దిగుబడి, ధాన్యం సేకరణలో తెలంగాణ ముందున్నప్పటికీ రాష్ట్రంలో బియ్యం ధరలు భారీగా పెరగడం సమంజసం కాదని పేర్కొన్నారు. వ్యాపారులు తమ లాభాలను దృష్టిలో ఉంచుకుంటూనే ప్రభుత్వం నిర్ణయించిన ధరలకు అనుగుణంగా బియ్యం విక్రయించాలని స్పష్టం చేశారు.

ఎంఆర్‌పీ మార్పు.. కేసులు!

మరోవైపు అక్రమాలకు పాల్పడుతున్న వ్యాపారులపై అధికారులు కొరడా ఝళిపిస్తున్నారు. శనివారం హైదరాబాద్‌లోని కూకట్‌పల్లి ప్రాంతంలో నిర్వహించిన తనిఖీల్లో పలు అక్రమాలు వెలుగుచూశాయి. బియ్యం బస్తాలపై ముద్రించిన బరువు కంటే తక్కువగా సరుకు ఉండటంతో పాటు, ఎంఆర్‌పీ స్టిక్కర్లను మార్చి అధిక ధరలకు విక్రయిస్తున్నట్లు గుర్తించారు. ఈ అక్రమాలకు పాల్పడిన ట్రేడర్లపై 420 కేసులతో పాటు నిత్యావసర వస్తువుల చట్టం కింద కేసులు నమోదు చేసినట్లు పౌరసరఫరాల శాఖ విజిలెన్స్ అధికారి శశిధర్‌రాజు వెల్లడించారు.

తనిఖీలు ఆగవు!

అధికారులు తనిఖీలకు వస్తున్నారన్న సమాచారంతో కొన్ని ప్రాంతాల్లో వ్యాపారులు దుకాణాలు మూసివేసి వెళ్లిపోతున్నట్లు అధికారులు గుర్తించారు. మరోవైపు తనిఖీ సిబ్బంది కొరత కూడా ఉన్నప్పటికీ వెనక్కి తగ్గేది లేదని స్పష్టం చేశారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా తనిఖీలు నిరంతరం కొనసాగిస్తామని హెచ్చరించారు. బియ్యం ధరల పెరుగుదలతో ఇబ్బందులు పడుతున్న సామాన్య వినియోగదారులకు ఈ నిర్ణయాలు ఎంతవరకు ఉపశమనం కలిగిస్తాయన్నది చూడాలి.

రోజుకు లక్ష కోట్లు

ముద్ర, న్యూఢిల్లీ :
అక్టోబర్‌లో భారతదేశం యొక్క డిజిటల్ చెల్లింపుల వ్యవస్థలో గణనీయమైన వృద్ధి నమోదైంది. పండుగ కొనుగోళ్ల మరియు ఆన్‌లైన్ షాపింగ్ కారణంగా యూనిఫైడ్ పేమెంట్స్ ఇంటర్‌ఫేస్ (UPI) లావాదేవీలు 25. 47 బిలియన్‌కు చేరాయి, ఇది గత సంవత్సరం ఇదే నెలతో పోలిస్తే 23% పెరుగుదల. ఈ సమాచారం భారతదేశం యొక్క నేషనల్ పేమెంట్స్ కార్పొరేషన్ (NPCI) ద్వారా విడుదల చేయబడింది. UPI లావాదేవీల మొత్తం విలువ రూ. 31. 53 లక్షల కోట్లను తాకింది, ఇది 16% సంవత్సరానికి సంవత్సరానికి వృద్ధిని సూచిస్తుంది. అక్టోబర్‌లో నమోదైన ఈ సంఖ్యలు సెప్టెంబర్‌లో 24. 07 బిలియన్ UPI లావాదేవీలతో పోలిస్తే గట్టి పునరుద్ధరణను సూచిస్తున్నాయి. సెప్టెంబర్‌లో UPI లావాదేవీలు రూ. 29. 37 లక్షల కోట్ల విలువైన చెల్లింపులను కలిగి ఉన్నాయి.ఈ వృద్ధి నవరాత్రి, దుర్గా పూజ మరియు ప్రధాన ఈ-కామర్స్ అమ్మకాలతో సమన్వయం అయ్యింది, కాబట్టి వినియోగదారులు షాపింగ్, భోజనం, ఇతర పండుగ కార్యకలాపాలపై ఎక్కువగా ఖర్చు చేశారు. అక్టోబర్‌లో సగటు రోజువారీ లావాదేవీలు 822 మిలియన్‌కు చేరాయి, ఇది సెప్టెంబర్‌లో 802 మిలియన్‌కు పెరిగింది. సగటు రోజువారీ లావాదేవీ విలువ కూడా మొదటిసారిగా రూ.1 లక్ష కోట్లను దాటింది, రూ. 1. 01 లక్ష కోట్లకు చేరింది.
అక్టోబర్ 9న లావాదేవీలు 873 మిలియన్‌కు చేరాయి, దసరా ముందు అక్టోబర్ 19 వరకు అధికంగా కొనసాగాయి. UPI లావాదేవీలు అక్టోబర్‌లో 25. 47 బిలియన్‌కు చేరాయి, ఇది సంవత్సరానికి 23% పెరుగుదలని సూచిస్తుంది. UPI లావాదేవీల మొత్తం విలువ రూ. 31. 53 లక్షల కోట్లను తాకింది, ఇది 16% వార్షిక వృద్ధిని సూచిస్తుంది. అక్టోబర్‌లో సగటు రోజువారీ లావాదేవీలు 822 మిలియన్‌కు చేరాయి, సెప్టెంబర్‌లో 802 మిలియన్ నుండి పెరిగాయి. సగటు రోజువారీ లావాదేవీ విలువ మొదటిసారిగా రూ. లక్ష కోట్లను దాటింది, రూ.1. 01 లక్ష కోట్లకు చేరింది. పండుగ కాలం ఈ వృద్ధిని ప్రేరేపించింది.



'నవరాత్రి , పెద్ద ఆన్‌లైన్ అమ్మకాలు అక్టోబర్‌లో జరిగాయి, ప్రజలు పెద్ద పండుగ కొనుగోళ్ల కోసం UPIని ఉపయోగించారు, వారి రోజువారీ చెల్లింపులతో పాటు,' అని చెల్లింపు సంస్థ కాష్‌ఫ్రీ యొక్క సహ వ్యవస్థాపకుడు రీజు దత్తా చెప్పారు. ఈ రికార్డు వృద్ధి స్మార్ట్‌ఫోన్లు, ల్యాప్‌టాప్‌లు మరియు ఇతర ఎలక్ట్రానిక్ ఉత్పత్తుల ధరలు పెరుగుతున్నందున వచ్చిన ఆందోళనల మధ్య జరిగింది. ఈ ఉత్పత్తుల ధరలు ఇటీవల 30–40% పెరిగాయని నివేదికలు ఉన్నాయి, ఇది భాగంగా మెమరీ చిప్ ఖర్చుల కారణంగా.
ధంతేరస్ , దీపావళి నవంబర్‌లో జరగడంతో, ఫిన్‌టెక్ సంస్థలు డిజిటల్ చెల్లింపు కార్యకలాపాలు బలంగా కొనసాగుతాయని ఆశిస్తున్నాయి. 'ధంతేరస్ వంటి సందర్భాలు కూడా బంగారం, ఇతర సంప్రదాయ పండుగ కొనుగోళ్లలో అధిక విలువైన లావాదేవీలను ప్రేరేపించగలవు," అని డిజిటల్ రుణదాత ఫిబ్ యొక్క MD మరియు గ్రూప్ CEO అక్షయ్ మెహ్రోత్రా చెప్పారు.

ముగిసిన పురపాలక పోలింగ్

ముద్ర, అమరావతి :
ఆంధ్రప్రదేశ్ వ్యాప్తంగా మున్సిపల్ కార్పొరేషన్లు, మున్సిపాలిటీలు, నగర పంచాయతీలకు ఆదివారం ఉదయం 7 గంటలకు ప్రారంభమైన ఎన్నికల పోలింగ్ సాయంత్రం 5 గంటలకు ముగిసింది. ఉదయం వేళల్లో ఓటర్లు పోలింగ్ కేంద్రాల కుభారీగా తరలివచ్చి ఉత్సాహంగా ఓటు హక్కు వినియోగించుకోగా, మధ్యాహ్న సమయానికి పోలింగ్ కాస్త మందకొడిగా సాగింది. పులివెందుల వంటి కొన్ని సున్నితమైన ప్రాంతాల్లో చెదురుమదురు వివాదాలు, తోపులాటలు చోటు చేసుకున్నప్పటికీ, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా మిగిలిన అన్ని పట్టణ స్థానిక సంస్థల్లో పోలింగ్ ప్రక్రియ ప్రశాంతంగా ముగిసింది. సాయంత్రం 5 గంటల సమయానికి పోలింగ్ కేంద్రాల వద్ద క్యూలైన్లలో వేచి ఉన్న ఓటర్లందరికీ ఓటు వేసేందుకు ఎన్నికల అధికారులు అవకాశం కల్పించారు. ప్రస్తుతం క్యూలలో ఉన్నవారు ఓటు వేస్తుండటంతో తుది పోలింగ్ శాతం మరింత పెరిగే అవకాశముంది.
ఇదిలా ఉంటే మధ్యాహ్నం 3 గంటల సమయానికి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా సగటున 48.03 శాతం పోలింగ్ నమోదైంది. ప్రాంతాల వారీగా పరిశీలిస్తే.. కర్నూలు జిల్లా గూడూరు నగర పంచాయతీ ఏకంగా 73.96 శాతం పోలింగ్‌తో రాష్ట్రంలోనే అగ్రస్థానంలో నిలిచింది. ఆ తర్వాతి స్థానాల్లో ప్రకాశం జిల్లా చీమకుర్తి (73.64%), మార్కాపురం జిల్లా కనిగిరి (73.20%), చిత్తూరు జిల్లా నగరి (71.78%), కడప జిల్లా బద్వేలు మున్సిపాలిటీల్లో (71.52%) భారీ పోలింగ్ రికార్డైంది. మరోవైపు మహానగరాల్లో ఓటర్లలో నుంచి ఆశించిన స్పందన లభించకపోవడంతో విశాఖపట్నం జీవీఎంసీ (GVMC) పరిధిలో కేవలం 39.72 శాతం మాత్రమే ఓట్లు పోలై రాష్ట్రంలోనే అత్యల్ప పోలింగ్ నమోదైన నగరంగా మిగిలింది. పోలింగ్ ముగియడంతో బ్యాలెట్ బాక్సులను కట్టుదిట్టమైన భద్రత నడుమ స్ట్రాంగ్‌రూమ్‌లకు తరలిస్తున్నారు. అవసరమైన చోట్ల సోమవారం రీపోలింగ్ నిర్వహించి, మంగళవారం (నవంబర్ 3న) ఉదయం 8 గంటల నుంచి ఓట్ల లెక్కింపు చేపట్టి వెల్లడించనున్నారు.

రాహుల్ ప్రధాని కాలేరు

ముద్ర, న్యూఢిల్లీ :
ప్రధాని కావాలనుకుంటే జీవితాంతం మాక్ పార్లమెంటులోనే ఉండిపోవాలని కాంగ్రెస్ నేత రాహుల్ గాంధీపై కేంద్ర మంత్రి అమిత్ షా వ్యంగ్యాస్త్రాలు విసిరారు. సిక్కుల ఊచకోత జరిగిన రోజే రాంలీలా మైదానంలో సభ నిర్వహించడం.. బాధితుల పుండుమీద కారం చల్లినట్లేనని వ్యాఖ్యానించారు. చండీగఢ్‌లో నిర్వహించిన కార్యక్రమంలో అమిత్ షా ఈ మేరకు ప్రసంగించారు. అబద్ధాలు చెప్పడం, అరాచకాన్ని వ్యాప్తి చేయడం, పార్లమెంటును పనిచేయనివ్వకపోవడం.. ఇదే ప్రతిపక్షాల నిజ స్వరూపమని మండిపడ్డారు. '1984 నవంబరు 1న వేలాది మంది సిక్కులను ఊచకోత కోశారు. ఒక రాజకీయ పార్టీ రెచ్చగొట్టిన ఈ తరహా అల్లర్లను భారత్ ఎన్నడూ చూడలేదు. 2014లో మోదీ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన అనంతరం.. 1984నాటి సిక్కు వ్యతిరేక అల్లర్లలో పాల్గొన్న వారందరి కేసులను తిరిగి తెరిచింది. అల్లర్లలో మరణించిన ప్రతి వ్యక్తి కుటుంబానికి రూ.5 లక్షల పరిహారం ఇచ్చింది. అదే సమయంలో నాటి హింసాత్మక ఘటనల్లో పాల్గొన్న కాంగ్రెస్ నేతలను జైలులో పెట్టింది'' అని అమిత్ షా తెలిపారు.
విపక్షాల 'చలో దిల్లీ' సభను మూర్ఖపు నాటకంగా కేంద్ర మంత్రి జేపీ నడ్డా పేర్కొన్నారు. ''దిల్లీలో అరాచకాన్ని సృష్టించి.. ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా ఎన్నికైన ప్రభుత్వాన్ని పడగొట్టడం, పండగ సీజన్‌లో దుకాణదారులు, వ్యాపారులకు నష్టం కలిగించడం, దేశ ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీయడం వంటివి ఈ ర్యాలీ లక్ష్యాలు'' అని విమర్శించారు. భారత్ ఒక బలమైన ప్రజాస్వామ్య దేశమని, ఇది అల్లర్ల రాజకీయాలతో కాకుండా.. రాజ్యాంగం, ప్రజల తీర్పుతో నడుస్తుందని మీడియాతో మాట్లాడుతూ పేర్కొన్నారు.



మోడీ, షా తలవంచే వరకు పోరాటం

ముద్ర, తెలంగాణ బ్యూరో :
నాడు రావణుడిని ఓడించేందుకు రాముడికి వానర సైన్యం ఏ విధంగా అండగా నిలిచిందో.. నేడు మోడీ అనే రావణుడిని ఓడించేందుకు తెలంగాణ నుంచి ఢిల్లీకి కాంగ్రెస్ వానర సైన్యం కదం తొక్కిందని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. కాంగ్రెస్ కార్యకర్తల సంకల్పం ముందు ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ, కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా, కేంద్ర ఎన్నికల సంఘం ప్రధాన కమిషనర్ జ్ఞానేశ్ కుమార్ తలవంచక తప్పదని, విజయం సాధించే వరకు విశ్రమించబోమని, కాంగ్రెస్ కార్యకర్తల దీక్ష ముందు మోడీ గద్దె దిగక తప్పదన్నారు. ఢిల్లీలోని రామ్‌లీలా మైదానంలో ఆదివారం కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని ఇండియా కూటమి నిర్వహించిన 'ఓటు బచావో.. దేశ్ బచావో' నిరసన ర్యాలీలో పాల్గొనేందుకు తెలంగాణ కాంగ్రెస్ నేతలు భారీగా తరలివెళ్లారు. ర్యాలీకి బయలుదేరే ముందు తెలంగాణ భవన్ వద్ద పార్టీ శ్రేణులను ఉద్దేశించి రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడారు. 2024 ఎన్నికల్లో బీజేపీకి 400 సీట్లు వస్తే రాజ్యాంగాన్ని రద్దు చేసి రిజర్వేషన్లు తొలగించించాలని బీజేపీ కుట్ర చేసిందని ఈ కుతంత్రాన్ని పసిగట్టి అన్ని స్థానాలను రాకుండా అడ్డుకున్నారనే కక్షతోని దళితులు, గిరిజనులు, ఆదివాసీలు, మైనార్టీలు, మహిళలపై ప్రధాని మోడీ కక్ష పెంచుకున్నారని ఆరోపించారు. ఇందులో భాగంగానే జ్ఞానేశ్ కుమార్‌ను ప్రధాన ఎన్నికల కమిషనర్‌గా నియమించి ప్రజాస్వామ్యానికి పునాది అయిన ఓటు హక్కును తొలగించే ప్రక్రియకు శ్రీకారం చుట్టారని ఆరోపించారు. దేశవ్యాప్తంగా ఇప్పటివరకు 13 కోట్లకు పైగా ఓట్లు తొలగించారని రేవంత్ రెడ్డి ఆరోపించారు. రాబోయే రోజుల్లో ఈ సంఖ్య 20 కోట్లకు చేరే అవకాశం ఉందని పేర్కొన్నారు. దేశ ఓటర్ల జాబితాలో 15 నుంచి 20 శాతం ఓట్లను తొలగించి బీజేపీ మరోసారి అధికారంలోకి రావాలని కుట్ర చేస్తోందని విమర్శించారు. ఢిల్లీ నిరసన ర్యాలీకి కార్యకర్తలు తరలివచ్చేందుకు చివరి నిమిషం వరకు రైళ్లు కేటాయిస్తామని ఆశలు కల్పించి, చివరకు రైళ్లు ఇవ్వలేదని రేవంత్ రెడ్డి విమర్శించారు. నరేంద్ర మోడీ, అమిత్ షా, జ్ఞానేశ్ కుమార్ ముగ్గురూ కలిసి ప్రయత్నించినా రైళ్లు ఇవ్వకుండా ఆపగలిగారు కానీ ఢిల్లీకి చేరుకోకుండా తెలంగాణ కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలు సంకల్పాన్ని అడ్డుకోలేకపోయారని అన్నారు. వేలాది మంది కార్యకర్తలు ప్రత్యామ్నాయ మార్గాల్లో ఢిల్లీకి చేరుకున్నారని తెలిపారు. తెలంగాణ గళం, బలం ముందు ఈ ముగ్గురు తలవంచక తప్పదని అన్నారు. ప్రధాని మోడీ తన అధికారాన్ని కాపాడుకునేందుకు కులాలు, మతాలు, ప్రాంతాల పేరుతో ప్రజలను విభజిస్తున్నారని విమర్శించారు.

రైతు కుటుంబాలకు బీఆర్ఎస్ అండ

ముద్ర, ఆదిలాబాద్:
కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రాష్ట్రంలో వ్యవసాయ రంగం సంక్షోభంలో కూరుకుపోయిందని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ విమర్శించారు. రైతులకు పెట్టుబడి సాయం అందక, యూరియా కొరత, విద్యుత్ సమస్యలు, పంటల కొనుగోళ్లలో ఇబ్బందులతో అప్పుల భారం పెరిగి ఆత్మహత్యలకు పాల్పడుతున్నారని ఆరోపించారు. బోథ్ నియోజకవర్గంలోని తలమడుగు మండలంలో ఇటీవల ఆత్మహత్య చేసుకున్న నలుగురు రైతుల కుటుంబాలను ఆదివారం ఆయన పరామర్శించారు. బాధిత కుటుంబాలకు పార్టీ తరఫున రూ.2 లక్షల చొప్పున సాయం చెక్కులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. ఒక్క తలమడుగు మండలంలోనే నలుగురు రైతులు ఆత్మహత్య చేసుకోవడం దురదృష్టకరమన్నారు. లక్ష్మణ్ వ్యవసాయ పొలంలో ఉరేసుకుని చనిపోగా.. గుర్రాల ప్రతాప్‌రెడ్డి, పశుల హాసన్న, ధన్నూరు గ్రామానికి చెందిన రాజేశ్వర్‌రెడ్డి పురుగుల మందు తాగి ప్రాణాలు తీసుకున్నారని వివరించారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత వెయ్యికి పైగా రైతులు ఆత్మహత్య చేసుకున్నారని ఆరోపించారు. వీరిలో అత్యధికంగా ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ జిల్లాలోనే వందకు పైగా ఘటనలు జరగడం బాధాకరమన్నారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో రైతులకు రైతుబంధు, రైతుబీమా పథకాల ద్వారా భరోసా కల్పించామని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు. రైతు ఏ కారణంతో మరణించినా రూ.5 లక్షల రైతుబీమా సాయం 15 రోజుల్లోపు కుటుంబానికి అందేదని గుర్తుచేశారు. పంటల సాగు సమయంలో రైతుబంధు అందేదని, పంటలకు ప్రభుత్వం మద్దతు ధరతో కొనుగోలు చేసేదని అన్నారు. ప్రస్తుతం యూరియా కొరత, విద్యుత్ సరఫరా సమస్యలు, పత్తి కొనుగోళ్లలో ఇబ్బందులు రైతులను వేధిస్తున్నాయన్నారు. కిసాన్ యాప్ పేరుతో కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు రైతు లను ఇబ్బందులకు గురిచేస్తున్నాయని ఆరోపించారు.
రైతు కుటుంబాలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పట్టించుకోవడం లేదని.. అయినప్పటికీ.. బీఆర్ఎస్ పార్టీ తరఫున అండగా నిలవాలని కేసీఆర్ ఆదేశించారని కేటీఆర్ తెలిపారు. అందులో భాగంగానే బాధిత నాలుగు కుటుంబాలకు రూ.2 లక్షల చొప్పున చెక్కులు అందించినట్లు చెప్పారు. అయితే ఈ సాయం సరిపోదని, రైతు కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం నుంచి న్యాయం జరిగేలా ఒత్తిడి తీసుకొస్తామని అన్నారు. రైతుల ఆత్మహత్యలకు ప్రభుత్వ వైఫల్యమే కారణమని ఆరోపిస్తూ, వీటిని ఆత్మహత్యలుగా కాకుండా ప్రభుత్వ వైఫల్యంతో జరిగిన మరణాలుగా అభివర్ణించారు. తలమడుగు మండలాన్ని కరువు మండలంగా ప్రకటించే వరకు పోరాటం కొనసాగించాలని స్థానిక నాయకులకు కేటీఆర్ సూచించారు. పంట నష్టపోయిన రైతులకు న్యాయం జరిగేలా ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తీసుకురావాలని కోరారు. మరో ఏడాది ధైర్యంగా ఉండాలని, ఆ తర్వాత కేసీఆర్ తిరిగి అధికారంలోకి వస్తారని, రైతులకు భరోసా కల్పిస్తారని వ్యాఖ్యానించారు.

సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
సోమవారం 2.11.2026
www.mudranews.in | @mudranews

పోషకాహారం – ఒత్తైన జుట్టుకు పునాది

రోజువారీ ఆహారంలో ప్రోటీన్లు, ఐరన్, జింక్, విటమిన్లు ఉండేలా చూసుకోవాలి. గుడ్లు, ఆకుకూరలు, పప్పులు, గింజలు తీసుకోవడం జుట్టు ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.



రియల్ ఎస్టేట్ రంగానికి హైదరాబాద్‌లో అపార అవకాశాలు..

- హైదరాబాద్‌ను మాఫియా రహిత నగరంగా మారుస్తాం..
- ల్యాండ్ మాఫియాను కట్టడి చేయాలి
- న్యూయార్క్ తరహాలో నగర అభివృద్ధికి డెవలపర్లు సహకరించాలి
- ప్రపంచ దేశాల్లో భారత్‌కు మోదీకి ఎంత పేరుందో.. హైదరాబాద్‌కు కూడా అంతే గుర్తింపు ఉంది

ముద్ర, హైదరాబాద్: హైదరాబాద్‌ను మాఫియా రహిత నగరంగా తీర్చిదిద్దాల్సిన అవసరం ఉందని కేంద్ర మంత్రి జి.కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. నగరంలో ఇటీవల మాఫియా కార్యకలాపాలు పెరిగాయని, ముఖ్యంగా ల్యాండ్ మాఫియాను కట్టడి చేయాల్సిన అవసరం ఉందని పేర్కొన్నారు. ప్రభుత్వం కూడా అలాంటి వారిని ప్రోత్సహించడం దారుణమని వ్యాఖ్యానించారు. త్వరలోనే హైదరాబాద్‌ను మాఫియా రహిత నగరంగా మారుస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఈ విషయంలో ప్రజలు కూడా సహకరించాలని కోరారు. నేషనల్ రియల్ ఎస్టేట్ డెవలప్‌మెంట్ కౌన్సిల్ (NAREDCO) నిర్వహించిన 16వ ఎడిషన్ తెలంగాణ ప్రాపర్టీ షో ముగింపు కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ కారక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్న కీలక నిర్వాహకులు శ్రీధర్ రెడ్డి , నరెడ్కో ప్రెసిడెంట్ తెలంగాణ యూనిట్ శ్రీ వెంకటేశ్వరరావు , జనరల్ సెక్రెటరీ కాళీ ప్రసాద్ , వైస్ ప్రెసిడెంట్ శ్రీగోపాల కృష్ణ , ఎక్స్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ మిస్టర్ రవికాంత్ రెడ్డి, నేషనల్ ప్రెసిడెంట్ నరెడ్కో నెక్ట్స్ జెన్ , కార్యక్రమానికి హాజరైన రియల్ ఎస్టేట్ ఎంటర్ పెన్యూర్స్, ఫైనాన్షియల్ ఇనిస్టిట్యూషన్స్, మీడియా ప్రతినిధులు, ఉద్యోగులకు కేంద్రమంత్రి కిషన్ రెడ్డి గారు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

హైదరాబాద్ డిఫెన్స్, స్పేస్, హెల్త్ రంగాల్లో అద్భుతమైన అభివృద్ధి సాధించిందని కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. నగరంలో వ్యాపార, పెట్టుబడులకు అనుకూలమైన వాతావరణం ఉందని, శాంతిభద్రతల పరంగా కూడా హైదరాబాద్‌కు మంచి గుర్తింపు ఉందని చెప్పారు. నగరాన్ని మరింత అభివృద్ధి చేసుకోవాల్సిన బాధ్యత అందరిపైనా ఉందన్నారు. ల్యాండ్ మాఫియా వంటి సమస్యలను తొలగించి రియల్ ఎస్టేట్ రంగాన్ని మరింత బలోపేతం చేయాలని సూచించారు. న్యూయార్క్ నగరం మాదిరిగా హైదరాబాద్ కనిపించడానికి రియల్ ఎస్టేట్ రంగం కీలక పాత్ర పోషించిందని పేర్కొన్నారు. ముంబై, నోయిడా, ఢిల్లీ, బెంగళూరు నగరాలతో పోలిస్తే హైదరాబాద్ రియల్ ఎస్టేట్ రంగం అద్భుతంగా ఉందని, ఇతర నగరాలకు ఆదర్శంగా నిలుస్తోందని ప్రశంసించారు.

ప్రతి భారతీయుడికి సొంతిల్లు అనేది ఒక కల అని, సొంతింటితో భవిష్యత్తుపై భరోసా, భద్రత కలుగుతాయని కేంద్ర మంత్రి అన్నారు. దేశ ఆర్థికాభివృద్ధితో పాటు ప్రజల ఆకాంక్షలు, ఆశలతో రియల్ ఎస్టేట్ రంగం ముడిపడి ఉందన్నారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ నాయకత్వంలో భారత్ అసాధారణ వేగంతో అభివృద్ధి చెందుతోందని తెలిపారు.

దేశంలో మౌలిక సదుపాయాల అభివృద్ధి వేగంగా సాగుతోందని వివరించారు. రోజుకు సుమారు 34 కిలోమీటర్ల మేర జాతీయ రహదారుల నిర్మాణం జరుగుతోందని, గత 12 ఏళ్లలో జాతీయ రహదారుల నెట్‌వర్క్ 61 శాతం విస్తరించిందని చెప్పారు. రైల్వేల్లో 99 శాతం విద్యుదీకరణ పూర్తయిందని, తెలంగాణలో వంద శాతం రైల్వే లైన్లు విద్యుదీకరణ పొందాయని వెల్లడించారు. వందేభారత్ రైళ్లు సికింద్రాబాద్ నుంచి తిరుపతి, చెన్నై, బెంగళూరు, పుణే వంటి నగరాలకు నడుస్తున్నాయని, రాష్ట్రంలో 42 రైల్వే స్టేషన్ల ఆధునీకరణ పనులు జరుగుతున్నాయని వివరించారు.

2014లో దేశంలో 74 విమానాశ్రయాలు మాత్రమే ఉండగా, ప్రస్తుతం ఆ సంఖ్య 165కు చేరిందన్నారు. జలరవాణా రంగంలోనూ గణనీయమైన పురోగతి సాధించామని, గతంలో ఐదు జాతీయ జలమార్గాలు మాత్రమే ఉండగా ప్రస్తుతం 32 అందుబాటులోకి వచ్చాయని తెలిపారు. సమాచార, కమ్యూనికేషన్ టెక్నాలజీ సేవల ఎగుమతుల్లో భారత్ ప్రపంచంలోనే అగ్రస్థానంలో ఉందన్నారు. ఔషధ ఉత్పత్తిలో మూడో స్థానంలో నిలిచామని,



ప్రపంచ జనరిక్ ఔషధ అవసరాల్లో 20 శాతానికి పైగా భారత్ నుంచే సరఫరా అవుతున్నాయని చెప్పారు.

భారత ఆర్థిక వ్యవస్థ కూడా గణనీయంగా విస్తరించిందని కిషన్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు. గత దశాబ్దంలో దేశ జీడీపీ మూడు రెట్లు పెరిగిందని, అంతర్జాతీయ భౌగోళిక రాజకీయ అనిశ్చితుల మధ్య కూడా ఆర్థిక వృద్ధి ఏడు శాతంగా నమోదైందన్నారు. సుమారు 49 కోట్ల మంది ప్రజలు పేదరికం నుంచి బయటపడ్డారని తెలిపారు. భారత్ ప్రస్తుతం ప్రపంచంలో నాలుగో అతిపెద్ద ఆర్థిక వ్యవస్థగా అవతరించిందన్నారు. 2026-27 ఆర్థిక సంవత్సరంలో మూలధన పెట్టుబడుల కోసం రూ.12.22 లక్షల కోట్లను కేటాయించినట్లు వెల్లడించారు.

స్టార్టప్‌లు, డిజిటల్ చెల్లింపులు, తయారీ రంగాల్లో భారత్ కొత్త రికార్డులు సృష్టిస్తోందన్నారు. 2014లో 400గా ఉన్న స్టార్టప్‌ల సంఖ్య ప్రస్తుతం 1.57 లక్షలు దాటిందని, 100కు పైగా యూనికార్న్ సంస్థలు ఏర్పడ్డాయని చెప్పారు. యూపీఐ ద్వారా ప్రతి నెలా భారీ సంఖ్యలో డిజిటల్ లావాదేవీలు జరుగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. మొబైల్ ఫోన్ తయారీలో భారత్ ప్రపంచంలో రెండో అతిపెద్ద దేశంగా ఎదిగిందని, మొబైల్ ఫోన్ ఎగుమతులు రూ.1,500 కోట్ల నుంచి రూ.2.59 లక్షల కోట్లకు పెరిగాయని వివరించారు.

రియల్ ఎస్టేట్ రంగానికి కేంద్ర ప్రభుత్వం తీసుకొస్తున్న సంస్కరణలు మరింత ఊతమిస్తాయని కిషన్ రెడ్డి అన్నారు. రాష్ట్రాలకు పన్నుల వాటా గణనీయంగా పెరిగిందని, SASCI పథకం కింద 50 ఏళ్ల వడ్డీ లేని రుణాల రూపంలో రూ.4 లక్షల



కోట్లకు పైగా అందించామని చెప్పారు. తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. కేంద్రం ఆమోదించిన లక్ష కోట్ల రూపాయల అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్ నగరాలను ఆర్థిక వృద్ధి కేంద్రాలుగా తీర్చిదిద్దేందుకు దోహదపడుతుందని తెలిపారు. పట్టణ ప్రాంతాల పునరాభివృద్ధి, ఆధునిక నీటి సరఫరా, పారిశుద్ధ్య వ్యవస్థల విస్తరణకు ఈ నిధులు ఉపయోగపడతాయని పేర్కొన్నారు.

రియల్ ఎస్టేట్ రంగంలో పారదర్శకత, జవాబుదారీతనం పెంచేందుకు 2016లో RERA చట్టాన్ని తీసుకొచ్చామని గుర్తుచేశారు. ఇల్లు కొనుగోలు చేయడం ప్రతి కుటుంబానికి అత్యంత కీలకమైన నిర్ణయమని, కొనుగోలుదారుల్లో డెవలపర్లపై నమ్మకం పెరగాలనే ఉద్దేశంతో ఈ చట్టాన్ని అమల్లోకి తెచ్చామని చెప్పారు. గ్లోబల్ రియల్ ఎస్టేట్ ట్రాన్స్‌పరెన్సీ ఇండెక్స్-2026లో భారత్ తొలిసారిగా టాప్-30లో చోటు సంపాదించిందన్నారు. తెలంగాణలో శాశ్వత RERA అథారిటీ ఏర్పాటైందని, దాదాపు 10 వేల ప్రాజెక్టులు, 4 వేల మంది ఏజెంట్లు నమోదు చేసుకున్నారని వెల్లడించారు.

జీఎస్టీ 2.0 సంస్కరణలు, కొత్త ఆదాయపు పన్ను విధానం ప్రజల కొనుగోలు సామర్థ్యాన్ని పెంచుతున్నాయని అన్నారు. జీఎస్టీ 2.0 వల్ల నిర్మాణ వ్యయం సుమారు 3 నుంచి 5 శాతం వరకు తగ్గిందని పేర్కొన్నారు. ఈ సంస్కరణల ప్రయోజనాలు నేరుగా గృహ కొనుగోలుదారులకు చేరేలా NAREDCO ప్రత్యేక చొరవ తీసుకోవాలని కోరారు.



రియల్ ఎస్టేట్ రంగంలో ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (AI), ఇంటర్నెట్ ఆఫ్ థింగ్స్ (IoT), డేటా అనలిటిక్స్ వంటి ఆధునిక సాంకేతికతలను ఉపయోగించాలని డెవలపర్లకు సూచించారు. ప్రీ-ఇంజినీర్డ్, ప్రీ-ఫ్యాబ్రికేటెడ్ నిర్మాణ పద్ధతులను ప్రోత్సహించడం ద్వారా ప్రాజెక్టుల నిర్మాణ సమయాన్ని తగ్గించవచ్చన్నారు. పర్యావరణహిత భవనాల నిర్మాణానికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు.

హైదరాబాద్ విస్తరణకు రీజినల్ రింగ్ రోడ్, ఔటర్ రింగ్ రైల్ వంటి కీలక మౌలిక సదుపాయాల ప్రాజెక్టులు దోహదపడతాయని చెప్పారు. ఏడు బుల్లెట్ రైలు ప్రాజెక్టుల్లో మూడు హైదరాబాద్‌కు కేటాయించినట్లు తెలిపారు. ఈ అవకాశాలను ప్రైవేటు రంగం సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఇళ్లు, కార్యాలయాలు, మార్కెట్లు, ప్రజా రవాణా సౌకర్యాలు ఒకే సమగ్ర ప్రణాళికలో ఉండేలా ట్రాన్సిట్ ఓరియెంటెడ్ డెవలప్‌మెంట్‌ను ప్రోత్సహించాలని అన్నారు.

అభివృద్ధి పర్యావరణహితంగా, అందరినీ కలుపుకొని సాగాలని కిషన్ రెడ్డి ఆకాంక్షించారు. ప్రకృతిని కాపాడుతూ సహజ వనరులను పొదుపుగా వినియోగించుకోవాలని, మహిళలు, పిల్లల భద్రతకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. భవనాల నిర్మాణంలో నాణ్యత, భద్రతా ప్రమాణాలను తప్పనిసరిగా పాటించాలన్నారు.

ప్రస్తుతం దేశ జీడీపీలో రియల్ ఎస్టేట్ రంగం వాటా ఏడు శాతంగా ఉందని, 2030 నాటికి అది 13 శాతానికి చేరుతుందని అంచనా వేశారు. 2047 నాటికి భారత్‌ను 30 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా తీర్చిదిద్దే లక్ష్యంలో ఈ రంగం కీలక పాత్ర పోషించనుందని తెలిపారు. రియల్ ఎస్టేట్‌ను కేవలం భూములు, భవనాలు, లావాదేవీల వ్యాపారంగా చూడకూడదని, ప్రజల ఆశలు, ఆకాంక్షలు, భవిష్యత్తుతో ముడిపడిన బాధ్యతాయుతమైన రంగంగా భావించాలని డెవలపర్లకు సూచించారు.

ఓబీసీ కులగణనపై అసెంబ్లీలో తీర్మానం చేయాలి



ముద్ర, హైదరాబాద్: జనగణనలో ఓబీసీ కులగణనకు ప్రత్యేక కాలమ్ ఏర్పాటు చేయాలని, ఆదివాసీల మతాన్ని ప్రత్యేకంగా నమోదు చేయాలని కోరుతూ తెలంగాణ అసెంబ్లీ, శాసనమండలిలో తీర్మానాలు చేయాలని తెలంగాణ రక్షణ సేన అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత డిమాండ్ చేశారు. ఈ మేరకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి ఆదివారం బహిరంగ లేఖ రాశారు. డిసెంబర్ నుంచి ఇంటింటి జనగణన ప్రారంభం కానున్న నేపథ్యంలో వెంటనే అసెంబ్లీ, కౌన్సిల్ ప్రత్యేక సమావేశాలు నిర్వహించాలని కోరారు. ఓబీసీల జనాభాకు అనుగుణంగా వారికి హక్కులు, ఫలాలు అందాలంటే కులగణన అవసరమని పేర్కొన్నారు. అలాగే ఆదివాసీల ప్రత్యేక జీవనశైలి, ఆచారాలు, మత విశ్వాసాలను గుర్తిస్తూ జనగణనలో ప్రత్యేక కాలమ్ ఏర్పాటు చేయాలని కేంద్ర ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తీసుకురావాలని లేఖలో సూచించారు.

నీటి సంరక్షణకు ప్రతి ఒక్కరూ సహకరించాలి

- సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

ముద్ర, హైదరాబాద్: హైదరాబాద్ మెట్రోపాలిటన్ వాటర్ సప్లై అండ్ సీవరేజ్ బోర్డు (HMWSSB) 37వ ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి బోర్డు అధికారులు, ఉద్యోగులు, సిబ్బందికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. గత 37 ఏళ్లుగా హైదరాబాద్ ప్రజలకు సురక్షిత తాగునీరు అందించడంతో పాటు మురుగునీటి నిర్వహణలో బోర్డు కీలక పాత్ర పోషించిందని అభినందించారు. నగర విస్తరణ నేపథ్యంలో నీటి వనరుల సంరక్షణకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. ఎల్‌నినో ప్రభావాన్ని దృష్టిలో ఉంచుకుని మంచినీటి వినియోగాన్ని తగ్గించేందుకు ముందస్తు చర్యలు చేపట్టాలన్నారు. 'డయల్ గ్రీన్ ట్యాంకర్ – గ్రీన్ ట్యాంకర్ ఆపరేషన్స్' కార్యక్రమాన్ని అభినందించిన సీఎం.. నిర్మాణ, పారిశ్రామిక, వాణిజ్య అవసరాలకు శుద్ధి చేసిన మురుగునీటిని వినియోగించాలని కోరారు. నీటి సంరక్షణను ప్రతి ఒక్కరూ సామాజిక బాధ్యతగా స్వీకరించి, నీటి భద్రత కలిగిన హైదరాబాద్ నిర్మాణానికి సహకరించాలని పిలుపునిచ్చారు.

చౌటుప్పల్‌లో జోగిని హత్య

ముద్ర, చౌటుప్పల్: యాదాద్రి జిల్లా చౌటుప్పల్ బీసీ కాలనీలో ఓ వ్యక్తి హత్యకు గురయ్యాడు. జోగినిగా పేరు పొందిన సుధాకర్(50)ను దుండగులు హత్య చేశారు. అతడిని ఇంట్లోనే చంపి నగలు, నగదు ఎత్తుకెళ్లారు. ఇంట్లోని సీసీ కెమెరాల హార్డ్ డిస్క్ తీసుకుని.. మృతుడి కారులోనే నిందితులు పరారయ్యారు. కారులో ఉన్న జీపీఎస్ ఆధారంగా నిందితులను పోలీసులు పట్టుకున్నారు.

అఖిల భారత కిసాన్ సభ మహాసభల సందర్భంగా స్టాల్స్ ఏర్పాటుకు ఆహ్వానం

ముద్ర ప్రతినిధి నల్గొండ : అఖిలభారత కిసాన్ సభ 36వ జాతీయ మహాసభలు జరుగుతున్న సందర్భంగా వ్యవసాయ ప్రదర్శనశాల స్టాల్స్ ఏర్పాటు చేయటానికి అవకాశం కల్పిస్తున్నట్టు మహాసభల నిర్వహణ చీఫ్ ప్యాట్రన్ మాజీ శాసనసభ్యులు నంద్యాల నరసింహారెడ్డి, అధ్యక్షులు, మాజీ శాసనసభ్యులు జూలకంటి రంగారెడ్డి ఒక సంయుక్త ప్రకటనలో తెలిపారు.

నవంబర్ 15 నుండి 16 వరకు నల్లగొండ పట్టణంలో జరిగే మహాసభలకు 29 రాష్ట్రాల నుండి 1500 మంది ప్రతినిధులు హాజరవుతున్నారు. 15న ప్రారంభ రోజు లక్షమంది రైతులచే ప్రదర్శన, సభ నిర్వహిస్తున్నట్లు వారు వివరించారు. పట్టణంలోని క్లాక్ టవర్ సెంటర్ లో వివిధ సైజుల్లో 150 స్టాల్స్ తో వ్యవసాయ ప్రదర్శనశాల ఏర్పాటు చేస్తున్నారు.

వ్యవసాయ రంగంలో వినియోగిస్తున్న యంత్రాలు, డిజిటల్ టెక్నాలజీ, వ్యవసాయ అనుబంధ రంగాలు డ్రిప్ ఇరిగేషన్, ఫర్టిలైజర్, ఆర్గానిక్ వినియోగం, ఎల్ నినో ఉన్న ఈ క్లిష్ట సమయంలో వ్యవసాయాన్ని ఎలా చేయాలో అనేదానిపై కూడా స్టాల్స్ ఏర్పాటు చేస్తున్నట్టు వారు తెలిపారు. ఈ స్టాల్స్ తమ ఉత్పత్తులను రైతులకు పరిచయం చేయడం ద్వారా రైతాంగానికి, ఆయా సంస్థలకు ఎంతో ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని అన్నారు.

స్టాల్స్ ఏర్పాటు చేయదలచుకున్న ఆయా సంస్థలు నిర్వాహకులను సంప్రదించాలని మాజీ శాసనసభ్యులు , నంద్యాల నరసింహారెడ్డి, జూలకంటి రంగారెడ్డి కోరారు



పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి రహదారి కనెక్టివిటీ కీలకం

ముద్ర, హైదరాబాద్: పారిశ్రామిక అభివృద్ధికి పటిష్టమైన మౌలిక సదుపాయాలు, మెరుగైన రహదారి కనెక్టివిటీ ఎంతో కీలకమని ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు అన్నారు. ఆదివారం రంగారెడ్డి జిల్లా షాబాద్ మండలం హైతాబాద్‌లోని CTRLS, వెల్స్‌పన్ పారిశ్రామిక యూనిట్లను ఆయన సందర్శించి, వాటి కార్యకలాపాలు, ఉత్పత్తి సామర్థ్యం, మౌలిక సదుపాయాల అవసరాలను పరిశీలించారు. అనంతరం నిర్మాణంలో ఉన్న రేడియల్ రోడ్-2 పనులను తనిఖీ చేసి, 20.50 కిలోమీటర్ చైనేజీ వద్ద పనుల పురోగతిని సమీక్షించారు. పారిశ్రామిక ప్రాంతాలకు మెరుగైన రహదారి సదుపాయాలు కల్పిస్తే రవాణా సౌకర్యాలు పెరిగి, కొత్త పెట్టుబడులకు అవకాశాలు మెరుగుపడతాయని పేర్కొన్నారు. ఈ పర్యటనలో ఎఫ్‌సీడీఏ కమిషనర్ శశాంక్, జిల్లా కలెక్టర్ సి. నారాయణరెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అంతర్జాతీయ మొక్కజొన్న సదస్సుకు హైదరాబాద్ వేదిక

నవంబర్ 2 నుంచి మూడు రోజుల పాటు నిర్వహణ.. 500 మందికి పైగా దేశ, విదేశీ ప్రతినిధుల హాజరు

ముద్ర, హైదరాబాద్: అంతర్జాతీయ మొక్కజొన్న సదస్సు–2026 (IMC-2026)కు హైదరాబాద్ వేదిక కానుంది. నవంబర్ 2 నుంచి 4వ తేదీ వరకు శంషాబాద్‌లోని జేడీ కన్వెన్షన్ సెంటర్‌లో మూడు రోజుల పాటు ఈ సదస్సు జరగనుంది. ఆహారం, పశువుల దాణా, పశుగ్రాసం, ఇంధనం, సుస్థిర వ్యవసాయంలో మొక్కజొన్న ప్రాధాన్యతను వివరించడంతో పాటు ఈ రంగంలో ఆధునిక సాంకేతికత, పరిశోధనలను ప్రోత్సహించడం సదస్సు ప్రధాన లక్ష్యం.

ఐసీఏఆర్, ప్రొఫెసర్ జయశంకర్ తెలంగాణ వ్యవసాయ విశ్వవిద్యాలయం సహా పలు జాతీయ, అంతర్జాతీయ సంస్థలు సంయుక్తంగా ఈ సదస్సును నిర్వహిస్తున్నాయి.



ఇందులో 500 మందికి పైగా శాస్త్రవేత్తలు, విధాన నిర్ణేతలు, విద్యావేత్తలు, పారిశ్రామిక ప్రతినిధులు పాల్గొననున్నారు. భారత్‌లో మొక్కజొన్న ఉత్పత్తి 1950–51లో 20 లక్షల టన్నుల కంటే తక్కువగా ఉండగా, 2025–26 నాటికి 5.5 కోట్ల టన్నులు దాటిందని వ్యవసాయ పరిశోధన, విద్యాశాఖ కార్యదర్శి, ఐసీఏఆర్ డైరెక్టర్ జనరల్ డాక్టర్ ఎం.ఎల్. జాట్ వెల్లడించారు.

వాతావరణ మార్పులను తట్టుకునే వంగడాలు, బయోటెక్నాలజీ, కృత్రిమ మేధస్సు, యాంత్రీకరణ, స్మార్ట్ ఫార్మింగ్, బయో ఎనర్జీ వంటి అంశాలపై సదస్సులో చర్చించనున్నారు. ఆధునిక విత్తన రకాలు, వ్యవసాయ యంత్రాలు, డిజిటల్ వ్యవసాయ పరిష్కారాలను ప్రదర్శించనున్నారు.

వరల్డ్ ఫుడ్ ప్రైజ్ గ్రహీత డాక్టర్ ఎస్.కె. వాసల్ ప్రత్యేక ఆకర్షణగా పాల్గొననున్నారు. మొక్కజొన్న రంగంలో పరిశోధనలు, అంతర్జాతీయ భాగస్వామ్యాలను బలోపేతం చేసేందుకు ఈ సదస్సు కీలకంగా నిలవనుంది.

సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
www.mudranews.in | @mudranews

సోమవారం,
02 నవంబర్, 2026

4 వేదిక
Peoples Voice

నా తెలంగాణ కోటి రతనాల వీణ అన్నాడు 'దాశరథి'.. నైజాం పాలనలో 'బండెనక బండి కట్టి'.. పాటలతో ఉద్యమాన్ని రగిలించిన నేల ఇదీ.. తెలంగాణ రక్తంలోనే కవిత్వం ఉంది.. కవులు, కళాకారులకు ఈ నేల పుట్టినిల్లు.. అందుకే మీలోని రచయితను మేల్కొలపండి.. కవితలు, వ్యాసాలు, ఏవైనా సరే.. మేం ప్రచురిస్తాం.. మన 'ముద్ర'లో ఎడిటోరియల్ గా మీ భావాలను వ్యక్తీకరించండి..

వాట్సప్ నం.: 9849623744
మేయిల్: mudradaily@gmail.com

సరిపోయేంత పొటాషియం ఉండాలి

ఏ ఫుడ్స్ తింటే రక్తపోటు తగ్గుతుందంటే



ది అమెరికన్ జర్నల్ ఆఫ్ క్లినికల్ న్యూట్రిషన్ లో పబ్లిష్ అయిన నివేదిక హైబీపి గురించి కొన్ని ముఖ్య విషయాలని వెల్లడించింది. ని వేదిక ప్రకారం, బీపిని తగ్గించడానికి సోడి యంని తగ్గించడమే కాకుండా పొటాషి యం తీసుకోవడం హెల్ప్ చేస్తుంది. కేవలం సోడియం కంటే, సోడియం పొటాషి యం నిష్పత్తులు గుండె సంబంధ సమస్యల ఫలితాలని కచ్చితంగా అంచనా వేస్తాయని ఇటీ వలి పరిశోధనలు వెల్లడించాయి. ఎక్కువగా సోడియాన్ని తీసుకుంటే హైబీపి మాత్రమే కాకుండా, గుండె సంబంధ సమస్యల ప్రమా దం కూడా పెరుగుతుంది. కాబట్టి, సోడియాన్ని తగ్గిస్తూనే పొటాషియాన్ని పెంచుకోవాలని చెబుతున్నారు.

పొటాషియంతో బెనిఫిట్స్

ఓ విశ్లేషణ ప్రకారం, హైబీపి ఉన్నవారు పొటాషియం తీసుకుంటే సిస్టోలిక్ బ్లడ్ ప్రెజర్, డయాస్టోలిక్ బ్లడ్‌ప్రెజర్ కంట్రోల్ అవ్వడానికి హెల్ప్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా, శరీరం నుండి అదనపు సోడియాన్ని బయటికి పంపి, సోడియం ప్రభావాలని తగ్గించడంలో బ్యాలెన్స్ చేయడంలో హెల్ప్ చేస్తుంది. అంతేకాకుండా రక్తనాళాలని రిలాక్స్ చేస్తుంది. దీంతో బీపి ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది.

ఉప్పు తగ్గిస్తే సరిపోదు

ఇప్పటివరకూ బీపిని తగ్గించడంలో సోడియంని తగ్గిస్తే అంటే ఉప్పు తగ్గిస్తే చాలు అనుకునేవారు, కానీ, డైట్‌లో కూడా మార్పులు చేయాలని ఎక్కువగా పొటాషియం తీసుకోవాలని చెబుతున్నారు. బాడీ బ్యాలెన్సింగ్‌లో పొటాషియం కీ రోల్ పోషిస్తుంది. అయితే, బాడీలో పొటాషియం లెవల్స్ ఎక్కువగా ఉన్నా, తక్కువగా ఉన్నా సమస్యే. అందుకే, సోడియం, పొటాషియం ఖనిజాలని సరిగ్గా మెంటెయిన్ చేయాలని తాజా నివేదికలు చెబుతున్నాయి.

ఎలా అంచనా వేయాలి?

అయితే, ఇక్కడ ఓ విషయాన్ని గమనించాలి. పొటాషియాన్ని పెంచుకోవాలనగానే అందరూ ఉప్పుని తగ్గించి పొటాషియం ఫుడ్స్‌ని తింటారు. కానీ, ఇది అందరికీ అవసరం ఉండకపోవచ్చు. కొంతమంది శరీరంలో ఆల్రెడీ పొటాషియం లెవల్స్ సరిగ్గా ఉండొచ్చు. అందుకే, ముందుగా మనం బ్లడ్ టెస్టులు చేసుకుని ఏ ఖనిజం మనకి ఎంత అవసరమో ఎంత పరిమాణంలో తీసుకోవాలో తెలుసుకుని తీసుకోవాలి. వీటిని మనం అంచనా వేసేందుకు కొన్ని యాప్స్ కూడా ఫాలో అవ్వొచ్చు. అంతేకాకుండా, డైటీషియన్ సలహా కూడా తీసుకోవచ్చు.

ఎన్ని రోజుల్లో రిజల్ట్

సోడియం తగ్గించి పొటాషియం పెంచగానే రక్తపోటు తగ్గదు. దీనికి కాస్తా టైమ్ పడుతుంది. ఇదికూడా వ్యక్తులని బట్టి మారుతుంది. మొదట్లో ఖనిజాలని బ్యాలెన్స్ చేయగానే రక్తపోటు తగ్గి గుండె, మూత్రపిండాల నుండి సోడియం బయటికి వెళ్తుంది. దీంతో బీపి తగ్గుతుంది. తర్వాత పొటాషియం ఎఫెక్ట్ చూపిస్తుంది. రక్తనాళాలని సడలించి రక్తపోటుని తగ్గించి బ్యాలెన్స్ చేస్తుంది. అయితే, కేవలం ఈ రెండు మార్పులు చేస్తేనే సరిపోదు. వీటితో పాటు డాక్టర్ సజెస్ట్ చేసిన మెడిసిన్ తీసుకోవడంతో పాటు మంచి లైఫ్‌స్టైల్ ఫాలో అవ్వాలి.

ఏ ఫుడ్స్‌లో పొటాషియం ఎక్కువగా ఉంటుందంటే

పండ్లు, కూరగాయలు, చిక్కుళ్ళలో ఎక్కువగా పొటాషియం ఉంటుంది. అంతేకాకుండా అరటిపండ్లు కూడా. వైట్ బీన్స్, కాయధాన్యాలు, పెరుగు, సాల్మన్, బంగాళాదుంపలు, పాలకూర వంటి ఫుడ్స్‌ని తీసుకోవాలి. వీటిలో ఒక్కో పదార్థంలో ఒక్కో పరిమాణంలో పొటాషియం ఉంటుంది. కాబట్టి, మనకి ఎంత పరిమాణంలో అవసరమో డాక్టర్ లేదా డైటీషియన్ సలహాతో తీసుకోవడం ఉత్తమం.



తినగానే షుగర్ లెవెల్స్ పెరగడం

ప్రమాదకరమా?

కొన్నేళ్లలో ఆశ్చర్యకరమైన రెండు పరిణామాలు చోటుచేసుకున్నాయి. ఆరోగ్యంగా ఉన్నవారు రోజంతా తమ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పరీక్షించుకునేందుకు వీలుగా ఉండే పరికరాలను ధరించడం మొదలుపెట్టారు. మరికొందరు తెల్ల రొట్టె, పాస్తా వంటి ప్రాసెస్డ్ కార్బోహైడ్రేట్లను పూర్తిగా తమ ఆహారం నుంచి తొలగిస్తున్నారు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ఒక్కసారిగా పెరగకుండా చూసుకోవాలని, వాటిని నిరంతరం పరీక్షించుకోవాలని రచయితలు, పాడ్‌కాస్ట్ నిర్వాహకులు, ఆరోగ్యంపై సలహాలిచ్చే సోషల్ మీడియా ఇన్‌ఫ్లుయెన్సర్లు ప్రచారం చేస్తున్నారు. వారి వాదన ప్రకారం, రక్తప్రవాహంలో గ్లూకోజ్ గణనీయంగా పెరగడం ప్రమాదకరం. మెటబాలిజం (జీవక్రియ) సంబంధిత వ్యాధులు లేని ఆరోగ్యవంతులు సైతం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగనిస్తే హార్మోన్ల అసమతుల్యత, మొటిమలు, మానసిక స్థితిలో మార్పులు వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయని వారు చెబుతున్నారు. అయితే, నిపుణులు ఇప్పుడు ఈ వాదనలను ప్రశ్నిస్తున్నారు. చక్కెర స్థాయిల గురించి ఎప్పుడు ఆందోళన చెందాలి? కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే భోజనం తీసుకున్నంత మాత్రాన దీర్ఘకాలికంగా ఆరోగ్యానికి హాని కలుగుతుందా?

చక్కెర స్థాయిలు ఎందుకు పెరుగుతాయి?

ప్రాసెస్డ్ చక్కెర, పండ్లు, కార్బోహైడ్రేట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకుని జీర్ణం చేసుకున్నప్పుడు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సహజంగానే పెరుగుతాయి. కార్బోహైడ్రేట్లు, చక్కెర జీర్ణక్రియలో భాగంగా గ్లూకోజ్‌గా విడిపోతాయి. ఈ గ్లూకోజ్ రక్తప్రవాహంలోకి చేరడంతో రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు తాత్కాలికంగా పెరుగుతాయి. అప్పుడు క్లోమగ్రంథి ఇన్సులిన్ అనే హార్మోన్‌ను విడుదల చేస్తుంది. ఈ హార్మోన్ రక్తంలోని గ్లూకోజ్‌ను శరీర కణాల్లోకి చేరేలా చేస్తుంది. తద్వారా కణాలకు శక్తి అందుతుంది. ఆహారం మాత్రమే రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను పెంచదు. అధిక తీవ్రతతో వ్యాయామం చేస్తున్నప్పుడు అడ్రినలిన్ వంటి హార్మోన్లు కాలేయానికి సంకేతాలిస్తాయి. దీంతో కాలేయం మరింత గ్లూకోజ్‌ను రక్తంలోకి విడుదల చేస్తుంది. ఇది కండరాలకు అదనపు శక్తిని అందిస్తుంది. ఫలితంగా రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు తాత్కాలికంగా పెరగవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

మధుమేహం ఉన్నవారి శరీరంలో తగినంత ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి కాకపోవచ్చు. లేదా ఇన్సులిన్ సక్రమంగా పనిచేయకపోవచ్చు. ఈ పరిస్థితిని ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ అంటారు. దీంతో ఆహారం తీసుకున్న తర్వాత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు ప్రమాదకరంగా పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. అలాంటి వారు ఆహారం, వ్యాయామంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపడంతో పాటు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పర్యవేక్షించుకోవాలి. కొందరికి ఇన్సులిన్ లేదా మెట్‌ఫార్మిన్ వంటి మందులు కూడా అవసరం అవుతాయి.

గ్లూకోజ్ స్థాయిలు పెరగడం సాధారణమే

ఆరోగ్యవంతుల్లో భోజనం తర్వాత రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు పెరగడం సాధారణ శారీరక ప్రతిస్పందన. ప్రతి గ్లూకోజ్ పెరుగుదల హానికరమేనని భావించడం అతిపెద్ద అపోహ అని బ్రిటన్‌లోని యూనివర్సిటీ కాలేజ్ లండన్‌కు చెందిన పోషకాహార శాస్త్రం, డైటెటిక్స్ అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ అడ్రియన్ బ్రౌన్ అంటున్నారు. ఇటీవల నేను ఆరు వారాలపాటు అదనపు చక్కెర కలిసిన ఆహారాన్ని పూర్తిగా మానేసి ప్రయోగం చేశారు. అప్పటి నుంచి తీపి పదార్థాలు తిన్నప్పుడు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరుగుతాయనే విషయంపై నిపుణులు శ్రద్ధ పెట్టారు.

సాధారణంగా భోజనం చేసిన గంట తర్వాత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు గరిష్ఠ స్థాయికి చేరుకుంటాయి. ఆ తర్వాత రెండు గంటల్లో సాధారణ స్థాయికి తిరిగి వస్తాయి. జీవక్రియ సక్రమంగా పనిచేస్తున్న వ్యక్తిలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు కొద్దిసేపు మాత్రమే పెరిగితే ఆందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని బ్రౌన్ చెబుతున్నారు. అయితే, రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు ఊహించిన దానికంటే ఎక్కువ సేపు పెరిగితే శరీరం గ్లూకోజ్‌ను సాధారణ రీతిలో నియంత్రించడం లేదనడానికి అది సంకేతం కావచ్చని షేర్ అంటున్నారు. ఇది ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్ సూచన కావచ్చు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు దీర్ఘకాలం అధికంగా ఉండటం వల్ల ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్‌కు అవకాశం ఉంది. ఇది ప్రీ డయాబెటిస్, టైప్ 2 మధుమేహానికి దారితీయవచ్చు.

కొందరు మధుమేహ రోగుల్లో రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు నిరంతరం అధికంగా ఉండటం వల్ల నరాలు, కళ్లకు నష్టం కలగడంతో పాటు గుండె జబ్బులు, పక్షవాతం వంటి సమస్యలు తలెత్తవచ్చు. అయితే, రక్తంలో గ్లూకోజ్ అధికంగా ఉండటం నేరుగా ఇన్సులిన్ రెసిస్టెన్స్‌కు దారితీస్తుందని చెప్పేందుకు తగిన ఆధారాలు లేవని కొందరు నిపుణులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. శరీరానికి అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువ ఆహారం తీసుకున్నప్పుడు, అదనపు కేలరీలు కొవ్వుగా మారుతాయని బ్రిటన్‌లోని ఆక్స్‌ఫర్డ్ విశ్వవిద్యాలయానికి చెందిన డైటీషియన్, సీనియర్ పరిశోధకురాలు నికోలా గెస్ వివరిస్తున్నారు. ఇలా బరువు పెరగడం టైప్-2 మధుమేహానికి ప్రమాదం కారకమని చెబుతున్నారు.

పరికరాల వినియోగం

మధుమేహం ఉన్నవారు ఇప్పటికే క్రమం తప్పకుండా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పరీక్షించుకుంటున్నారు. ఇందుకోసం రోజంతా గ్లూకోజ్ స్థాయిలను కొలిచే కంటిన్యూస్ గ్లూకోజ్ మానిటర్లు (సీజీఎంలు) అనే పరికరాలను కొందరు ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇప్పుడు మధుమేహం లేని ఆరోగ్యవంతులు కూడా ఈ పరికరాలు ఉపయోగిస్తున్నారు. అయితే, మధుమేహం లేనివారికి ఇవి అవసరం లేదని కొందరు నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. మధుమేహం లేని వ్యక్తులపై నిర్వహించిన ఒక అధ్యయనంలో, వారి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు 96 శాతం సమయం ఆరోగ్యకరమైన పరిధిలోనే ఉన్నట్లు తేలింది.

ఈ పరికరాలు ఆహారపు అలవాట్లలో హానికరమైన మార్పులకు ప్రేరేపించడంతో పాటు ఆరోగ్యంపై తప్పుడు అభిప్రాయాలను కలిగించవచ్చని మరికొందరు హెచ్చరిస్తున్నారు. పైగా,ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను వాస్తవాని కంటే ఎక్కువగా చూపించే అవకాశం ఉంది. సీజీఎంలు మధుమేహం లేని వ్యక్తుల ఆరోగ్య ఫలితాలను మెరుగుపరుస్తాయని నిరూపించే స్థిరమైన, నాణ్యమైన ఆధారాలు లేవని బ్రౌన్, ఆయన సహచరులు ఇటీవల నిర్వహించిన సమీక్షలో పేర్కొన్నారు. అయితే, టైప్ 2 మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఉన్నవారికి ఈ పరికరాలు ఉపయోగపడే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు.

రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను పర్యవేక్షించే పరికరాలు భవిష్యత్తులో మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉన్నవారిని గుర్తించడంలో సహాయపడవచ్చని ప్రాథమిక పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి. అయితే, ఈ వార్తానికి అవి నిజంగా ప్రయోజనకరమో లేదో నిర్ధరించడానికి మరిన్ని ఆధారాలు అవసరం. ఆరోగ్యవంతుల్లో భోజనం తర్వాత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగడం సాధారణమే అయినప్పటికీ, వాటిని స్థిరంగా ఉంచేందుకు కొన్ని పద్ధతులు ఉపయోగపడతాయి. ఉదాహరణకు, భోజనం తర్వాత రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలు వేగంగా తగ్గితే ఆకలి పెరిగి, మొత్తం మీద ఎక్కువ ఆహారం తీసుకునే అవకాశం ఉంటుంది.

రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలపై వివిధ రకాల ఆహారాలు వేర్వేరు ప్రభావాలు చూపుతాయి. తృణధాన్యాలు, ప్రోటీన్లు అధికంగా ఉండే పదార్థాలు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి ఎక్కువసేపు కడుపు నిండిన భావనను కలిగిస్తాయి. తెల్ల రొట్టె, తెల్ల బియ్యం వంటి సాధారణ కార్బోహైడ్రేట్లు మాత్రం రక్తప్రవాహంలోకి వేగంగా చేరుతాయి. ఆహారాన్ని తీసుకునే క్రమం కూడా ప్రభావం చూపుతుంది. కార్బోహైడ్రేట్లు తీసుకునే ముందు ప్రోటీన్లు, కూరగాయలు తినడం వల్ల భోజనం తర్వాత రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరిగే తీవ్రత తగ్గుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు వెల్లడించాయి. ప్రోటీన్లు, పీచుపదార్థాలు అధికంగా ఉండే వృక్షాధార ఆహారాలు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు కలిగిన సమీకృత భోజనం తీసుకోవడం మరో మార్గం. ఇది జీర్ణక్రియను నెమ్మదింపజేసి, శరీరానికి స్థిరంగా శక్తి అందేలా చేస్తుంది. ఆరోగ్యకరమైన బరువును కొనసాగించడంలోనూ సహాయపడుతుంది.

అయితే, ప్రతి ఒక్కరి శరీరం ఆహారానికి ఒకే విధంగా స్పందించదు. నిద్ర, ఒత్తిడి, శారీరక చురుకుదనం, తీసుకునే ఆహారం వంటి అంశాలను బట్టి ఒకే వ్యక్తిలోనూ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిల ప్రతిస్పందన మారవచ్చని బ్రౌన్ చెబుతున్నారు. కొన్ని ఆహార నియమాలు సూచించినట్లుగా కార్బోహైడ్రేట్లను పూర్తిగా మానేయడం ప్రతికూల ఫలితాలను ఇవ్వవచ్చని గెస్ హెచ్చరిస్తున్నారు. కొంత కాలం కార్బోహైడ్రేట్లను పరిమితం చేసిన తర్వాత వాటిని అధికంగా తీసుకుంటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు సాధారణం కంటే ఎక్కువగా పెరగవచ్చు.

ఆహారంలో కార్బోహైడ్రేట్లు కీలక భాగం. కొన్ని ఆహార వర్గాలను పరిమితం చేయడం వల్ల ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే పదార్థాలను కూడా అనవసరంగా దూరం చేసుకునే ప్రమాదం ఉందని గెస్ ఇటీవల నిర్వహించిన సమీక్షలో పేర్కొన్నారు. గ్లూకోజ్ స్థాయిలను నిరంతరం పర్యవేక్షించడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలపై ఇంకా స్పష్టత రావాల్సి ఉన్నప్పటికీ, మనలో చాలా మంది ఇప్పటికే అవసరానికి మించి అదనపు చక్కెరను తీసుకుంటున్న విషయాన్ని గుర్తుంచుకోవాలి. దాన్ని తగ్గించుకోవడంపై దృష్టి పెట్టడం మాత్రం మన చేతుల్లోనే ఉంది.



భోజనం చేసిన తర్వాత

కడుపు ఉబ్బరం

తేన్పులు రాకుండా ఉండాలంటే

పాటించాల్సిన చిట్కాలు!

పెళ్లిళ్లు, పండుగలు, ఫంక్షన్లకు వెళ్లినప్పుడు రకరకాల వంటకాలు కనిపిస్తే కడుపు నిండా లాగించేస్తుంటాం. తిన్నంతసేపు బాగానే ఉన్నా.. ఆ తర్వాతే అసలు ఇబ్బంది మొదలవుతుంది. కడుపు ఉబ్బరంగా అనిపించడం, గ్యాస్, తేన్పులు, కడుపు బరువుగా ఉండటం వంటి సమస్యలు వేధిస్తుంటాయి. కొన్నిసార్లు తిన్న ఆహారం సరిగ్గా జీర్ణం కానట్లు అనిపించి అసౌకర్యంగా కూడా ఉంటుంది. ఇలాంటి పరిస్థితికి ఒకేసారి ఎక్కువగా తినడం, వేగంగా భోజనం చేయడం, కొవ్వు ఎక్కువగా ఉండే ఆహారాలు తీసుకోవడం వంటి అలవాట్లు కారణం కావచ్చు.

అయితే తినే విధానంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకోవడం, భోజనం తర్వాత చిన్న చిన్న జాగ్రత్తలు పాటించడం ద్వారా ఈ ఇబ్బందిని తగ్గించుకోవచ్చు. మరి భారీగా భోజనం చేసిన తర్వాత కడుపు ఉబ్బరం రాకుండా ఉండాలంటే ఎలాంటి టిప్స్ పాటించాలి, జీర్ణక్రియ సాఫీగా జరిగేందుకు ఏం చేయాలి వంటి విషయాలను ఈ స్టోరీలో మనం వివరంగా తెలుసుకుందాం.



భోజనానికి ముందు లైట్ ఫుడ్ తీసుకోండి

మీరు హెవీగా భోజనం చేస్తామని మీకు అనిపించినప్పుడు.. ముందుగా కొద్దిగా కూరగాయలు, సలాడ్, తేలికపాటి సూప్ తీసుకోండి. వీటిలో ఉండే ఫైబర్ కడుపు నిండిన భావనను కలిగించి, మీరు అతిగా తినకుండా కంట్రోల్‌లో ఉంచుతుంది. దీంతో మెయిన్ కోర్స్‌ను అతిగా తినకుండా ఉండొచ్చు. ముఖ్యంగా ఫంక్షన్లలో రకరకాల వంటకాలు కనిపించినప్పుడు అన్నింటినీ ఎక్కువ మోతాదులో తినకుండా, మీ ఆకలికి తగ్గట్టుగా ఆహారం తీసుకోవాలి. కడుపు నిండినట్లు అనిపించిన తర్వాత తినడం ఆపేయడం మంచిది. ఇలా చేస్తే ఒకేసారి ఎక్కువ ఆహారం తీసుకోవడం తగ్గుతుంది.

ఆహారాన్ని నెమ్మదిగా నమిలి తినండి

చాలా మంది ఆకలిగా ఉన్నప్పుడు వేగంగా భోజనం చేస్తుంటారు. ఇలా తింటే ఆహారంతో పాటు గాలి కూడా ఎక్కువగా కడుపులోకి వెళ్లొచ్చు. దీనివల్ల గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు రావచ్చు. అంతేకాదు ఆహారాన్ని సరిగ్గా నమలకుండా మింగితే జీర్ణక్రియకు ఇబ్బంది కలగొచ్చు. అందుకే భోజనం చేసేటప్పుడు తొందరపడకుండా ప్రతి ముద్దను బాగా నమిలి తినాలి. టీవీ చూస్తూ, ఫోన్ మాట్లాడుతూ తింటే ఎంత తింటున్నామో గమనించకపోవచ్చు. కాబట్టి భోజనంపై దృష్టి పెట్టి నెమ్మదిగా తినడం అలవాటు చేసుకోండి.

భోజనంతో పాటు కూల్‌డ్రింక్స్ వద్దు

హెవీగా భోజనం చేసినప్పుడు కొంతమంది కూల్‌డ్రింక్స్, సోడా వంటి కార్బొనేటెడ్ డ్రింక్స్ తాగుతుంటారు. వీటిలో ఉండే కార్బన్ డయాక్సైడ్ గ్యాస్ కడుపులో ఉబ్బరాన్ని మరింత పెంచుతుందని సైన్స్ డైరెక్ట్ అధ్యయనం పేర్కొంది. ఇప్పటికే కడుపు నిండినట్లు, బరువుగా అనిపిస్తున్నప్పుడు ఇలాంటి డ్రింక్స్ తాగితే అసౌకర్యం ఎక్కువయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే భోజనం సమయంలో కూల్‌డ్రింక్స్‌కు బదులుగా అవసరమైనంత నీటిని కొద్దికొద్దిగా తాగండి. ముఖ్యంగా గ్యాస్ సమస్య తరచూ ఎదురయ్యేవారు కార్బొనేటెడ్ డ్రింక్స్ దూరం పెట్టడమే మంచిది.

భోజనం తర్వాత కొద్దిసేపు నడవండి

తిన్న వెంటనే సోఫాలో కూర్చోవడం, పడుకోవడం చాలామందికి అలవాటు. కానీ హెవీగా భోజనం చేసిన తర్వాత కొద్దిసేపు నడవడం జీర్ణక్రియకు తోడ్పడుతుంది. భోజనం చేసిన తర్వాత సుమారు 10-15 నిమిషాలు నెమ్మదిగా నడవాలని International Journal of General Medicine అధ్యయనం పేర్కొంది. ఇలా తేలికగా కదలితే పేగుల్లో ఆహారం ముందుకు కదలడానికి సహాయపడుతుంది. దీంతో గ్యాస్ పేరుకుపోవడం, కడుపు ఉబ్బరం వంటి ఇబ్బందులు తగ్గవచ్చు. అయితే భోజనం చేసిన వెంటనే వేగంగా నడవడం, కఠినమైన వ్యాయామాలు చేయడం అవసరం లేదు. మీకు అనుకూలమైన వేగంతో ప్రశాంతంగా నడిస్తే సరిపోతుంది.

తరచూ ఉబ్బరం వస్తే నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు

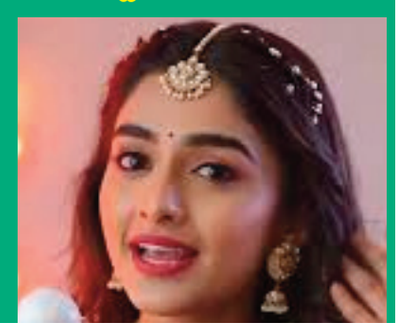
హెవీగా భోజనం చేసినప్పుడు అప్పుడప్పుడు కడుపు ఉబ్బరంగా అనిపించడం సాధారణమే. అయితే ప్రతి భోజనం తర్వాత ఇబ్బంది కలుగుతుంటే, గ్యాస్ సమస్య తరచూ వస్తుంటే దానికి ఇతర కారణాలు కూడా ఉండొచ్చు. కొన్ని ఆహారాలు పడకపోవడం, జీర్ణవ్యవస్థ సమస్యలు దీనికి కారణం కావచ్చు. అందుకే ఏ ఆహారం తీసుకున్న తర్వాత ఇబ్బంది పెరుగుతుందో గమనించండి. తినే ఆహారం, మోతాదులో మార్పులు చేసుకున్నా సమస్య తగ్గకపోతే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి. తీవ్రమైన కడుపునొప్పి, వాంతులు, మలంలో రక్తం, బరువు తగ్గడం వంటి లక్షణాలు ఉంటే వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలి. ఆరోగ్యకరమైన ఆహారపు అలవాట్లు పాటించడం, తగినంత నీరు తాగడం, రోజూ శారీరకంగా చురుగ్గా ఉండడం జీర్ణ ఆరోగ్యానికి ఉపయోగపడతాయి.

జుట్టు పొడిబారి, మెరుపు తగ్గి నిర్జీవంగా కనిపిస్తోందా? దీనికి అనేక కారణాలు ఉంటాయి. ఈ సమయంలో ఇంట్లో లభించే కొన్ని పదార్థాలతో జుట్టును మృదువుగా, మెరుస్తూ కనిపించేలా చేసుకోవచ్చు. కొబ్బరి నూనె జుట్టు పొడిబారడాన్ని తగ్గించి, మృదువుగా ఉండేందుకు సహాయపడుతుంది. కొద్దిగా గోరువెచ్చని కొబ్బరి నూనెను జుట్టుకు పట్టించి సున్నితంగా మసాజ్ చేయాలి. 30 నిమిషాల తర్వాత తేలికపాటి షాంపూతో తల స్నానం చేయవచ్చు. కొబ్బరి నూనె జుట్టు ప్రోటీన్ నష్టాన్ని తగ్గించడంలో కూడా సహాయపడుతుందని పరిశోధనలు సూచిస్తున్నాయి.



సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
సోమవారం 02.11.2026
www.mudranews.in | @mudranews

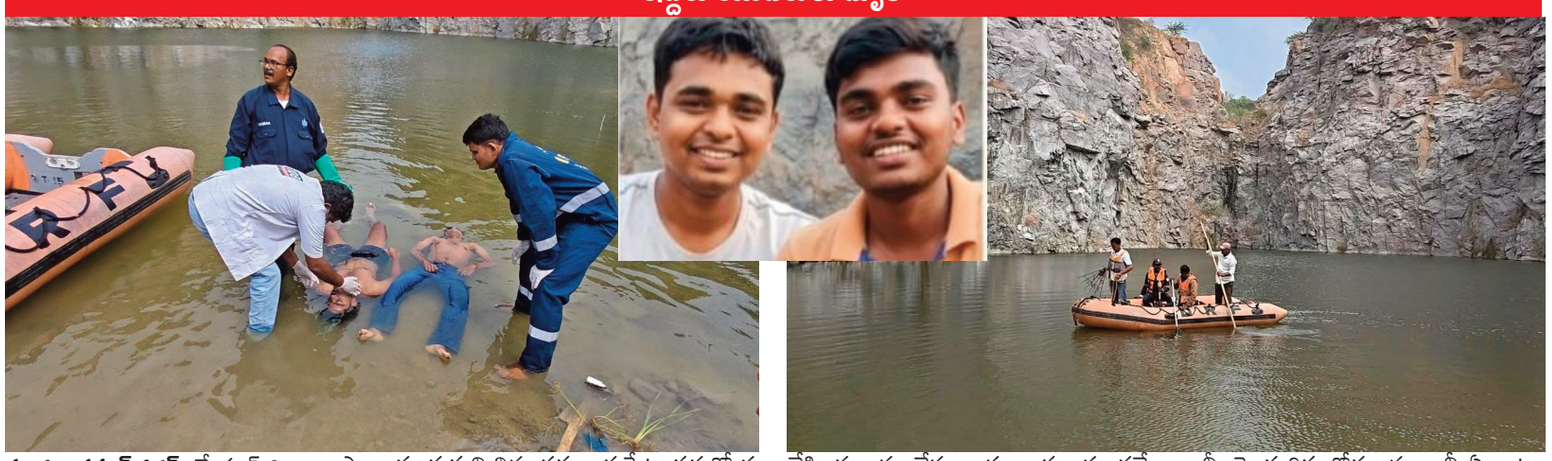
మైల్డ్ షాంపూ వాడకం జుట్టుకు రక్షణ



తలకు సరిపడే మైల్డ్ షాంపూను ఉపయోగించాలి. తరచూ హెయిర్ కలరింగ్, హీట్ స్టైలింగ్, గట్టిగా జుట్టు లాగి కట్టడం వంటి అలవాట్లను తగ్గించాలి.

మృత్యుకుహరంగా మారిన మల్కాపురం క్వారీ

ఇద్దరు యువకులు మృతి



ముద్ర, జవహర్ నగర్: మేడ్చల్ జిల్లా, కాప్రా మండలం, జవహర్ నగర్ ఠాణా పరిధిలోని సర్వేనెంబర్ 12 P లో గల క్వారీ లో ఈరోజు ఉదయము 6:30 గంటలకు పిక్నిక్ కోసమని వెళ్ళి నీటిలోకి సరదాగా దిగి ఆడుకుంటున్న క్రమంలో ఇద్దరు యువకులు గల్లంతైన ఘటన స్థానికంగా కలకలం రేపింది. జవహర్ నగర్ సర్కిల్ ఇన్స్పెక్టర్ సైదులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం అక్షిత్ (19), మురారి (19), పియూష్ (18), సయాన్ (18), రోహిత్ (18) అనే ఐదుగురు మిత్రులు ఆర్ కే పురం నివాసులని, ఇబ్రహీంపట్నంలోని సి వి ఆర్ కాలేజీలో బీటెక్ చదువుతున్నారని తెలిపారు. పిక్నిక్ కోసమని వచ్చి ఆహారం వండుకుని తిన్న తరువాత ప్లేట్లు కడుక్కోవడానికి నీటిలోకి దిగగా ప్రమాదవశాత్తు ఇద్దరు క్వారీలో మునిగిపోయారన్నారు. గల్లంతైన వారికి ఈత రాకపోవడం బయట ఉన్నవారిలో ఒకరికి ఈత వచ్చినా కాలుకు గాయమవడంతో కాపాడలేక 100 కు డయల్ చేసి పోలీసులకు సమాచారం అందించారాని తెలిపారు. హుటాహుటిన సంఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న అడ్మిన్ ఎస్ ఐ రాము నాయక్ డి ఆర్ ఎఫ్ బృందం, ఫైర్ సిబ్బంది, 108 సిబ్బంది తో పాటు స్థానికుల సహకారంతో మృతదేహాలను వెలికి తీశారన్నారు. కాగా మృతులను సయాన్ (18) రోహిత్ (18) లుగా గుర్తించామని, ఈ ఘటనపై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నామన్నారు. మృతదేహాలను శవపరీక్ష నిమిత్తం గాంధీ హాస్పత్రికి తరలించామని తెలిపారు.హెచ్చరిక బోర్డులు, కంచె లేకపోవడంపై స్థానికుల ఆగ్రహంఇదే క్వారీలో గత నెల పదవ తేదీన ప్రణవ సాయి అనే దమ్మాయిగూడ కుర్రాడు రీల్స్ కోసమని మిత్రులతో వచ్చి ప్రమాదవశాత్తు మృతి చెందాడు. అంతకుముందు కూడా ఎంతో మంది సరదా కోసమని, సెల్ఫీల కోసమని, పిక్నిక్ అని, ఈ క్వారీ కి వచ్చి ప్రమాద వశాత్తు మృత్యువాత పడ్డారని స్థానికులు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇంతమంది ఈ క్వారీలో పడి ప్రాణాలు కోల్పోతున్నప్పటికీ హెచ్ఎండి అధికారులు ఇక్కడ కంచెను గానీ, హెచ్చరిక బోర్డులను కానీ ఏర్పాటు చేయకపోవడం, పోలీసుల భద్రత లోపించడం, మున్సిపల్ అధికారులు గానీ స్థానిక నాయకులు గానీ పట్టించుకోకపోవడమే ఇలాంటి సంఘటనలకు కారణమవుతున్నాయని స్థానికులు, ప్రజా సంఘాలు మండిపడుతున్నాయి. ఇప్పటికైనా జిల్లా కలెక్టర్, మల్కాజ్గిరి జోనల్ కమిషనర్ ఈ క్వారీ ని వెంటనే పరిశీలించి ఇష్టా రాజ్యాంగ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా జరిగిన తవ్వకాలపై సమగ్ర విచారణ చేపట్టాలని, భవిష్యత్తులో మరో ప్రాణం బలికాకుండా ఈ ప్రాంతంలో కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రజలు ప్రజాసంఘాలు కోరుతున్నారు.

ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలపై రాజీలేని పోరాటం

సీపీఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శివర్గ సభ్యుడు పోతినేని

ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1: కేంద్ర ప్రభుత్వం అనుసరిస్తున్న ప్రజాస్వామ్య వ్యతిరేక, ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలు దేశ అభివృద్ధికి ఆటంకంగా మారుతున్నాయని సీపీఎం రాష్ట్ర కార్యదర్శివర్గ సభ్యుడు పోతినేని సుదర్శన్‌రావు విమర్శించారు. ప్రజల హక్కులను కాలరాస్తూ, కార్పొరేట్ శక్తులకు దేశ సంపదను ధారాదత్తం చేసే విధానాలపై రాజీలేని పోరాటం కొనసాగిస్తామని స్పష్టం చేశారు. ఆదివారం ఖమ్మంలోని మంచికంటి భవన్‌లో జిల్లా కార్యదర్శివర్గ సభ్యుడు కళ్యాణం వెంకటేశ్వరరావు అధ్యక్షతన నిర్వహించిన సీపీఎం జిల్లా ప్లీనరీ సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. విద్య, వైద్యం, వ్యవసాయ రంగాలను దెబ్బతీసే విధానాలను కేంద్రం సమర్థిస్తోందన్నారు.తమ న్యాయమైన హక్కుల కోసం పోరాడుతున్న విద్యార్థులపై అణచివేతకు పాల్పడుతున్నారని, విద్యార్థులకు జరుగుతున్న అన్యాయాన్ని మొదటగా ఎస్ఎఫ్ఐ ప్రశ్నించిందని గుర్తుచేశారు. ఓటర్ల తొలగింపుపై ఉద్యమంఓటర్ల నమోదు ప్రక్రియలో చేపడుతున్న ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ఐఆర్)ను ఓటర్ల తొలగింపునకు ఉపయోగిస్తున్నారని ఆరోపించారు. దేశవ్యాప్తంగా సుమారు 13 కోట్ల మంది ఓటర్లను, తెలంగాణలో దాదాపు 70 లక్షల ఓట్లను తొలగించారని పేర్కొన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ విధానాలు, ఓటర్ల తొలగింపుపై సీపీఎం మొదటగా జాతీయ, ప్రాంతీయ పార్టీలను సమాయత్తం చేసి అఖిలపక్షాల ఆధ్వర్యంలో ఆందోళనలు నిర్వహించిందన్నారు. పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో పార్టీ మద్దతిస్తున్న అభ్యర్థిని గెలిపించుకోవాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు. త్వరలో నల్గొండలో నిర్వహించనున్న రైతు మహాసభలను విజయవంతం చేసేందుకు భారీగా జనసమీకరణ చేయాలని పిలుపు నిచ్చారు. సీపీఎం నాయకుడు సామినేని రామారావు హత్య ఘటనలో కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన మంత్రి పాత్రపై ఆరోపణలు ఉన్నాయని ప్రస్తావిస్తూ, ఈ వ్యవహారంపై రాజీలేని పోరాటం చేస్తామని, బాధితులకు న్యాయం జరిగే వరకు ప్రభుత్వాన్ని నిలదీస్తామని చెప్పారు. రైతులు, సీపీఎం జిల్లా కార్యదర్శి నున్నా నాగేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ ఎల్‌నినో పరిస్థితుల నేపథ్యంలో జిల్లాలో కరువు తీవ్రత పెరుగుతోందని పేర్కొన్నారు. కరువు మండలాల్లోని రైతులు, వ్యవసాయ కూలీలు, ప్రజలను ప్రభుత్వం అన్ని విధాలా ఆదుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. అకాల వర్షాలతో దెబ్బతిన్న పంటలకు తక్షణమే నష్టపరిహారం చెల్లించాలని



కోరారు.కరువు పరిస్థితులను ఆసరాగా చేసుకుని నిత్యావసర వస్తువుల ధరలు పెంచుతూ కొందరు బ్లాక్ మార్కెట్‌కు పాల్పడుతున్నారని ఆరోపించారు. ప్రభుత్వం వెంటనే ధరల నియంత్రణ చర్యలు చేపట్టి రేషన్ దుకాణాల ద్వారా ప్రతి కుటుంబానికి 50 కిలోల బియ్యంతో పాటు 14 రకాల నిత్యావసర వస్తువులను పంపిణీ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు.ఈ సమావేశంలో సీపీఎం జిల్లా కార్యదర్శివర్గ సభ్యులు మాచర్ల భారతి, బుగ్గవీటి సరళ, బండి పద్మ, బండి రమేష్, వై. విక్రం, మాదినేని రమేష్, యర్రా శ్రీనివాసరావు, భూక్య వీరభద్రం, బొంతు రాంబాబు, మడుపల్లి గోపాల్‌రావు, మెరుగు సత్యనారాయణ, సత్తుపల్లి డివిజన్ కార్యదర్శి శీలం సత్యనారాయణరెడ్డి, రాష్ట్ర సోషల్ మీడియా బాధ్యుడు పిట్టల రవి, పార్టీ సీనియర్ నాయకులు పొన్నం వెంకటేశ్వరరావు, ఎం. సుబ్బారావు, చింతల చెరువు కోటేశ్వరరావు, పీడీఎఫ్ తరఫున ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థి కొల్లి సత్యనారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

క్రిప్టో చరిత్రలోనే అతిపెద్ద చోరీ..

20 నిమిషాల్లో రూ.52వేల కోట్ల క్రిప్టో కరెన్సీ మాయం



ముద్ర, న్యూఢిల్లీ : ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద క్రిప్టో కరెన్సీ ఎక్సేంజ్ సంస్థ బైనాన్స్‌పై భారీ సైబర్ దాడి జరిగింది. ఈ ఘటనలో సుమారు 6.3 బిలియన్ డాలర్లు (దాదాపు రూ.52 వేల కోట్లు) విలువైన క్రిప్టో కరెన్సీ చోరీకి గురైనట్లు నిపుణులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఇది క్రిప్టో చరిత్రలోనే అతిపెద్ద చోరీగా నిలవవచ్చని భావిస్తున్నారు. ఈ దాడిలో చోరికి గురైనట్లు భావిస్తున్న సైబర్ దాడి నేపథ్యంలో డిపాజిట్లు, విత్‌డ్రాయల్స్‌ను కంపెనీ తాత్కాలికంగా స్తంభింపజేసింది. ఈ దాడితో బిట్‌కాయిన్, ఇతర క్రిప్టోకరెన్సీలు 5 శాతం మేర క్షీణించాయి.

ఇంజినీర్ ల్యాప్‌టాప్ నుంచే దాడి?

బైనాన్స్ ప్రాథమిక దర్యాప్తు ప్రకారం.. సంస్థలోని ఒక డెవాప్స్ ఇంజినీర్ ల్యాప్‌టాప్ హ్యాకింగ్‌కు గురై ఉండవచ్చని అనుమానిస్తున్నారు. ఆ కంప్యూటర్ ద్వారా హ్యాకర్లు సంస్థకు చెందిన ఓ సర్వీస్ వ్యవస్థలోకి ప్రవేశించి, అనధికారికంగా క్రిప్టో ఆస్తులను ఇతర ఖాతాలకు బదిలీచేసినట్టు అనుమానిస్తున్నారు. ఈ దాడిలో పది బ్లాక్‌చెయిన్లకు చెందిన వ్యాలెట్లను లక్ష్యంగా చేసుకున్నట్టు బ్లాక్‌చెయిన్ విశ్లేషణ సంస్థ టీఆర్ఎం ల్యాబ్స్ తెలిపింది. దొంగిలించిన ఆస్తుల్లో అధిక భాగాన్ని కేవలం 20 నిమిషాల్లోనే తరలించినట్టు పేర్కొన్నది. అయితే వినియోగదారుల వ్యాలెట్లకు సంబంధించిన ప్రైవేట్ కీలు లీకైనట్టు ఇప్పటివరకు ఆధారాలు లభించలేదని బైనాన్స్ వెల్లడించింది.

వినియోగదారుల డబ్బుకు భరోసా

ఈ ఘటన నేపథ్యంలో బైనాన్స్ తాత్కాలికంగా డిపాజిట్లు, విత్‌డ్రాలను నిలిపివేసింది. భద్రతా తనిఖీలు పూర్తయిన తర్వాత సేవలను పునరుద్ధరిస్తామని ప్రకటించింది. హ్యాకింగ్ వల్ల కలిగే నష్టాలను సంస్థ పూర్తిగా భరిస్తుందని వ్యవస్థాపకురాలు యి హే హామీ ఇచ్చారు. టెథర్, సర్కిల్ వంటి క్రిప్టో సంస్థలు కూడా అనుమానాస్పద లావాదేవీలకు సంబంధించిన ఆస్తులను స్తంభింపజేసేందుకు చర్యలు తీసుకున్నాయి. రిపుల్ సంస్థ సైతం సుమారు 200 మిలియన్ డాలర్ల విలువైన ఆస్తులను నిలిపివేసినట్టు సమాచారం.

ఉత్తర కొరియా హ్యాకర్లపై అనుమానాలు

ఈ సైబర్ దాడి వెనుక ఉత్తర కొరియా హ్యాకింగ్ బృందం ఉండొచ్చని టీఆర్ఎం ల్యాబ్స్, చైనాలిసిస్ సంస్థలు అనుమానం వ్యక్తం చేశాయి. గతంలో భారీ క్రిప్టో చోరీలకు పాల్పడిన ట్రేడర్‌ట్రెయిటర్ బృందం ఈ దాడి వెనుక ఉండొచ్చని పేర్కొన్నాయి. క్రిప్టో మార్కెట్లలో కలకలం బైనాన్స్‌పై దాడి వార్తలతో క్రిప్టో మార్కెట్లలో తీవ్ర ఒడిదొడుకులు చోటుచేసుకున్నాయి. బిట్ కాయిన్, ఈథర్ ధరలు గణనీయంగా పడిపోయాయి. బైనాన్స్‌కు అనుబంధమైన బీఎన్‌బీ టోకెన్ విలువ తగ్గింది. 2025లో క్రిప్టో ఎక్సేంజ్ బైబిట్‌పై జరిగిన దాడిలో 1.5 బిలియన్ డాలర్ల విలువైన క్రిప్టో ఆస్తులు చోరీకి గురయ్యాయి. తాజా ఘటనలో జరిగిన నష్టం అంతకంటే అనేక రెట్లు ఎక్కువగా ఉండటంతో డిజిటల్ ఆస్తుల భద్రతపై మరోసారి ఆందోళనలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

ఫ్రాన్స్‌లో మూడో వారానికి నిరసనలు

70 వేల మంది పోలీసులు, ఆర్మీ సిబ్బంది మోహరింపు
పలు ఐరోపా దేశాలకు విస్తరించిన యువత ఆందోళనలు



ముద్ర, ప్యారిస్: జీవన వ్యయాలు, విద్యకు సంబంధించిన సమస్యలపై ఫ్రాన్స్‌లో యువత చేపట్టిన నిరసనలు వరుసగా మూడో వారాంతానికి చేరుకున్నాయి. ఈ నేపథ్యంలో దేశవ్యాప్తంగా 70 వేలమంది పోలీసులు, ఆర్మీ సిబ్బందిని మోహరించారు. ప్యారిస్‌లో ర్యాలీ మార్గాన్ని నగరశివార్లకు మార్చారు. మరోవైపు యువత నేతృత్వంలోని నిరసనలు ఐరోపాలోని పలు దేశాలకు విస్తరించాయి. నగర కేంద్రంలో కార్మిక సంఘాలు, ఎల్లో వెస్ట్ ఉద్యమకారుల ర్యాలీలను పోలీసులు నిషేధించారు.ప్రభుత్వ ఆంక్షలను కార్మిక, విద్యార్థి సంఘాలు కోర్టులో సవాలు చేశాయి. అయితే వాటికి అనుకూలంగా తీర్పు రాలేదు. అక్టోబర్ 17న అల్లర్లు, దోపిడీలు జరిగిన ప్లాస్ డి లా రిపబ్లిక్, లెస్ హాలెస్ ప్రాంతాల్లో శనివారం, ఆదివారం రాత్రి 11 గంటల నుంచి ఉదయం 6 గంటల వరకు ప్రవేశాన్ని నిషేధించారు. జర్మనీలో 'జెన్ జెడ్ రెగెల్ట్' పేరుతో యువత చేపట్టిన కార్యక్రమంలో సుమారు 30 నగరాల్లో నిరసనలకు పిలుపు నిచ్చారు.ఈ కార్యక్రమానికి ఆన్‌లైన్‌లో 1.4 లక్షల మంది తమ పేర్లు నమోదుచేసుకున్నట్లు నిర్వాహకులు తెలిపారు. స్పెయిన్‌లోని బార్సిలోనాలో నిరసనల నేపథ్యంలో 'బ్లూకస్' పేరుతో గుర్తు తెలియని టిక్‌టాక్ నెట్‌వర్క్ నిరసనలకు పిలుపునిచ్చింది. ఇటలీలోని మిలాన్, టూరిన్, బొలోగ్నా నగరాల్లో ఘర్షణలు జరగడంతో పోలీసులు అప్రమత్తమయ్యారు. బెల్జియం, నెదర్లాండ్స్, ఆస్ట్రియా, స్విట్జర్లాండ్, పోర్చుగల్‌లలోనూ టిక్‌టాక్ ద్వారా నిరసనలకు పిలుపులు వెలువడ్డాయి.

నక్షత్ర కాంతి నా ఆత్మకు పోషణ!

ఏఐ సాయంతో కవిత
భూమికి పంపినఉపగ్రహం



ముద్ర, స్వాల్‌బర్డ్: రోదసి నుంచి కృత్రిమ మేధను నిర్వహించాలన్న తన లక్ష్యాన్ని గూగుల్ సాధించింది. ప్రాజెక్ట్ సన్‌క్యాచర్ సమూనా ఉపగ్రహం తన కక్ష్య నుంచి ఏఐ స్పందనను సృష్టించి భూమి మీదకు పంపింది. ఒక డాటా సెంటర్-క్లాస్ ఏఐ చిప్ అంతరిక్షం నుంచి పని చేయడం ఇదే తొలిసారి. ఉపగ్రహం సరిగ్గా పనిచేస్తున్నదని నిర్ధారించుకొన్నాక నార్వేలోని స్వాల్‌బర్డ్‌లో ఒక గ్రౌండ్ స్టేషన్ మీదుగా అది ప్రయాణిస్తున్నప్పుడు ఇంజినీర్లు అందులోని గెమ్మా 4 అనే ఏఐ మాడల్‌కు మొదటి అసలైన ప్రాంప్ట్‌ను పంపి అంతరిక్షంలో ఉండటం గురించి ప్రాస లేని హైకూను(చిన్న కవిత) రాయమని అడిగారు. దీంతో 'కింద నీలి పాలరాయి.. నిశ్శబ్ద సౌందర్యంలో డాటా ప్రవాహాలు.. నక్షత్ర కాంతి నా ఆత్మకు పోషణ ఇస్తున్నది' అని అది బదులిచ్చింది.

ఉక్రెయిన్‌కు 500 పేట్రియాట్ మిస్సైళ్లు: అమెరికా



ముద్ర, న్యూయార్క్: అమెరికా కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నది. ఉక్రెయిన్‌కు 500 పేట్రియాట్ క్షిపణులను అమ్మేందుకు అమెరికా అంగీకరించింది. రష్యాతో వార్‌లో ఆయుధాలు తగ్గడంతో ఉక్రెయిన్ తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటోంది. అయితే తాజాగా పేట్రియాట్ మిస్సైళ్లను అమ్మేందుకు అమెరికా అంగీకరించడం ఉక్రెయిన్‌కు ఊరటనిచ్చే విషయం. దీనిపై ఉక్రెయిన్ అధ్యక్షుడు జెలెన్‌స్కీ స్పందించారు. క్షిపణులు డెలివరీ అయ్యేందుకు చాలా ఏండ్లు పడుతుందని అన్నారు. పీఏసీ-3 ఇంటర్‌సెప్టార్ క్షిపణులకు సుమారు రెండు బిలియన్ల డాలర్ల ఖర్చు అవుతుందని, అయితే ఉక్రెయిన్ కూటమి దేశాలైన యురోప్, కెనడాలో ఆ నిధులను ఇస్తాయని అమెరికా ప్రభుత్వం తెలిపింది. రష్యా రిలీజ్ చేస్తున్న బాలిస్టిక్ క్షిపణులను అడ్డుకునే సమర్థవంతమైన ఆయుధం పేట్రియాట్ మిస్సైల్ ఒక్కటే అని జెలెన్‌స్కీ అన్నారు.

యురేనియంను తరలించనున్న ఇరాన్

ముద్ర, న్యూఢిల్లీ: అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య మరోసారి శాంతి ప్రతిపాదనకు అంగీకారం కుదిరినట్లు ఓ మీడియా రిపోర్టు ద్వార వెల్లడైంది. అయితే ఇరాన్ తన వద్ద ఉన్న శుద్ధీకరించిన యురేనియం నిల్వలను అప్పగించేందుకు అంగీకరించినట్లు తెలుస్తోంది. మూడో దేశానికి ఆ నిల్వలను అప్పగించనున్నది లేదా శుద్ధీకరణను తగ్గించనున్నది. ఇక హోర్ముజ్ జలసంధిని అంతర్జాతీయ నౌకల కోసం తెరవనున్నారు. ఒప్పందం కుదిరిన ఏడు రోజుల్లోనే హోర్ముజ్ తెరిచే అవకాశాలు ఉన్నట్లు అల్ అరేబియా ఆంగ్ల పత్రిక తన కథనంలో పేర్కొన్నది. ఇరు దేశాల ఒప్పందానికి చెందిన ముసాయిదా మీడియాకు చిక్కింది. అయితే అగ్రిమెంట్ అమలు అంశంలో చైనాను గ్యారెంటీ దేశంగా చేర్చినట్లు తెలుస్తోంది. అమెరికా, ఇరాన్ మధ్య దోహాలో ఆ చర్చలు జరిగే అవకాశాలు ఉన్నాయి. న్యూక్లియర్ ప్రోగ్రామ్, మారిటైం సెక్యూరిటీపై ఇరాన్ తన ప్రకటన చేయనున్నట్లు తెలుస్తోంది. ఇక ఆర్థిక ఆంక్షలను ఎత్తివేసే ప్రక్రియను అమెరికా చూడనున్నది. మధ్యవర్తులు, గ్యారెంటీ దేశాలతో కలిపి వివాద పరిష్కార తీర్మానం చేయనున్నారు. దౌత్యంలో భాగంగా ఖతర్ బృందం శుక్రవారం టెహ్రాన్‌కు చేరుకున్నది. ఖతార్ ప్రధాని సలహాదారు నేతృత్వంలో ఆ బృందం టెహ్రాన్‌లో విజిట్ చేస్తున్నది. ఖతార్ ప్రతినిధులకు తమ లేఖను అమెరికా ఉపాధ్యక్షుడు జేడీ వాన్స్ సమర్పించారు. మరో వైపు ఇప్పట్లో యుద్ధాన్ని ముగించే ఆలోచనలేదని ట్రంప్ పేర్కొన్నారు.

సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
సోమవారం 2.1.2026
www.mudranews.in | @mudranews

వెల్లుల్లి వాడకంలో జాగ్రత్త – చర్మ ఆరోగ్యమే ముఖ్యం

వెల్లుల్లి రసాన్ని నేరుగా తలకు రాస్తే మంట, అలర్జీ, చర్మంపై గాయాలు ఏర్పడే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి నేరుగా ఉపయోగించకపోవడమే మంచిది. జుట్టు విపరీతంగా రాలుతుంటే వైద్యుడిని సంప్రదించాలి.



రవీందర్ కుటుంబానికి మిలీనియం అసోసియేషన్ చేయూత

*** రూ.10వేల ఆర్థిక సహాయం..**
*** గురువు జ్ఞాపకార్థం కన్నీటి పరామర్శ..**
*** రేకొండ గ్రామ సర్పంచ్,అసోసియేషన్ సభ్యుల సమక్షంలో నిధుల అందజేత**



ముద్ర చిగురుమామిడి :కరీంనగర్ జిల్లా చిగురుమామిడి మండలం రేకొండ గ్రామంలో గతంలో శారదా నికేతన్ ఉన్నత పాఠశాలను స్థాపించి,సుదీర్ఘకాలం పాటు కరస్పాండెంట్ గా సేవలందిస్తూ ఎంతో మంది విద్యార్థులను ఉన్నత విద్యావంతులుగా తీర్చిదిద్దిన విద్యాదాత, అందరిచే చిన్న సార్ అని ఆప్యాయంగా పిలవబడే పరాంకుశం రవీందర్ ఇటీవల అనారోగ్యంతో కన్నుమూసిన సంగతి తెలిసిందే. ఆయన మరణం స్థానికంగా తీరని లోటును మిగిల్చింది.ఆయన అందించిన విద్యా సేవలను గుర్తుచేసుకుంటూ,ఉపాధ్యాయునిపై ఉన్న అపారమైన అభిమానంతో ఆదివారం 'మిలీనియం అసోసియేషన్' సభ్యులు వారి నివాసానికి వెళ్లి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించారు.రవీందర్ చిత్రపటానికి పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. అనంతరం ఆయన కుటుంబానికి అండగా ఉంటామని భరోసా ఇస్తూ, అసోసియేషన్ తరపున రూ.10,000/-(పది వేల రూపాయలు)ఆర్థిక సహాయాన్ని అందజేశారు.ఈ పరామర్శ సహాయ కార్యక్రమాల్లో రేకొండ గ్రామ సర్పంచ్ అల్లెపు సంపత్,మిలీనియం అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు పరుపాటి మహిపాల్ రెడ్డి,జనరల్ సెక్రటరీ గందె చిరంజీవి,కోశాధికారి లంకసిరి శ్రీనివాస్,జాయింట్ సెక్రటరీ చిప్ప తిరుపతి,అసోసియేషన్ సభ్యులు బండారి రవికుమార్,నూకల వెంకటేశ్వర్లు,లక్ష్మి నరసింహ స్వామి దేవాలయ అర్చకులు పరాంకుశం వెంకటేశ్వర్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రాహుల్ గాంధీకి నాయకత్వ లక్షణాలు లేవు

- ఈటల రాజేందర్

ముద్ర, మేడ్చల్–మల్కాజిగిరి: కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలను అపహాస్యం చేస్తోందని మల్కాజిగిరి ఎంపీ ఈటల రాజేందర్ విమర్శించారు. రాహుల్ గాంధీకి నాయకత్వ లక్షణాలు లేవని, రాజ్యాంగ పరిరక్షణ పేరుతో కాంగ్రెస్ రాజకీయ నాటకాలు ఆడుతోందని ఆరోపించారు. షాపూర్‌లోని బీజేపీ జిల్లా కార్యాలయంలో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. ఎస్ఐఆర్, ఈవీఎంలపై కాంగ్రెస్ చేస్తున్న ఆరోపణలు నిరాధారమని పేర్కొన్నారు. ఎన్నికల కమిషన్, పార్లమెంట్, సుప్రీంకోర్టు వంటి ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థలపై విమర్శలు చేయడం సరికాదన్నారు. నవంబర్ 2న హైదరాబాద్‌లో కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా పాల్గొనే మహా పాదయాత్రను విజయవంతం చేయాలని ప్రజలకు పిలుపునిచ్చారు. ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ కోసం మేధావులు, యువత, దేశభక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొనాలని కోరారు. డంపింగ్ యార్డు తొలగించే వరకు పోరాటం కొనసాగిస్తామని, ఫాక్స్ సాగర్ వద్ద ఆలయాల కూల్చివేతను వ్యతిరేకిస్తున్నామని స్పష్టం చేశారు. చెరువుల పరిరక్షణ పేరుతో పేదల ఇళ్లు, ఆలయాలను కూల్చడం సరికాదన్నారు. సమావేశంలో బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షుడు గిరివర్ధన్ రెడ్డి తదితర నాయకులు పాల్గొన్నారు

ప్రపంచ మార్కెట్లలోకి తెలంగాణ ఉత్పత్తులు

ముద్ర, హైదరాబాద్: తెలంగాణ ఉత్పత్తులకు అంతర్జాతీయ మార్కెట్లలో అవకాశాలు కల్పించే లక్ష్యంతో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సోమవారం (నవంబర్ 2) హైదరాబాద్‌లో మెగా అవగాహన కార్యక్రమం నిర్వహించనుంది. టీ–హబ్ ఫేజ్–2లో మధ్యాహ్నం 2.30 గంటలకు కేంద్ర వాణిజ్య శాఖ సహకారంతో ఈ కార్యక్రమం జరగనుంది. మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొంటారు. భారత్ వివిధ దేశాలతో కుదుర్చుకున్న స్వేచ్ఛా వాణిజ్య ఒప్పందాల (ఎఫ్‌టీఏ) ప్రయోజనాలను ఎగుమతిదారులు, ఎంఎస్ఎంఈలు, స్టార్టప్‌లకు వివరించనున్నారు. వ్యవసాయం, పసుపు, రత్నాలు–ఆభరణాలు, రసాయనాలు–ఔషధాలు, ఇంజినీరింగ్–ఎలక్ట్రానిక్స్, వస్త్ర రంగాల్లో ఎగుమతుల విస్తరణపై చర్చిస్తారు. అలాగే అంతర్జాతీయ వాణిజ్య అవకాశాలు, ఎగుమతి నిబంధనలు, కేంద్ర ప్రభుత్వ వాణిజ్య సేవలపై అవగాహన కల్పించనున్నారు..

సికింద్రాబాద్ రైల్వే స్టేషన్‌లో భారీగా నకిలీ నోట్ల పట్టివేత



ముద్ర, హైదరాబాద్: సికింద్రాబాద్ రైల్వే స్టేషన్‌లో భారీగా నకిలీ నోట్లు పట్టుబడ్డాయి. నిందితుడు ముంబయి ఎల్‌టీటీ ఎక్స్‌ప్రెస్ జనరల్ కోచ్‌లో జైపూర్ నుంచి ముంబయికి తరలిస్తుండగా సికింద్రాబాద్‌లో పోలీసులు గుర్తించారు. రాజస్థాన్‌లోని బికనేర్ జిల్లాకు చెందిన శివరతన్ మహియాను అదుపులోకి తీసుకుని, అతని వద్ద నుంచి రూ.60లక్షల నకిలీ కరెన్సీ నోట్లు స్వాధీనం చేసుకున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు. మరో నిందితుడు ఓం ప్రకాశ్ నకిలీ నోట్ల బ్యాగ్‌ను అక్టోబరు 28న జైపూర్ రైల్వే స్టేషన్‌లో శివరతన్‌కు ఇచ్చి.. ముంబయిలోని ఓ వ్యక్తికి అందజేయాలని చెప్పాడు. నకిలీ నోట్లు తరలించినందుకు రూ.2.20లక్షలు ఇస్తానని ఒప్పందం చేసుకున్నాడు. ఒప్పందం మేరకు మైసూరు ఎక్స్‌ప్రెస్‌లో కాచిగూడకు చేరుకున్న నిందితుడు.. అక్టోబర్ 31న ముంబయి ఎల్‌టీటీ ఎక్స్‌ప్రెస్‌లో ప్రయాణిస్తుండగా రైల్వే పోలీసులు అరెస్టు చేశారు. ప్రధాన నిందితుడు ఓం ప్రకాశ్ పరారీలో ఉన్నట్లు పోలీసులు వెల్లడించారు. గతంలో ఓం ప్రకాశ్‌పై రాజస్థాన్‌లో క్రిమినల్ కేసులు ఉన్నట్లు గుర్తించారు. పరారీలో ఉన్న మరో నిందితుడి కోసం పోలీసులు గాలిస్తున్నారు.

భగవంతుడిని నిస్వార్థంగా స్మరిస్తే కోరికలు నెరవేరుతాయి

- ధర్మాన్ని ఆచరిస్తే అదే మనల్ని రక్షిస్తుంది.. భక్తి మార్గంలో నడవాలి: గణపతి సచ్చిదానంద స్వామీజీ
- మంథని ప్రాంతంలో స్వామివారి అడుగుపెట్టడం గొప్ప అదృష్టం.. రెండుమూడేళ్ల నిరీక్షణ ఫలించింది: మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు

ముద్ర, కరీంనగర్ : భగవంతుడు సర్వాంతర్యామి అని, అనేక రూపాలు, కోటానుకోట్ల పేర్లతో భక్తులకు దర్శనమిస్తాడని అవధూత దత్తపీఠాధిపతి శ్రీ గణపతి సచ్చిదానంద స్వామీజీ అన్నారు. భక్తులు నిస్వార్థంగా, సహేతుకమైన కోరికలు కోరుకుంటే భగవంతుడు తప్పక అనుగ్రహిస్తారని పేర్కొన్నారు. ధర్మాన్ని ఆచరిస్తూ, అహింసా మార్గంలో నడవాలని, మానవసేవే మాధవసేవగా భావించాలని పిలుపునిచ్చారు.

మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్‌బాబు ఆహ్వానం మేరకు ఆదివారం భూపాలపల్లి జిల్లా కాటారం మండలం ధన్వాడకు స్వామీజీ విచ్చేశారు. హైదరాబాద్ నుంచి హెలికాప్టర్‌లో చేరుకున్న స్వామీజీకి మంత్రి స్వాగతం పలికారు. అనంతరం ధన్వాడలోని దత్తాత్రేయ స్వామి ఆలయంలో లోకకల్యాణార్థం నిర్వహించిన మహాపూర్ణాహుతి యజ్ఞంలో పాల్గొని ప్రత్యేక పూజలు చేశారు. భక్తులకు దివ్య ప్రవచనం అందించారు.

భగవంతుడు ఎక్కడో లేడని, ప్రతి ఒక్కరి హృదయంలో ఉంటాడని స్వామీజీ వివరించారు. భగవంతుడికి జయం అవసరం లేదని, ఆయనను విశ్వసించే భక్తులకు విజయాన్ని ప్రసాదిస్తారని అన్నారు. ఎలాంటి పరిస్థితులు ఎదురైనా భగవంతుడిపై నమ్మకం కోల్పోకూడదని సూచించారు. ఈ సందర్భంగా బ్రిటిష్ పాలన కాలంలో తిరుమలలో జరిగిన ఓ సంఘటనను వివరిస్తూ భగవంతుడి మహిమను చాటిచెప్పారు.ధన్వాడలో కార్యక్రమం అనంతరం మంథనికి చేరుకున్న స్వామీజీ శివకిరణ్ గార్డెన్స్‌లో భక్తులకు దర్శనమిచ్చారు. స్వామివారి రాకతో మంథని ప్రాంతంలో ఆధ్యాత్మిక సందడి నెలకొంది. పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు తరలివచ్చి ఆశీస్సులు పొందారు.

ఈ సందర్భంగా మంత్రి శ్రీధర్‌బాబు మాట్లాడుతూ.. స్వామీజీ మంథని, ధన్వాడ ప్రాంతాలకు రావడం గొప్ప అదృష్టమన్నారు. గత రెండుమూడేళ్లుగా స్వామివారు ఈ ప్రాంతానికి రావాలని తన తల్లి జయశ్రీ, కుటుంబ సభ్యులు కోరుకుంటున్నారని, నేటితో ఆ నిరీక్షణ ఫలించిందని భావోద్వేగంగా పేర్కొన్నారు. స్వామివారి ఆశీస్సులతో మంథని, ధన్వాడతో పాటు ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లా ప్రజలు సుఖసంతోషాలతో వర్ధిల్లాలని, ప్రజల కష్టాలు తొలగి సుభిక్షంగా ఉండాలని ఆకాంక్షించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పెద్దపల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుంట విజయరమణారావు, రామగుండం ఎమ్మెల్యే ఠాకూర్ మక్కాన్‌సింగ్ దంపతులు, మంత్రి లక్ష్మణ్‌కుమార్ సతీమణి, జిల్లా కలెక్టర్ రామగుండం పోలీస్ కమిషనర్, స్థానిక ఆధ్యాత్మికవేత్తలు, రాజకీయ ప్రముఖులు, ప్రజాప్రతినిధులు, భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.





ఉరివేసుకుని 'లా' విద్యార్థిని ఆత్మహత్య

ముద్ర, కరీంనగర్ : కరీంనగర్ శాతవాహన విశ్వవిద్యాలయంలోని న్యాయవాద(లా) కళాశాలలో ఓ విద్యార్థిని ఉరివేసుకుని ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. కొత్తపల్లి సీఐ బిర్లా కోటేశ్వర్ తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్‌నగర్‌కు చెందిన చంద్రకళ శాతవాహన విశ్వవిద్యాలయంలోని లా కళాశాలలో ద్వితీయ సంవత్సరం చదువుతోంది. ఆదివారం సాయంత్రం కళాశాల గర్ల్స్ హాస్టల్‌లో ఉరివేసుకొని మృతి చెందింది. మృతికి గల కారణాలు తెలియాల్సి ఉంది.

కుటుంబాన్ని మింగేసిన అప్పులు

ముద్ర, రాయచూర్: అప్పుల బాధ తాళలేక ఒకే కుటుంబంలో నలుగురు మృతి చెందిన ఘటన కర్ణాటకలోని రాయచూర్‌లో చోటుచేసుకుంది. జలాల్ నగర్‌కు చెందిన విష్ణురెడ్డి (42), అరుణ (40) దంపతులు. వారికి ఖుషి (10), శ్లోక (4) పిల్లలున్నారు. అప్పుల బాధతో విష్ణురెడ్డి తొలుత భార్య, పిల్లలకు విషం ఇచ్చి చంపాడు. అనంతరం చిక్కసగూరు రైల్వే ట్రాక్ వద్దకు వెళ్లి రైలు కిందపడి చనిపోయాడు. శనివారం రాత్రి ఈ ఘటన జరిగినట్లు తెలుస్తోంది. మార్కెట్ యార్డ్ పోలీసులు కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేపట్టారు. మృతదేహాలను పోస్టుమార్టం నిమిత్తం ఆసుపత్రికి తరలించారు.

కరీంనగర్ నుంచి వరంగల్ కు నాన్ స్టాప్ ఆర్టీసీ బస్ సర్వీసులు

ముద్ర, కరీంనగర్ : కరీంనగర్ నుంచి వరంగల్ వరకు జాతీయ రహదారి ఎన్ హెచ్ 563 నిర్మాణం పూర్తి అయింది. దీంతో కరీంనగర్ నుంచి వరంగల్‌కు నాన్‌స్టాప్ బస్సు సర్వీసులను నడపనున్నట్లు కరీంనగర్–2 డిపో మేనేజర్ రవీంద్రనాథ్ తెలిపారు. ఈ మేరకు ఆయన ఆదివారం ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. ప్రయాణికుల కోరిక మేరకు కరీంనగర్ నుంచి వరంగల్‌కు నాన్ స్టాప్ బస్ లను వారి సౌకర్యార్థం నడిపించాలని నిర్ణయించినట్లు వివరించారు. కాగా సోమవారం నుంచి కరీంనగర్–వరంగల్ వరకు ఎలక్ట్రిక్ (ఈ వీ) డీలక్స్ బస్సు లను నడిపించనున్నారు. ఉదయం 7.15 నిమిషాలకు, 8 గంటలకు, మళ్లీ 8.30గంటలకు, 9.00 గంటలకు నాలుగు బస్ లు నడుస్తాయని వివరించారు.

ఘనంగా నకాష్ సంఘం 65 వసంతాల వైభవోత్సవం

*** బోడుప్పల్‌లో వైభవంగా దసరా ప్రీతి మిలన్–అలయ్ బలయ్ వేడుకలు**
*** నకాష్ కళలు, కులవృత్తి పరిరక్షణకు ప్రతి ఒక్కరూ కృషి చేయాలి**
*** ఉత్సాహంగా సాగిన ఆటల పోటీలు, ఆత్మీయ సమ్మేళనం**

ముద్ర, బోడుప్పల్: నకాష్ సంఘం 65 వసంతాల వైభవోత్సవం, దసరా ప్రీతి మిలన్–అలయ్ బలయ్ వేడుకలు ఆదివారం బోడుప్పల్‌లో ఘనంగా జరిగాయి. రాష్ట్ర నకాష్ సంఘం హైదరాబాద్ కేంద్రం ఆధ్వర్యంలో బోడుప్పల్‌లోని శ్రీ మాతా నిమిషాంబ దేవి ఆలయ ప్రాంగణంలోని నిమిషాంబ భవన్‌లో నిర్వహించిన ఈ వేడుకలకు వివిధ జిల్లాల నుంచి నకాష్ సామాజికవర్గానికి చెందిన కుటుంబాలు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివచ్చాయి. 1961లో స్థాపించిన నకాష్ సంఘం 65 సంవత్సరాలు పూర్తి చేసుకున్న సందర్భంగా సంఘ ప్రస్థానాన్ని, సమాజ అభివృద్ధికి పూర్వీకులు చేసిన సేవలను ఈ సందర్భంగా స్మరించుకున్నారు. ముఖ్య అతిథులుగా బీసీ డెడికేటెడ్ కమిషన్ ప్రత్యేక చైర్మన్, రిటైర్డ్ ఐఏఎస్ అధికారి భూసాని వెంకటేశ్వరరావు, పద్మశ్రీ అవార్డు గ్రహీత, డీఆర్‌డీఎల్ రిటైర్డ్ డైరెక్టర్ నాంపల్లి దివాకర్ పాల్గొన్నారు.

ఈ సందర్భంగా వక్తలు మాట్లాడుతూ నకాష్ సామాజికవర్గ ఐక్యత, అభివృద్ధికి సంఘం విశేష కృషి చేస్తోందని పేర్కొన్నారు. పూర్వీకుల నుంచి వారసత్వంగా వస్తున్న నకాష్ కళా నైపుణ్యం, సంప్రదాయ కులవృత్తులను పరిరక్షించి భావితరాలకు అందించాల్సిన బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు. సంఘం 65 ఏళ్ల ప్రస్థానంలో ఎంతోమంది పెద్దలు, నాయకులు, సభ్యులు అందించిన సేవలు మరువలేనివని కొనియాడారు. సమాజంలో ఐకమత్యం, పరస్పర సహకారం, సేవాభావాన్ని మరింత పెంపొందించుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు.



వేడుకల్లో భాగంగా బాలబాలికలు, మహిళలకు వివిధ ఆటల పోటీలు, వినోద కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. నకాష్ బంధువులందరికీ సంప్రదాయ సహపంక్తి భోజనాలు ఏర్పాటు చేశారు. కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి తరలివచ్చిన నకాష్ బంధువులు పరస్పరం ఆత్మీయంగా పలకరించుకుంటూ ఆనందోత్సాహాల మధ్య వేడుకలను జరుపుకున్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో నకాష్ సంఘం అసోసియేట్ అధ్యక్షుడు కె. అశోక్ కుమార్, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి కొరిచర్ల శ్రీనివాస్ రావు, ఆలయ చైర్మన్ కామరౌతు వినోద్ కుమార్, సహాయ కోశాధికారి ధనలకోట సతీష్, ఉపాధ్యక్షుడు ధనలకోట నర్సింగ్ రావు, కార్యదర్శులు రామగిరి శ్రీకాంత్, ముత్యాల శ్రీనివాస్, నాంపల్లి శ్రీకాంత్, హిమచందర్, ఎన్. రమేష్, నానాగిరి రామకృష్ణ, ఎం. శ్యామ్, డి. రామకృష్ణ, డి. నరేష్, కె. ప్రవీణ్ కుమార్, మోహన్, సత్యనారాయణతో పాటు వివిధ జిల్లాల సంఘ అధ్యక్షులు, కార్యదర్శులు, ఆలయ కమిటీ కార్యవర్గ సభ్యులు, నకాష్ బంధువులు కుటుంబ సమేతంగా పాల్గొన్నారు.

రాప్తాడు దాడి నిందితుడిపై పోలీసుల కాల్పులు



ముద్ర, రాప్తాడు: అనంతపురం జిల్లా రాప్తాడు ఉన్నత పాఠశాలలో పదోతరగతి చదువుతున్న బాలికపై ఎలక్ట్రిక్ రంపంతో విచక్షణారహితంగా దాడి చేసిన హేమంత్‌పై పోలీసులు కాల్పులు జరిపారు. ఆత్మకూరు అటవీప్రాంతంలో నిందితుడు ఉన్నట్లు పోలీసులకు సమాచారం అందింది. పట్టుకునేందుకు పోలీసులు ప్రయత్నించిన క్రమంలో పారిపోయేందుకు ప్రయత్నించాడు. ఈ క్రమంలో ఆరురౌండ్లు కాల్పులు జరిపినట్టు పోలీసులు తెలిపారు. కాల్పుల్లో నిందితుడికి తీవ్ర గాయాలు కావడంతో అనంతపురం ఆసుపత్రికి తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు.

రాప్తాడులోని పాఠశాలలో తరగతి గదిలోకి చొరబడిన హేమంత్.. అత్యంత అమానుష ఘాతుకానికి ఒడిగట్టాడు. పదో తరగతి చదువుతున్న బాలికపై ఎలక్ట్రిక్ రంపంతో విచక్షణారహితం గా దాడి చేసి ఆమెను ప్రాణాపాయ స్థితిలోకి నెట్టాడు. రాప్తాడు మండలం అయ్యవారిపల్లి గ్రామానికి చెందిన గోపిక రాప్తాడు జడ్పీ పాఠశాలలో చదువుతోంది. ఉదయం తరగతి గదిలో ఉండగా, వరుసకు బాబాయ్ అయ్యే హేమంత్ ఒక్కసారిగా ఎలక్ట్రిక్ రంపంతో లోపలికి ప్రవేశించి పాశవికంగా దాడికి పాల్పడ్డాడు. దీంతో 15 ఏళ్ల బాలిక ముఖం, తల, వీపు భాగాల్లో లోతైన గాయాలయ్యాయి. తరగతిలో జరుగుతున్న ఈ దారుణాన్ని చూసి అంతా భయాందోళనకు గురయ్యారు. లక్ష్మి అనే విద్యార్థిని మాత్రం ధైర్యంగా ఉన్మాదిని అడ్డుకునేందుకు ప్రయత్నించింది. ఈ క్రమంలో ఆమె రెండు కాళ్లకూ తీవ్ర గాయాలయ్యాయి. అంతా కేకలు వేయడంతో నిందితుడు రంపాన్ని అక్కడే వదిలి పరారయ్యాడు. రక్తపుమడుగులో ప్రాణాలతో కొట్టుమిట్టాడుతున్న గోపిక, గాయపడిన లక్ష్మిని స్థానికులు అనంతపురం ఆసుపత్రికి తరలించారు. అక్కడి నుంచి మెరుగైన వైద్యం కోసం బెంగళూరులోని ప్రైవేటు ఆసుపత్రికి తరలించగా.. అక్కడ చికిత్స పొందుతోంది.

విద్యుత్ సంస్థ అద్దె వాహన యజమానులు, డ్రైవర్ల సమ్మె



కరీంనగర్: టీజీ ఎన్పీడీసీఎల్ కరీంనగర్ సర్కిల్ పరిధిలో అద్దె వాహనాలు నడుపుతున్న యజమానులు, డ్రైవర్లు ఆదివారం సమ్మెకు దిగారు. జిల్లా అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో వాహనాలను ఎస్ఈ కార్యాలయం వద్ద నిలిపివేసి నిరసన తెలిపారు. పెరిగిన డీజిల్, పెట్రోల్ ధరలు, ఇన్సూరెన్స్, వాహనాల నిర్వహణ ఖర్చులకు అనుగుణంగా అద్దె రేట్లు పెంచాలని డిమాండ్ చేశారు. కారుకు నెలకు 2 వేల కిలోమీటర్లకు రూ.55 వేలు, బొలెరోకు రూ.65 వేలు చెల్లించాలని కోరారు. అదనపు ప్రయాణానికి కిలోమీటర్‌కు వరుసగా రూ.15, రూ.20 చెల్లించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. సమస్యలు పరిష్కరించే వరకు సమ్మె కొనసాగిస్తామని అసోసియేషన్ నాయకులు స్పష్టం చేశారు.

సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
సోమవారం 02.11.2026
www.mudranews.in | @mudranews

ఒత్తిడికి దూరంగా ఉండండి

జుట్టు రాలడాన్ని తగ్గించండి అధిక ఒత్తిడి కూడా జుట్టు రాలడానికి ఒక కారణం కావచ్చు. ప్రతిరోజూ తగినంత నిద్ర, యోగా, ధ్యానం, వ్యాయామం అలవాటు చేసుకోవడం మంచిది.



ఢిల్లీ కాంగ్రెస్ నిరసనలో కాంగ్రెస్ శ్రేణులు





ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో రాంలీలా మైదానానికి పయనం

ముద్ర, బీబీనగర్: దేశంలో ఓటు చోరీ జరుగుతోందంటూ ఆరోపణలతో ఆదివారం ఢిల్లీలోని రాంలీలా మైదానంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నిర్వహించిన భారీ నిరసన కార్యక్రమానికి బీబీనగర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తరలివెళ్లారు. భువనగిరి ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో ఢిల్లీలోని తెలంగాణ భవన్ నుంచి రాంలీలా మైదానానికి బయలుదేరారు.దేశవ్యాప్తంగా ఓటర్ల జాబితాలో అవకతవకలు జరుగుతున్నాయని, ఓటర్ల ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (సర్–SIR) ప్రక్రియలో అర్హులైన ఓటర్ల పేర్ల తొలగింపుపై అనుమానాలు ఉన్నాయని ఆరోపిస్తూ కాంగ్రెస్ సహా ఇండియా కూటమి పక్షాలు 'ఓటు బచావో–దేశ్ బచావో' నినాదంతో ఈ భారీ నిరసన కార్యక్రమాన్ని చేపట్టాయి. ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ, ఓటు హక్కు రక్షణ ప్రధాన లక్ష్యాలుగా నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ అగ్రనేత రాహుల్ గాంధీ, ఏఐసీసీ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున ఖర్గే, ప్రియాంక గాంధీ, సమాజ్‌వాదీ పార్టీ అధినేత అఖిలేశ్ యాదవ్‌తో పాటు వివిధ ప్రతిపక్ష పార్టీల నాయకులు పాల్గొన్నారు.ఈ నిరసన కార్యక్రమానికి తెలంగాణ నుంచి కూడా కాంగ్రెస్ ప్రజాప్రతినిధులు, పార్టీ నాయకులు పెద్ద సంఖ్యలో తరలివెళ్లారు. ఇందులో భాగంగా భువనగిరి నియోజకవర్గానికి చెందిన కాంగ్రెస్ శ్రేణులు ఎమ్మెల్యే కుంభం అనిల్ కుమార్ రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో రాంలీలా మైదానానికి పయనమయ్యారు.ఈ కార్యక్రమానికి బయలుదేరిన వారిలో పీఏసీఎస్ చైర్మన్ పొట్లోళ్ల శ్యామ్ గౌడ్, కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు రామాంజనేయులు గౌడ్, గోలి పింగల్ రెడ్డి, బీబీనగర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు సూరకంటి సతిరెడ్డి, పీఏసీఎస్ వైస్ చైర్మన్ వాకిటి చంద్రశేఖర్ రెడ్డి, కాసుల ఆంజనేయులు గౌడ్, దండెం ప్రభాకర్ ఉన్నారు.

కూకట్‌పల్లి నుంచి..

ముద్ర కూకట్పల్లి : ఢిల్లీలోని చారిత్రాత్మక రామ్‌లీలా మైదానంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ, 'INDIA' కూటమి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన 'ఓటు బచావో – దేశ్ బచావో' భారీ బహిరంగ సభకు కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గం నుంచి కాంగ్రెస్ శ్రేణులు విశేష సంఖ్యలో తరలివెళ్లాయి. టీపీసీసీ ఉపాధ్యక్షులు, తెలంగాణ కమ్మ కార్పొరేషన్ చైర్మన్, కూకట్‌పల్లి నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ ఇన్ చార్జ్ బండి రమేష్ నాయకత్వంలో కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, మహిళా నాయకురాళ్లు, యువజన కాంగ్రెస్ ప్రతినిధులు ఢిల్లీకి చేరుకుని సభలో ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నాయకులు రాహుల్ గాంధీ, టీపీసీసీ అధ్యక్షులు బొమ్మ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ సహా పార్టీ ముఖ్య నాయకుల సమక్షంలో జరిగిన ఈ సభలో కూకట్‌పల్లి శ్రేణులు తమ సంఘీభావాన్ని చాటాయి. "ఓటు చోరీని అడ్డుకుందాం – ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడుకుందాం", "ఓటు బచావో – దేశ్ బచావో" అంటూ హోరెత్తించే నినాదాలు చేశారు.ఈ సందర్భంగా బండి రమేష్ మాట్లాడుతూ... ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ, రాజ్యాంగ బద్ధంగా సంక్రమించిన ఓటు హక్కుల సంరక్షణ కోసం కాంగ్రెస్ పార్టీ అధిష్ఠానం పిలుపునిచ్చిన ప్రతి పోరాటంలో కూకట్‌పల్లి కాంగ్రెస్ శ్రేణులు ముందుంటాయని స్పష్టం చేశారు.

భువనగిరిలో ముదిరాజ్ ల పూర్తిస్థాయి పట్టణ కమిటీ ఏర్పాటు





ముద్ర ప్రతినిధి, యాదాద్రి భువనగిరి : భువనగిరి పట్టణంలో పూర్తిస్థాయి ముదిరాజ్ ల కమిటీని ఏర్పాటు చేసి ముదిరాజ్ జాతి అభివృద్ధి కోసం సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించనున్నట్లు ముదిరాజ్ సంఘం భువనగిరి పట్టణ కమిటీ అధ్యక్షులు ఎనబోయిన జహంగీర్, ప్రధాన కార్యదర్శి నీల శ్రీనివాస్ లు ఆదివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. భువనగిరి పట్టణంలోని ముదిరాజ్ సంఘం తరపున చేపట్టబోయే కార్యక్రమాలను వివరించారు. పదో తరగతి, ఇంటర్మీడియట్, డిగ్రీలో భువనగిరి పట్టణంలో అత్యధిక మార్కులు సాధించిన ముదిరాజ్ విద్యార్థులకు ప్రతి సంవత్సరం సన్మాన కార్యక్రమం నిర్వహించి నగదు ప్రోత్సాహక బహుమతులు అందజేయనున్నట్లు తెలిపారు. యువత చెడు అలవాట్లకు బానిసై కుటుంబాలు నాశనం అవుతున్న నేపథ్యంలో మద్యం, గుట్కా, ఆన్ లైన్ గేమ్స్ పై అవగాహన కల్పించేందుకు అనుభవజ్ఞులైన మంచి వక్తలతో కౌన్సిలింగ్ కార్యక్రమాలు ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు పేర్కొన్నారు. క్రీడా ఆసక్తి గల విద్యార్థులకు ప్రోత్సాహం అందించడం జరుగుతుంది. అనాథ లేక నిరుపేదలకు ఉన్నత చదువులు చదవడానికి సహకారం అందిస్తామని తెలిపారు. ముదిరాజ్ ముద్దుబిడ్డ పండుగ సాయన్న విగ్రహాన్ని భువనగిరిలో ఏర్పాటు చేసి ప్రతి సంవత్సరం జయంతి వర్ధంతి కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామని తెలిపారు. ముదిరాజ్ లు సామాజిక, విద్య, ఆర్థిక, రాజకీయ రంగాలలో రాణించేందుకు తమ కమిటీ కృషి చేస్తుందని, ఈ కార్యక్రమం విజయవంతం అయ్యేందుకు అందరూ తమ ఆలోచనలు, సూచనలు, సలహాలు అందించాలని కోరారు. మరిన్ని వివరాల కోసం 99514 49951, 99890 67336, 93907 40766 ఫోన్ నెంబర్లకు మెసేజ్ లేక నేరుగా తెలుపాలనివారు విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఆల్ ఇండియా లాయర్స్ యూనియన్ (ఐలు) జిల్లా కమిటీ

అధ్యక్షులుగా బోల్లెపల్లి కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శిగా మామిడి వెంకట్ రెడ్డి





ముద్ర ప్రతినిధి, యాదాద్రి భువనగిరి : ఆల్ ఇండియా లాయర్స్ యూనియన్ (ఐలు) యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా రెండవ మహాసభలు భువనగిరిలోని న్యూ వివేరా హోటల్‌లో జరుగగా నూతన జిల్లా కమిటీని ఎన్నుకున్నారు. గౌరవాధ్యక్షులుగా కుక్కుదువ సోమయ్య, అధ్యక్షులుగా బోల్లెపల్లి కుమార్, ఉపాధ్యక్షులుగా తడక మోహన్, ఎండి నిహాల్, యాదాసు యాదయ్య, కలకుంట్ల జయ, ప్రధాన కార్యదర్శి: మామిడి వెంకట్ రెడ్డి, సహాయ కార్యదర్శులుగా జిట్టా భాస్కర్ రెడ్డి, చింతల రాజశేఖర్ రెడ్డి, భీమగాని శ్రీనివాస్, పిడుగు ఐలయ్య, కోశాధికారిగా బొడ్డు కిషన్వీరితో పాటు మరో 18 మందిని జిల్లా కమిటీ సభ్యులుగా ఎన్నుకున్నారు.

మల్టీ లెవల్ మార్కెటింగ్ మాయలో పడొద్దు..

కష్టార్జితాన్ని కోల్పోవద్దు.. కొత్త సభ్యులను చేర్పిస్తే భారీ కమిషన్లంటూ మోసాలు

ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలి.. అనుమానాస్పద సంస్థలపై ఫిర్యాదు చేయాలి

ఎస్పీ కె.నరసింహ



ముద్ర, సూర్యాపేట:తక్కువ సమయంలో ఎక్కువ డబ్బు సంపాదించవచ్చనే ఆశతో మల్టీ లెవల్ మార్కెటింగ్ , చైన్ మార్కెటింగ్ పథకాలలో పెట్టుబడులు పెట్టి కష్టార్జిత సంపాదనను కోల్పోవద్దని సూర్యాపేట జిల్లా ఎస్పీ కె. నరసింహ ఐపీఎస్ ప్రజలకు సూచించారు. కొత్త సభ్యులను చేర్పిస్తే భారీ మొత్తంలో కమిషన్లు వస్తాయంటూ ఆకర్షించే సంస్థల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని హెచ్చరించారు.జిల్లాలో కొందరు వ్యక్తులు ఎలక్ట్రిక్ బైక్‌లు, మాగ్నెటిక్ పరుపులు, మ్యాజిక్ వాటర్ బాటిళ్లు, రిస్ట్ బ్యాండ్లు, ద్విచక్ర, నాలుగు చక్రాల వాహనాలు, ఎలక్ట్రానిక్ వస్తువుల పేరుతో మల్టీ లెవల్ మార్కెటింగ్ విధానంలో ప్రజలను ఆకర్షిస్తున్నట్లు పోలీసుల దృష్టికి వచ్చిందని ఎస్పీ తెలిపారు. మార్కెట్ విలువ కంటే అధిక ధరలకు వస్తువులను విక్రయిస్తూ, కొనుగోలుదారులకు సభ్యత్వం కల్పించి మరో ముగ్గురు సభ్యులను చేర్పిస్తే భారీ కమిషన్లు వస్తాయని నమ్మ బలుకుతున్నారని పేర్కొన్నారు.మరింత మందిని చేర్పించిన కొద్దీ ఆదాయం పెరుగుతుందని ఆశ చూపుతూ డబ్బులు వసూలు చేస్తున్నారని వివరించారు. తొలుత కొంతమందికి కమిషన్లు చెల్లించి నమ్మకం కలిగించి, ఆ తర్వాత పెద్ద మొత్తంలో డబ్బులు సేకరించి చెల్లింపులు నిలిపివేయడం, కార్యాలయాలు మూసివేసి నిర్వాహకులు కనిపించకుండా పోవడం వంటి మోసాలు జరిగే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించారు. కొన్ని సంస్థలు ప్రారంభం కాకముందే సభ్యత్వాలు, డిపాజిట్ల పేరుతో డబ్బులు వసూలు చేస్తున్నాయని తెలిపారు.పెట్టుబడికి ముందు ఈ జాగ్రత్తలు తప్పనిసరికొత్త సభ్యులను చేర్పిస్తే భారీ కమిషన్లు వస్తాయనే హామీలను నమ్మవద్దు.వస్తువుల అసలు మార్కెట్ ధర తెలుసుకోకుండా అధిక ధరలకు కొనుగోలు చేయవద్దు.సంస్థ రిజిస్ట్రేషన్, చట్టబద్ధమైన అనుమతులు, వ్యాపార విధానం, చెల్లింపుల నిబంధనలను పరిశీలించాలి.అధిక లాభాల ఆశతో అప్పులు చేసి, ఆస్తులు విక్రయించి పెట్టుబడులు పెట్టవద్దు.సోషల్ మీడియా ప్రకటనలు, ప్రచార వీడియోలు, ఆకర్షణీయమైన హామీల పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండాలి.కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు, స్నేహితులను కూడా ఇలాంటి అనుమానాస్పద పథకాలలో చేర్పించవద్దు.మల్టీ లెవల్ మార్కెటింగ్ పేరుతో నిర్వహించే ప్రతి వ్యాపారం చట్టవిరుద్ధం కాదని ఎస్పీ స్పష్టం చేశారు. అయితే వాస్తవ ఉత్పత్తుల విక్రయాల కంటే కొత్త సభ్యులను చేర్పించడం, వారి నుంచి డబ్బులు వసూలు చేయడమే ప్రధాన ఆదాయ మార్గంగా ఉన్న పథకాల విషయంలో ప్రత్యేక జాగ్రత్త అవసరమని సూచించారు.మోసపోతే వెంటనే పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేయాలిఇప్పటికే ఇలాంటి పథకాలలో పెట్టుబడులు పెట్టి మోసపోయిన బాధితులు భయపడకుండా సమీప పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేయాలని ఎస్పీ కోరారు. సభ్యత్వ రసీదులు, బ్యాంకు లావాదేవీల వివరాలు, వాట్సాప్ సందేశాలు, ప్రచార వీడియోలు తదితర ఆధారాలను పోలీసులకు అందించాలని సూచించారు. అనుమానాస్పద సంస్థలు, వాటి నిర్వాహకుల కార్యకలాపాల గురించి సమాచారం తెలిసినా పోలీసులకు తెలియజేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఇలాంటి ఆర్థిక మోసాలపై పోలీస్ శాఖ పూర్తిస్థాయిలో విచారణ చేపడుతోందని, చట్టవిరుద్ధ కార్యకలాపాలకు పాల్పడే వారిపై సంబంధిత చట్టాల ప్రకారం కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని ఎస్పీ కె. నరసింహ తెలిపారు. ప్రజల ఆర్థిక భద్రతే పోలీస్ శాఖ లక్ష్యమని, ప్రజల అప్రమత్తతోనే ఆర్థిక మోసాలకు అడ్డుకట్ట వేయవచ్చని పేర్కొన్నారు. సులభంగా డబ్బు సంపాదించవచ్చనే అత్యాశకు లోనుకాకుండా ప్రతి ఒక్కరూ జాగ్రత్తగా వ్యవహరించాలని ఆయన విజ్ఞప్తి చేశారు.

పట్టభద్రుల ఓటరు నమోదును వేగవంతం చేయాలి



ముద్ర, కూకట్‌పల్లి : హైదరాబాద్–రంగారెడ్డి–మహబూబ్‌నగర్ పట్టభద్రుల (గ్రాడ్యుయేట్స్) ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో మోతీనగర్ డివిజన్‌లో నిర్వహించిన బిజెపి సమీక్షా సమావేశంలో పార్టీ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు, డివిజన్ ఇన్‌చార్జి వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు పాల్గొని కార్యకర్తలకు దిశానిర్దేశం చేశారు.మోతీనగర్ డివిజన్ బిజెపి అధ్యక్షులు ఎర్ర స్వామి అధ్యక్షతన జరిగిన ఈ సమావేశంలో, పట్టభద్రుల ఓటరు నమోదు (ఎన్రోల్మెంట్) ప్రక్రియ పురోగతిపై సమగ్రంగా చర్చించారు. డివిజన్ పరిధిలోని అర్హులైన గ్రాడ్యుయేట్లందరి పేర్లను ఓటరు జాబితాలో చేర్పించేలా నమోదు ప్రక్రియను మరింత వేగవంతం చేయాలని నాయకులకు, కార్యకర్తలకు వడ్డేపల్లి సూచించారు.ఈ సందర్భంగా వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావు మాట్లాడుతూ రాబోయే ఎన్నికల్లో పార్టీ అభ్యర్థి విజయమే లక్ష్యంగా నాయకులు, కార్యకర్తలు సమన్వయంతో సమిష్టిగా పనిచేయాలని కోరారు.అంతకుముందు, డివిజన్‌కు విచ్చేసిన వడ్డేపల్లి రాజేశ్వరరావుకు మోతీనగర్ బిజెపి నాయకులు, కార్యకర్తలు ఘన స్వాగతం పలికి, శాలువాతో సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక బిజెపి నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

వైభవంగా నిత్యాన్న సమారాధన



ముద్ర, కూకట్‌పల్లి : కెపిహెచ్‌బి కాలనీ రోడ్ నెంబర్ 2లో అయ్యప్ప స్వాముల నిత్యాన్న సమారాధన కార్యక్రమం ఆదివారం అత్యంత వైభవంగా ప్రారంభమైంది. ఈ కార్యక్రమానికి జనసేన పార్టీ రాష్ట్ర జాయింట్ కమిటీ కన్వీనర్ ముమ్మారెడ్డి ప్రేమ్‌కుమార్, ప్రముఖ సినీ నటులు శ్రీకాంత్, ప్రభాకర్ ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు.ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన అన్న సమారాధన కార్యక్రమం నవంబర్ 1 నుండి జనవరి 1, 2027 వరకు నిరంతరాయంగా కొనసాగనుంది. మొదటిరోజు కార్యక్రమం ముమ్మారెడ్డి ప్రేమ్‌కుమార్ సౌజన్యంతో నిర్వహించబడింది. ఆయన స్వయంగా పాల్గొని స్వాములకు పవిత్ర భిక్షాటన (అన్నదానం) చేశారు. ఈ సందర్భంగా ప్రేమ్‌కుమార్ మాట్లాడుతూ.. అయ్యప్ప స్వాముల సేవలో పాల్గొనడం ఎంతో పవిత్రమైన బాధ్యత అని, స్వాముల ఆశీస్సులు సమాజ శ్రేయస్సుకు ఎల్లప్పుడూ దోహదపడతాయని పేర్కొన్నారు. స్థానిక నాయకులు అయ్యప్ప భక్తులు, స్వాములు పాల్గొన్నారు.

ఎమ్మెల్సీగా అమరవాదికి అవకాశం ఇవ్వాలి



ముద్ర, వనపర్తి : తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆర్య వైశ్య మహాసభ అధ్యక్షులు అమరవాది లక్ష్మీనారాయణ కు గవర్నర్ కోటాలో ఎమ్మెల్సీగా అవకాశం కల్పించాలని తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆర్య వైశ్య మహాసభ ఉపాధ్యక్షులు కలకొండ రమేష్ చంద్ర రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి ఎనుముల రేవంత్‌రెడ్డిని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ సందర్భంగా కలకొండ రమేష్ చంద్ర మాట్లాడుతూ.. అమరవాది లక్ష్మీనారాయణ ఆర్య వైశ్య సమాజ అభ్యున్నతి కోసం నిరంతరం కృషి చేస్తున్నారని, సమాజంలోని ప్రజలను ఐక్యంగా ముందుకు నడిపించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారని తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆర్య వైశ్య మహాసభ అధ్యక్షుడిగా బాధ్యతలు నిర్వహిస్తూ, ఆర్య వైశ్యుల సమస్యలను ప్రభుత్వ దృష్టికి తీసుకెళ్లడంతో పాటు సామాజిక సేవా కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటున్నారని పేర్కొన్నారు.అమరవాది లక్ష్మీ నారాయణకు గవర్నర్ కోటాలో ఏమ్మెల్సీగా అవకాశం కల్పించడం ద్వారా ఆర్య వైశ్య సమాజానికి తగిన ప్రాతినిధ్యం లభిస్తుందని, అలాగే సమాజంలోని ప్రజల సమస్యలు, అభిప్రాయాలు ప్రభుత్వానికి మరింత సమర్థవంతంగా చేరే అవకాశం ఉంటుందని రమేష్ చంద్ర అభిప్రాయపడ్డారు.రాష్ట్రంలో ఆర్య వైశ్యుల సంక్షేమం, అభివృద్ధి, రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం వంటి అంశాలకు ప్రాధాన్యత కల్పించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన అన్నారు. అమరవాది లక్ష్మీ నారాయణకు ఎమ్మెల్సీగా అవకాశం కల్పిస్తే భవిష్యత్తులో కాంగ్రెస్ పార్టీకి, ప్రభుత్వానికి తన సేవలను మరింత విస్తృతంగా అందించే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. ఆర్య వైశ్య సమాజం నుంచి వస్తున్న ఈ విజ్ఞప్తిని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి సానుకూలంగా పరిశీలించి, అమరవాది లక్ష్మీనారాయణకు గవర్నర్ కోటాలో ఎమ్మెల్సీగా అవకాశం కల్పించాలని కలకొండ రమేష్ చంద్ర కోరారు. ఈ నిర్ణయం ఆర్య వైశ్య సమాజానికి తగిన గుర్తింపు, ప్రాతినిధ్యం కల్పించే దిశగా ఉపయోగపడుతుందని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు.

సైబరాబాద్ లో వీకెండ్ స్పెషల్ డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్

205 మందిపై కేసులు



ముద్ర, శేరిలింగంపల్లి : సైబరాబాద్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో వీకెండ్ స్పెషల్ డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ లో భాగంగా సైబరాబాద్ ట్రాఫిక్ పోలీసులు విస్తృతంగా డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు చేపట్టారని సైబరాబాద్ ట్రాఫిక్ ఏడీసీపీ అడ్మిన్ జి.నరేందర్.ఈ డ్రైవ్‌లో భాగంగా 205 మందిని అదుపులోకి తీసుకొని కేసులు నమోదు చేశారు.177 ద్విచక్ర వాహనదారులు,08 ఆటోలు,20 కార్లు, 00 హెవీ వాహనదారులపై కేసులు నమోదయ్యాయి.బ్లడ్ ఆల్కహాల్ కాన్సన్ట్రేషన్ (బిఏసి) ఆధారంగా కేసులను వర్గీకరిస్తే —174 మంది 36 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ నుంచి 200 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ మధ్య, –20 మంది 201 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ నుంచి 300 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ మధ్య, –11 మంది 301 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ నుంచి 550 ఎం జీ/100 ఎంఎల్ మధ్య ఆల్కహాల్ సేవించి పట్టుబడ్డారు.వీరందరినీ చట్టపరంగా కోర్టుకు హాజరుపర్చనున్నట్లు సంబంధిత పోలీసులు అధికారులు తెలిపారు.మద్యం సేవించి డ్రైవింగ్ చేయటం తీవ్రమైన నేరమని సైబరాబాద్ పోలీసులు పునరుద్ఘాటించారు. మద్యం మత్తులో వాహనం నడిపి ప్రమాదానికి కారణమైతే, భారతీయ న్యాయ సంహిత – 2023లోని సెక్షన్ 105 (కల్పబుల్ హోమిసైడ్ నాట్ అమౌంటింగ్ టు మర్డర్) కింద కేసు నమోదు చేస్తామని తెలిపారు. ఈ నేరానికి గరిష్ట శిక్ష 10 ఏళ్ల జైలు, జరిమానా విధించే అవకాశం ఉంది.గత వారంలో 289 డ్రంక్ డ్రైవింగ్ కేసులను కోర్టులు పరిష్కరించాయి.26 మందికి జరిమానా, జైలు శిక్ష, 02 మందికి జరిమానా, సోషల్ సర్వీస్, 261 మందికి జరిమానా విధించబడినట్లు ట్రాఫిక్ పోలీస్ అధికారులు తెలిపారు.

అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన



ముద్ర, శేరిలింగంపల్లి : మాదాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని అరుణోదయ కాలనీ, అయ్యప్ప సొసైటీ, గోకుల్ ప్లాట్స్, ఆదిత్య నగర్, మాతృ శ్రీ నగర్, సిద్ధి వినాయక నగర్,గుట్టల బేగం పేట్,సర్వే ఆఫ్ ఇండియా, సైబర్ హిల్స్ కాలనీలలో రూ. 9 కోట్ల 14 లక్షల 35 వేల రూపాయల అంచనావ్యయంతో నూతనంగా చేపట్టబోయే సీసీ రోడ్ల నిర్మాణం పనులకు, వరద నీటి కాల్వ నిర్మాణం పనులకు , స్మశాన వాటిక అభివృద్ధి మరియు సుందరీకరణ పనులకు ముఖ్యఅతిథిగా పాల్గొని శంకుస్థాపన చేసిన గౌరవ PAC చైర్మన్ ఆరెకపూడి గాంధీ.ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ గాంధీ మాట్లాడుతూ ప్రజల సంక్షేమం మరియు శేరిలింగంపల్లి నియోజకవర్గం మరియు కాలనీల అభివృద్దే ధ్యేయంగా ప్రజల సౌకర్యార్థం మాదాపూర్ డివిజన్ పరిధిలోని అరుణోదయ కాలనీ, అయ్యప్ప సొసైటీ, గోకుల్ ప్లాట్స్, ఆదిత్య నగర్, మాతృ శ్రీ నగర్,సిద్ధి వినాయక నగర్,గుట్టల బేగం పేట్,సర్వే ఆఫ్ ఇండియా, సైబర్ హిల్స్ కాలనీలలో రూ. 9 కోట్ల 14 లక్షల 35 వేల రూపాయల అంచనావ్యయంతో నూతనంగా చేపట్టబోయే సీసీ రోడ్ల నిర్మాణం పనులకు, వరద నీటి కాల్వ నిర్మాణం పనులకు , స్మశాన వాటిక అభివృద్ధి మరియు సుందరీకరణ పనులకు శంకుస్థాపన చేసుకోవడం జరిగినది అనీ, సీసీ రోడ్ల పనులు మరియు పలు అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపన చేసుకోవడం చాలా సంతోషకరమైన విషయం అని, కాలనీల వాసులకు నేటితో ఉపశమనం లభించింది అని చైర్మన్ గాంధీ గారు తెలిపారు.ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు, కార్యకర్తలు, కాలనీ వాసులు, మహిళా సోదరీమణులు , కాలనీల అసోసియేషన్ సభ్యులు,మహిళలు తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు

కోదాడలో 120 కేజీల గంజాయి పట్టివేత

ముద్ర, కోదాడ, అక్టోబర్ 31 : కోదాడ పట్టణ పరిధిలోని దుర్గాపురం స్టేజి వద్ద శనివారం సాయంత్రం పట్టణ పోలీసులు ఇరువురు వ్యక్తుల వద్ద 120 కేజీల గంజాయిని పట్టుకున్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రం రాజమండ్రి నుండి కే ఏ ఓ ఎం జె 4712 నంబర్ గల కారులో ఇరువురు నిందితులు గంజాయిని బెంగళూరుకు తరలిస్తున్నారు. కోదాడ పట్టణ పోలీసులు దుర్గాపురం స్టేజి వద్ద సదరు కారులోని నిందితులను అదుపులోకి తీసుకుని వారి నుండి 120 కేజీల గంజాయిని స్వాధీనం చేసుకున్నారు. సమగ్ర వివరాలు తెలుసుకునేందుకు పట్టణ పోలీసులు విచారణ చేపట్టారు.

సమగ్ర సమాచార పత్రిక
ముద్ర
సోమవారం 02.11.2026
www.mudranews.in | @mudranews

వెల్లుల్లి రసం – జుట్టు కుదుళ్లకు బలం



వెల్లుల్లిలో ఉండే సల్ఫర్, ఇతర పోషకాలు జుట్టు ఆరోగ్యానికి ఉపయోగ పడతాయి. అయితే నేరుగా కాకుండా కొబ్బరి నూనెతో కలిపి ప్యాచ్ టెస్ట్ చేసిన తర్వాతే ఉపయోగించాలి.

ఘనంగా 'వేద స్వస్తి' మహోత్సవం





ముఖ మండపంలో ఏకకాలంలో వేద మంత్రోచ్చారణ చేసిన 550 మంది వేద విద్యార్థులు, గురువులు వేద నాదంతో పులకించిన ఆలయ పరిసరాలు

ముద్ర ప్రతినిధి, యాదాద్రి భువనగిరి : ప్రసిద్ధ పుణ్యక్షేత్రమైన యాదగిరిగుట్ట శ్రీ లక్ష్మీనరసింహ స్వామి వారి దేవస్థానంలో ఆదివారం భక్తిశ్రద్ధల నడుమ విశేషంగా "వేద స్వస్తి" కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ప్రధానాలయ ముఖ మండపంలో నిర్వహించిన ఈ మహత్తర వేడుకలో సుమారు 550 మంది వేద విద్యార్థులు, వారి గురువులు పాల్గొని ఏకకాలంలో వేద స్వస్తి పలికారు.చతుర్వేదాలైన రుగ్వేదం, యజుర్వేదం, సామవేదం, అథర్వణ వేదాలలోని పవిత్ర మంత్రాలను విద్యార్థులు, అధ్యాపకులు ఘనంగా పఠించారు. శ్రావ్యమైన మంత్రోచ్చారణలతో ఆలయ ముఖ మండపం, ప్రాకారాలు మార్మోగాయి. స్వామివారి దర్శనార్థం విచ్చేసిన భక్తులు ఈ దివ్యమైన వేద నాదాన్ని విని పరవశించిపోయారు. లోకకళ్యాణం, సమాజ శ్రేయస్సు, రాష్ట్ర సర్వతోముఖాభివృద్ధిని కాంక్షిస్తూ ఈ కార్యక్రమాన్ని చేపట్టినట్లు ఆలయ వర్గాలు తెలిపాయి.ఈ కార్యక్రమంలో దేవస్థాన ప్రధానార్చకులు కాండూరి వెంకటాచార్యులు, వేద పండితులు శ్రీనివాస్ శర్మ, ఆలయ కార్యనిర్వాహణాధికారి భవాని శంకర్, డీఈఓ భాస్కర్ శర్మ, ఆలయ ఏఈఓ సురేందర్ రెడ్డి, ఆలయ సిబ్బంది, పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొన్నారు. వేద పఠనం పూర్తి చేసుకున్న విద్యార్థులు, గురువులకు ఆలయ సాంప్రదాయం ప్రకారం స్వామివారి తీర్థ ప్రసాదాలు, శేషవస్త్రాలు అందజేసి ఘనంగా సత్కరించారు.

తుఫాన్ పై ప్రజలు, రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

కలెక్టర్ ప్రతిమా సింగ్



ముద్ర ప్రతినిధి, మెదక్: అర్నబ్ తుఫాన్ ప్రభావంతో వర్షాలు కురుస్తున్న నేపథ్యంలో రైతులు, అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని కలెక్టర్ ప్రతిమా సింగ్ తెలిపారు. రైతులకు ముందస్తు సమాచారం అందిస్తూ పంటల నష్టం జరగకుండా చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. వాతావరణ శాఖ సూచనల ప్రకారం తుఫాను ప్రభావంతో జిల్లాలో వర్షాలు పడుతున్న నేపథ్యంలో. అప్రమత్తత కొనసాగించాలని సూచించారు.రైతులను ముందుగానే అప్రమత్తం చేసి పంట రక్షణ చర్యలపై వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు సూచనలు అందించాలన్నారు. రైతులు వరి కోతలను వాయిదా వేసుకోవాలని తెలిపారు. పంటలు చేతికి వచ్చిన వరి ధాన్యాన్ని సంరక్షించుకోవాలని వర్షానికి ధాన్యం తడవకుండా టార్పాలిస్తో రక్షించుకోవాలన్నారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో అధికారులు తక్షణమే స్పందించి ప్రజలకు అవసరమైన సహాయ సహకారాలు అందించాలని కలెక్టర్ అధికారులకు సూచించారు.

రామాయంపేటలో ఆగిన కేటీఆర్

స్వాగతం పలికిన మాజీ డిప్యూటీ స్పీకర్ పద్మాదేవేందర్‌రెడ్డి



ముద్ర ప్రతినిధి, మెదక్: బీఆర్ఎస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్, మాజీ మంత్రి కల్వకుంట్ల తారక రామారావు (కేటీఆర్)కు మెదక్ జిల్లా బీఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు ఘన స్వాగతం పలికారు. ఆదిలాబాద్‌లో నిర్వహించనున్న రైతు గర్జన భారీ బహిరంగ సభకు వెళ్తున్న కేటీఆర్ ఆదివారం రామాయంపేట బైపాస్ రోడ్డు వద్దకు చేరుకున్న కేటీఆర్ కు మాజీ డిప్యూటీ స్పీకర్ ఎం. పద్మాదేవేందర్‌రెడ్డి ఆధ్వర్యంలో పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు స్వాగతం పలికారు. కేటీఆర్ రాకతో రామాయంపేట బైపాస్ వద్ద పార్టీ శ్రేణులతో సందడి నెలకొంది. నాయకులు, కార్యకర్తలు ఉత్సాహంగా పాల్గొని తమ అభిమానాన్ని చాటుకున్నారు.

ఎమ్మెల్యే మైనంపల్లి రోహిత్ జన్మదిన వేడుకలు

కేక్ కటింగ్, ఆకట్టుకున్న బాణాసంచా

శుభాకాంక్షలు తెలిపిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి



ముద్ర ప్రతినిధి, మెదక్: మెదక్ ఎమ్మెల్యే డా. మైనంపల్లి రోహిత్ జన్మదిన వేడుకలను ఆదివారం పట్టణంలో నిర్వహించారు. రాందాస్ చౌరస్తా, క్యాంపు కార్యాలయంలో కేక్ కట్ చేశారు. వెంకటేశ్వర స్వామి ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు, చర్చి, దర్గా వద్ద ప్రత్యేక ప్రార్థనలు నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్యే జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకుని పట్టణంలో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. సాయి బాలాజీ గార్మెన్ నుంచి ప్రారంభమైన ర్యాలీ పట్టణంలోని ప్రధాన వీధుల గుండా సాగుతూ రాందాస్ చౌరస్తా వరకు చేరుకుంది. ర్యాలీ పొడవునా నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు ఉత్సాహంగా పాల్గొని తమ అభిమానాన్ని చాటుకున్నారు.అనంతరం రాందాస్ చౌరస్తా వద్ద ప్రత్యేకంగా ఏర్పాటు చేసిన వేదికపై ఎమ్మెల్యే మైనంపల్లి రోహిత్ రావు జన్మదిన వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా కేక్ కట్ చేసి నాయకులు, కార్యకర్తలు పరస్పరం శుభాకాంక్షలు తెలియజేసుకున్నారు. రాత్రి మెదక్ పట్టణం రాందాస్ చౌరస్తాలో బాణాసంచా పెద్ద ఎత్తున కాల్చారు. మండల కేంద్రం హవేలీ ఘనపూర్ లో కేక్ కట్ చేసి సంబరాలు జరిపారు. మండల పార్టీ అధ్యక్షులు కిరణ్ గౌడ్ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ కానుగు రాధిక భూపతిరాజు, మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ దొంతి నరేష్ గౌడ్, మాజీ చైర్మన్ చంద్రపాల్, మాజీ వైస్ చైర్మన్ రాగి అశోక్, పట్టణ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు గంగాధర్, మున్సిపల్ కౌన్సిలర్లు, మాజీ కౌన్సిలర్లు, నాయకులు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు. కాగా ఎమ్మెల్యే డా. మైనంపల్లి రోహిత్ జన్మదినం సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.ఆల్ ఇండియా లాయర్స్ యూనియన్ (ఐలు) జిల్లా నూతన కమిటీ ఏకగ్రీవ ఎన్నిక...జిల్లా అధ్యక్షులుగా బోల్లెపల్లి కుమార్, ప్రధాన కార్యదర్శిగా మామిడి వెంకట్ రెడ్డిముద్ర ప్రతినిధి, యాదాద్రి భువనగిరి : ఆల్ ఇండియా లాయర్స్ యూనియన్ (ఐలు) యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా రెండవ మహాసభలు భువనగిరిలోని న్యూ వివేరా హోటల్‌లో జరుగగా నూతన జిల్లా కమిటీని ఎన్నుకున్నారు. గౌరవాధ్యక్షులుగా కుక్కదువ సోమయ్య, అధ్యక్షులుగా బోల్లెపల్లి కుమార్, ఉపాధ్యక్షులుగా తడక మోహన్, ఎండి నిహాల్, యాదాసు యాదయ్య, కలకుంట్ల జయ, ప్రధాన కార్యదర్శి: మామిడి వెంకట్ రెడ్డి, సహాయ కార్యదర్శులుగా జిట్టా భాస్కర్ రెడ్డి, చింతల రాజశేఖర్ రెడ్డి, భీమగాని శ్రీనివాస్, పిడుగు ఐలయ్య, కోశాధికారిగా బొడ్డు కిషన్వీరితో పాటు మరో 18 మందిని జిల్లా కమిటీ సభ్యులుగా ఎన్నుకున్నారు.

వైద్యులు, ఆసుపత్రులపై అసత్య ప్రచారం చేస్తే చట్టపరమైన చర్యలు

ఐఎంఏ హెచ్చరిక



ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1 : సోషల్ మీడియా వేదికగా వైద్యులు, ఆసుపత్రులను లక్ష్యంగా చేసుకుని అసత్య ప్రచారాలు, నిరాధార ఆరోపణలు బెదిరింపులకు పాల్పడితే క్రిమినల్, సివిల్, పరువునష్టం కేసులు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ ఖమ్మం జిల్లా శాఖ తీవ్రంగా హెచ్చరించింది. ప్రజల ప్రాణాలను కాపాడేందుకు నిరంతరం శ్రమిస్తున్న వైద్యుల ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీసే ప్రయత్నాలను ఎంతమాత్రం సహించబోమని ఐఎంఏ జిల్లా అధ్యక్షుడు డాక్టర్ కూరపాటి హరిప్రసాద్, కార్యదర్శి ముక్కపాటి కోటేశ్వరరావు స్పష్టం చేశారు. వైద్య నిర్లక్ష్యం నిర్ధారణ కాకముందే ముందస్తు ఆరోపణలు చేయడం, ఆసుపత్రుల్లో గొడవలు సృష్టించడం, సిబ్బందిని బెదిరించడం, సోషల్ మీడియాలో తప్పుడు ప్రచారం చేయడం ఆందోళనకరమని వారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఇటువంటి చర్యల వల్ల అత్యవసర వైద్య సేవలకు తీవ్ర ఆటంకం కలిగే ప్రమాదం ఉందని పేర్కొన్నారు.వైద్యులు, సిబ్బంది ఆసుపత్రులకు తగిన రక్షణ కల్పించాలని కోరుతూ జిల్లా కలెక్టర్, డీఎంహెచ్ఓ, ఏసీపీలకు ఐఎంఏ ఆధ్వర్యంలో వినతిపత్రాలు సమర్పించినట్లు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వైద్యులపై అసత్య ఆరోపణలు, బెదిరింపులు, పరువుకు భంగం కలిగించే ప్రచారాలపై ఇకపై చట్టపరంగా కఠినంగా పోరాడతామని వెల్లడించారు. బాధితులైన వైద్యులకు, ఆసుపత్రులకు లీగల్ సెల్ ద్వారా పూర్తి న్యాయ సహకారం అందిస్తామని వారు హామీ ఇచ్చారు. వైద్య సేవలపై రోగులకు ఎలాంటి అభ్యంతరాలు ఉన్నప్పటికీ సంబంధిత అధికారులు, వైద్య నియంత్రణ సంస్థలు లేదా న్యాయస్థానాలను ఆశ్రయించే హక్కు ఉందని, నిజమైన ఫిర్యాదులపై జరిగే నిష్పాక్షిక విచారణకు ఐఎంఏ ఎల్లప్పుడూ పూర్తి స్థాయిలో సహకరిస్తుందని స్పష్టం చేశారు.

గ్రాడ్యుయేట్ ఓటర్ల నమోదు వేగవంతం చేయాలి

నామా పిలుపు



ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1 : మధిర బీఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో జిల్లా పరిషత్ మాజీ చైర్మన్ లింగాల కమల్ రాజ్ అధ్యక్షతన మధిర రూరల్, మున్సిపాలిటీ, ఎర్రుపాలెం మండలాల పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, గ్రాడ్యుయేట్ ఎన్నికల ఇన్‌చార్జిలతో విస్తృత స్థాయి సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన బీఆర్ఎస్ మాజీ లోక్‌సభ పక్ష నేత, మాజీ ఎంపీ నామా నాగేశ్వరరావు పార్టీ శ్రేణులకు భవిష్యత్ కార్యాచరణపై దిశానిర్దేశం చేశారు. గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఓటర్ల నమోదు కార్యక్రమాన్ని నవంబర్ 6వ తేదీలోపు పూర్తిస్థాయిలో పూర్తి చేసి విజయవంతం చేయాలని ఆయన సూచించారు. పార్టీ అధినేత కేసీఆర్, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఇచ్చే ప్రతి పిలుపును నాయకులు, కార్యకర్తలు బాధ్యతాయుతంగా తీసుకుని విజయవంతం చేయాలని, క్షేత్రస్థాయిలో సమన్వయంతో ముందుకు సాగాలని పిలుపునిచ్చారు. కష్టకాలంలో పార్టీ కోసం పనిచేస్తున్న నాయకులు, కార్యకర్తలకు బీఆర్ఎస్ ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుందని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు.రాబోయే గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల గెలుపే లక్ష్యంగా పక్కా ప్రణాళికతో పనిచేయాలని నామా కోరారు. కర్ణాటకలో అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇటీవల జరిగిన ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో నాలుగు స్థానాల్లోనూ ఓటమి పాలైందని, తెలంగాణలోనూ కాంగ్రెస్ పరిస్థితి అంతకంటే ఘోరంగా ఉందని వ్యాఖ్యానించారు. గత ఎన్నికల్లో స్వల్ప తేడాతో విజయం చేజారినప్పటికీ ఏనుగుల రాకేష్ రెడ్డి నిరంతరం ప్రజలకు, కార్యకర్తలకు అందుబాటులో ఉంటున్నారని, రాబోయే రోజుల్లో ఆయనకు అండగా నిలిచి పార్టీ బలోపేతానికి కృషి చేయాలన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పాలనపై విమర్శలు గుప్పిస్తూ.. రాష్ట్రంలో కమిషన్ల వ్యవహారం నడుస్తోందని, జిల్లాలో మంత్రుల ద్వారా జరిగిన అభివృద్ధి శూన్యమని ఆరోపించారు.

ఆపన్నులకు ఆసరా

విద్యార్థుల చదువులకు శ్రీరామ్ ఫైనాన్స్ ఆర్థిక చేయూత



ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1 : ఆర్థిక ఇబ్బందుల కారణంగా ఏ ఒక్క విద్యార్థీ చదువుకు దూరం కాకూడదనే ఉద్దేశంతో శ్రీరామ్ ఫైనాన్స్ లిమిటెడ్ ప్రతిష్టాత్మక విద్యా స్కాలర్‌షిప్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించింది. సంస్థ ప్రాంతీయ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో రవాణా రంగానికి చెందిన లారీ, కమర్షియల్ వాహనాల యజమానులు, డ్రైవర్ల పిల్లలకు ఉన్నత విద్య కోసం 125 మంది విద్యార్థులకు ఆర్థిక సాయాన్ని అందజేశారు. హైస్కూల్ నుంచి జూనియర్ కళాశాల వరకు చదువుతున్న విద్యార్థులకు వారి విద్యార్హతలను బట్టి రూ. 4 వేలు రూ. 4వేల 5 వందల చొప్పున స్కాలర్‌షిప్‌ల చెక్కులను పంపిణీ చేశారు.ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా ఖమ్మం లారీ ఓనర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు బోయపాటి శ్రీనివాసరావు, వైస్ ప్రెసిడెంట్ బాలుతు శ్రీనివాసరావు, ఖమ్మం మినీ లారీ ఓనర్స్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడు సొందు సాహెబ్, ఎన్టీఆర్ సర్కిల్ మినీ లారీ ఓనర్స్ అసోసియేషన్ ప్రతినిధి యాసిన్, జయభేరి మారుతి కార్ సేల్స్ ప్రతినిధి దుర్గాప్రసాద్, సంతోష్ మారుతి ప్రతినిధి హమీదులు హాజరై మాట్లాడారు. కార్పొరేట్ సామాజిక బాధ్యతలో భాగంగా విద్యారంగానికి శ్రీరామ్ ఫైనాన్స్ అందిస్తున్న సహకారం ఎంతో అభినందనీయమని కొనియాడారు.గత 20 సంవత్సరాలుగా ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థుల విద్యాభివృద్ధికి సంస్థ క్రమం తప్పకుండా తోడ్పాటు అందిస్తోందని, భవిష్యత్తులోనూ ఇదే రీతిలో సహాయ సహకారాలు కొనసాగిస్తామని సంస్థ నిర్వాహకులు వెల్లడించారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీరామ్ ఫైనాన్స్ ఖమ్మం రీజినల్ మేనేజర్ రామారావు, బి.వి.రావు, సీహెచ్ శ్రీనివాసరావు, మహేష్‌లతో పాటు సంస్థ మేనేజర్లు, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

బీఆర్ఏఓయూ స్టడీ సెంటర్ లో

అభ్యాసక పరిచయ కార్యక్రమం



ముద్ర ప్రతినిధి, యాదాద్రి భువనగిరి : శ్రీ లక్ష్మీనరసింహస్వామి కళాశాలలోని డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ ఓపెన్ యూనివర్సిటీ స్టడీ సెంటర్ 144 లో ఈరోజు ప్రథమ ద్వితీయ, తృతీయ సంవత్సరం విద్యార్థిని విద్యార్థులకు అభ్యాసక పరిచయ కార్యక్రమం ఆదివారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా స్టడీ సెంటర్ కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ జి రమేష్ మాట్లాడుతూ ప్రథమ సంవత్సరంలో ప్రవేశం పొందిన విద్యార్థిని విద్యార్థులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ ప్రతిరోజు కళాశాలకు వెళ్లలేని విద్యార్థుల కోసం ఉద్యోగస్తుల కోసం వారి వేసులుబాటు సమయంలో విద్యను నేర్చుకునే విధంగా ప్రతిరోజు వారి కార్యకలాపాలు నిర్వహించుకుంటూ నే సెలవు దినాలలో అనగా ఆది వారాలలో విద్యను నేర్చుకునే విధంగా అంబేద్కర్ ఓపెన్ యూనివర్సిటీ ఇలాంటి అవకాశాన్ని కల్పిస్తుందని కావున ప్రతి విద్యార్థిని విద్యార్థులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని కష్టపడి చదివి ప్రయోజకులు కావాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్టడీ సెంటర్ జాక్టో బి.బాలయ్య, లెక్చరర్స్ కే.బాలరాజు, బీ, పాండురంగం, కె .కృష్ణ, వి అంత్తయ్య, ఎల్.అలివేలు, ఎస్.లింగమూర్తి, అటెండర్ ఆర్ బాలరాజ్ పాల్గొన్నారు.

అడ్డగోలు దోపిడీకి తెరతీసిన కాంగ్రెస్

సుధాకర్ రెడ్డి ధ్వజం



ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1 : రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం గనులు, భూములు, ఇసుకను అడ్డగోలుగా దోచుకుంటూ ప్రజా కంటక పాలన సాగిస్తోందని బీజేపీ జాతీయ నాయకులు డాక్టర్ పొంగులేటి సుధాకర్ రెడ్డి ధ్వజమెత్తారు. బీజేపీ జిల్లా కార్యాలయంలో మీడియా సమావేశంలో మాట్లాడారు. కాంగ్రెస్ నాయకులు కాంట్రాక్టులు, 22ఏ భూముల పేరుతో రాష్ట్రాన్ని నాశనం చేస్తున్నారని ఆయన మండిపడ్డారు. బుగ్గపాడు ఫుడ్ పార్క్ వ్యవహారంలో వేల కోట్ల రూపాయల కుంభకోణం జరిగిందని, కేవలం రూ. 22 కోట్ల టర్నోవర్ ఉన్న దీపక్ నెటిజెన్ అనే కంపెనీకి 72 ఎకరాల భూమిని ఎకరానికి రూ. 25 లక్షల చొప్పున కారు చౌకగా కట్టబెట్టారని ఆరోపించారు. దీని వెనుక ఉన్న బినామీలను బహిర్గతం చేయాలని స్పష్టం చేశారు. సింగరేణి బొగ్గు గనుల్లో జరుగుతున్న అవినీతిని త్వరలోనే బయటపెడతామన్నారు. కరువుతో రైతులు విలవిలలాడుతుంటే ముఖ్యమంత్రి ఉచిత సలహాలు ఇవ్వడం ప్రభుత్వ చేతగానితనానికి నిదర్శనమని విమర్శించారు. ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన నిరుద్యోగ భృతి, ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్, రైతు రుణమాఫీ హామీలను విస్మరించి, ఇందిరమ్మ ఇళ్లను కేవలం కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలకే కట్టబెడుతున్నారని దుయ్యబట్టారు.ఇండి కూటమి' పేరుతో కాంగ్రెస్ దేశ విచ్ఛిన్నానికి కుట్ర పన్నుతోందని, ప్రధాని మోదీపై రాహుల్ గాంధీ, మల్లికార్జున ఖర్గే వంటి నేతలు అసభ్యకర పదజాలంతో నిరాధార ఆరోపణలు చేస్తున్నారని అన్నారు. రాబోయే గ్రాడ్యుయేట్ ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో బీజేపీ అభ్యర్థి భారీ మెజారిటీతో విజయం సాధిస్తారని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. జిల్లా అధ్యక్షులు నెల్లూరి కోటేశ్వరరావు, నల్లాండ ప్రబారి సన్నీ ఉదయ ప్రతాప్, రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు ఇవి రమేష్, రుద్ర ప్రదీప్, నాయకులు నున్న రవికుమార్, వీరల్లి రాజేష్, గుత్తా వెంకటేశ్వరరావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జనగణనలో బీసీ కులగణన చేపట్టాలి



బీసీ హక్కుల సాధన సమితి

ముద్ర ప్రతినిధి, ఖమ్మం, నవంబరు 1 : కేంద్ర ప్రభుత్వం 2027లో చేపటే జనగణనలో బీసీ కులగణనను తప్పనిసరిగా చేపట్టాలని పలువురు వక్తలు డిమాండ్ చేశారు. మున్నూరుకాపు కార్యాలయంలో బీసీ హక్కుల సాధన సమితి ఆధ్వర్యంలో జిల్లా కార్యదర్శి తాటి వెంకటేశ్వరరావు అధ్యక్షతన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా బీసీ సంఘాల నాయకులు మాట్లాడుతూ దేశంలో బీసీ కులాలకు సంబంధించిన సరైన జనాభా లెక్కలు లేకపోవడం వల్ల విద్య, వైద్య, ఉద్యోగ తదితర రంగాల్లో తగిన రిజర్వేషన్లు దక్కక ఆ వర్గాలు ఆర్థికంగా, సామాజికంగా తీవ్రంగా నష్టపోతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. అందుకే 2027 జనగణనలోనే బీసీ ఉపకులాలకు సంబంధించిన ప్రత్యేక కులగణన చేపట్టాలని స్పష్టం చేశారు. ఈ హక్కుల సాధనకై భవిష్యత్తులో దేశవ్యాప్తంగా అన్ని రాజకీయ పార్టీల ప్రజా ప్రతినిధులను కలసి పోరాటాన్ని ఉధృతం చేస్తామని నాయకులు ఉద్ఘాటించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర నాయకులు శింగు నర్సింహారావు, జిల్లా అధ్యక్షులు మేకల శ్రీనివాసరావు, బీసీ జేఏసీ చైర్మన్ పాల్వంచ రామారావుతో పాటు వివిధ సంఘాల నాయకులు పెళ్లూరి విజయ్ కుమార్, పెరుగు వెంకటరమణ, సిహెచ్ రమేష్, తాటి నిర్మల, తమ్మిశెట్టి వెంకటరాజు, కత్తి నెహ్రూ గౌడ్, లిక్కి కృష్ణారావు, సుంకర శ్రీనివాస్, లింగబోయిన పుల్లారావు, రావుల హన్మంతరావు, గాదె లక్ష్మీనారాయణ, చేతుల నాగేశ్వరరావు, పగడాల అనంత రాములు, టి. పోతురాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

Printed, Published and owned by Aliminati Indra Reddy Printed at M/s. Kakatiya Printers, 2-24-96/6, Plot No. 26 & 27, L.N. Colony, New IDA, Uppal, Hyderabad500039, Medchal Malkajgiri Dist., Telangana and Published from H.No.7-32/B, Flat No. 202, Sri Sai Heights, Sri Sai Nagar, Street No. 8, Hasbiguda, Medchal Malkajgiri District, Hyderabad 500007, Editor: Y Narender Reddy, RNI. Reg.No.TELTEL/2013/50413. e mail: mudradaily@gmail.com, Cell 9949193555