

మూనీ సుందరీకరణ ప్రాజెక్టు కాదు.. మూనీ ప్రక్కాళన

-ముదురొచ్చి తరువాయి

ల్లాగు.. తానేమీ అందాల మేడలు... అందాల భాగమల కోసం పని చేయలేదని అస్కికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. సచివాలుంటే ఏప్రాయు చేసిన మీదియు సమావేశంలో ఆయన పూట్టాడుతూ.. మూనీ ప్రాజెక్టు వల్ల తసు ఏప్రాయు అర్థిక ప్రయోజనం ఉండా? అని ప్రశ్నించారు. ఆదాయాన్ని పెంచాలి... పేదలకు పంచాలనేదే తపు విధానం అన్నారు. ఇందాలో తసుకు స్వేచ్ఛ లేదన్నారు. మూనీ సుందరీకరణ ప్రాజెక్టు కాదని.. ప్రాజెక్టు వద్దంబే చెప్పాలి.. వదిలేద్దామన్నారు. మూనీ ఏపం ప్రైదారాజీ సగరాన్నే కాదు.. నల్గొదునా మింగుతోండన్నారు. నల్గొద ప్రజలు ఈ అంశం ప్రాయు అంశంలో ఉండుతుందే లో? అన్నారు. తనకేడే స్వేచ్ఛ ఉండుతుందున్నారని, కానీ తనను విముఖులేది ఓ దోషాన్ని అని అగ్రహం ఘృతం చేశారు. వాళ్ల తనను ఇంచి భాగపడనన్నారు.

విద్యావంతుల సుంచి నిర్మాణస్థలు వరకు అందరికి జ్ఞానాబాద్ ఉపాంధ కల్పించాలన్నారు సీఎం. గత ప్రధానులు పంచమ ప్రాయోజనంలో దేశాన్ని అభివృద్ధి చేశారు.. గత ప్రధానులు సమస్యల తెల్పిన ప్రతిపాఠి కోణ్ణి వర్గాల సుంచి వ్యతించేత వ్యాఖ్యంని సీఎం గుర్తు చేశారు. 10 నెలలూ అధికారులు నిర్మాణారులు మాని మూలైపై పసిచేస్తున్నారని సీఎం తెలిపారు. మూలై నదిలో పేరులు ఎదుర్కొంటున్న కష్టాలను అధికారులు గుర్తించారు. విష్ణువుకు నిర్మాణాలను వ్యతించించే వాళ్ల ఎప్పుడూ ఉంటాని అన్నారు. విషపలయంలో పేదలు ఉండాలనేది కొందరి అంచేచ అంశంలో ఉండాలను అంటూ విషపలాలై ప్రాయులు గుంపించారు సీఎం రేవంత. భూగోళిక పరిమితి చట్టాన్ని ఘృతేరికించిన వర్గం కూడా దేవంలో ఉండేదన్నారు. పేదలు ఎప్పుడూ పేదలూనే ఉండాలని దౌరులు, భూస్మూలు భావిస్తారన్నారు. కొందరు ప్రజా ప్రతినిధిలు, అధికారులు రాష్ట్రాన్ని దోషుడిని ఎలా



సీఎం ఆరోపించారు. తాము చేపడున్నది మూలై సుందరీకరణ కాదని.. మూలై నది పుసరుక్కును కార్బూక్రమం అని చెప్పారాయి. కొందరి మెడడులో మూలైలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ్యలు చేశారు. విషప్పారిత అలోచనల తోనే మూలై ప్రాజెక్టుకై దుపుల్చారం చేస్తున్నారు. మూలై ప్రాజెక్టు అగ్రమెంట్ ఏపిల రూ. 141 కోణ్ణు మూలై ప్రాజెక్టు లక్ష్మీ కోణ్ణు ప్రాజెక్టు అని అంచేచి అంశంలో ఉన్న మరికి కంటే.. ఎక్కువ ఏపం నింపుకున్నారంటూ విషప్ప నేలపై పూతెన వ్యాఖ

జనం లిపిత్రాణ

మీసీడుల్రో బైల్టేరాం నినాదాలు

మత్తే విశ్వాసాలన్న దెబ్బతియేవు

బెంగళూరు : మనీదులో జైల్రీరాం నినాదాలు చేయడం వలన ఏ మత పరమైన విశ్వసాలను దెబ్బటియవని కర్కాటక హైకోర్టు తీర్పునిచ్చింది. ఇద్దరు వ్యక్తులపై పోలీసులు నమోదు చేసిన క్రిమినల్ కేసును మంగళవారం కొట్టివేసింది. జైల్రీమ్ నినాదాలు ఏ కమ్యూనిటీ మతపరమైన భావాలనైనా ఎలా దెబ్బటిస్తాయో అర్థం కావడం లేదని నిందితుని అప్పేల్ పిటిషన్సు విచారించిన జిస్టీస్ ఎం.నాగప్రసన్న నేతృత్వంలోని సింగిల్ డివిజన్ బెంగ తీర్పును లెవువరించింది. సంబంధిత ప్రాంతంలో హిందువులు, ముల్లింఱు సాపురస్యంగా జీవిస్తున్నారని ఫిర్యాదుదారు స్వయంగా చెప్పారని ధర్మానునం పేర్కూడి. పిటిషన్ నీరూలపై తదుపరివర్ఘులు తీసుకోమని ఆదేశించడం చట్టాన్ని దుర్మినియోగం చేయడమేనని ధర్మానునం స్పష్టం చేసింది. సుప్రీంకోర్టు ఆదేశాలను సూచిస్తా..



ಪಾಲಗ್ನಿನಾ ಕರ್ಸಿಂ ಪರಿರಾಟಮಂಟ ಮೊನ್‌ವಾರಿ ಕರ್ಸಿಂ ಪರಿರಾಟಮೆ

హావానా : పాలస్తీనియండు
 ప్రతిష్ఠాటనకు కృయాబాలో
 సంఖీభావం పెల్లువెత్తింది. వేలాది
 మంది ప్రజాసీకం రాజధాని
 హావానాలో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించి
 పాలస్తీనాకు మద్దతు తెలియజేశారు.
 ఈ ర్యాలీకి కృయాబా అధ్యక్షులు
 డియాజ్ కానెల్ నేత్తుత్వం
 వహించారు. ”నా దేశంలో జీవించే
 నా హక్కును వారు లాక్ష్మీనారు.
 విద్యేషం ఇక్కడితో ఆగదు, నిన్ను
 చంపుతుంది.”
 ’ అని యువ పాలస్తీనియన్ ఒకరు
 వ్యాఖ్యానించారు. హావానాలో
 చదువుకుంటున్న ఆ వ్యక్తి గాజాలో
 ఇజ్జాయాల్ కొన్సాగిన్నన్న
 నరవేధంపై తీవ్రంగా
 స్పందించారు. ఈ మారణకాండ
 ద్వారా తన మాతృభామిలో
 ఇజ్జాయాల్ స్ఫూర్తించిన అరాచకానికి
 భిన్నంగా మంచి భవిష్యత్తును
 నిర్మించాలని ఆ వ్యక్తి ప్రతినిచేశారు.
 తీవ్రమైన అనిశ్చితి నెలకొన్నా, తమ

ಕರ್ನಾಟಕ ಸರ್ಕಾರ

ದಾಷ್ಟ್ಯವೇತ್ತು ವೆನಕ್ಕಿ

న్యूఫీల్ : ఖలిస్తానీ తీవ్రవాది హర్దివ్ సింగ్ నిజ్జర్ హత్యకు సంబంధించిన విపాదం దొత్తువేత్తల బహిపురణకు దారితీసింది. కెనడాలోనీ భారత్ దొత్తువేత్తులు

వెనక్కి పిలిపించిన భారత ధీశ్వరోని కెనడా చెందిన అరగురు దొత్యవేత్తలను బహిష్మానిస్తున్నట్లు ప్రకటించింది. అంతకు ముందు 'ఆసక్తి ఉన్న వ్యక్తులు' (అనుమానితులు)గా భారత ప్రై కమిషనర్ సంజరు కుమార్ వర్ర, ఇతర దొత్యవేత్తలను విచారించున్నట్లు కెనడా చెప్పడంతో రెండు డేశాల మర్గాల సంబంధాలు మరింతగా క్లించించాయి. కెనడా ప్రభుత్వ తీరును ఖండిస్తూ భారత్ తన దొత్యవేత్తలను ఉపసంహరించుకోవాలని కేంద్ర ప్రభుత్వం నిర్ణయించింది. ధీశ్వరోని కెటునడా దొత్యవేత్త స్టీవ్‌వార్డ్ పిలర్సు పిలిపించి తొలుతు భారత్ తన స్వందన తెలియచేసింది. ఆ వెంటనే కెనడా నుంచి మన దొత్యాధికారిని వెనక్కి రపిస్తున్నట్లు వీదేశాంగ శాఖ ప్రకటన వెలువడింది. కెనడా ప్రభుత్వం వారికి భద్రత చేకూర్చుతుందన్న విశ్వాసం మాకు లేదు. అందుకే ఈ విరక్యం తీసుకున్నామని విదేశాంగశాఖ కెనడియున్ దొత్యవేత్తకు తెలిపింది. ఉగ్రవాదం, హాంసాత్కర వాతావరణంలో ట్రూడో ప్రభుత్వ చర్చలు వారి భద్రతకు ముఖ్యత్వచేపిగా ఉన్నాయని పేర్కొది. ఆయన 36 సంవత్సరాల పాటు పనిచేసిన సీనియర్ దొత్యవేత్త.జపాన్, టర్కీ, వియత్నాం, చైనాలో కూడా పనిచేశారు. అటువంటి వ్యక్తిపై ట్రూడో ప్రభుత్వం చేసిన ఆరోపణలు హస్పిస్టుడంగా వున్నాయని భారత్ పేర్కొది. రాజకీయ ప్రయోజనాల కోసం భారత డేశాన్ని దుమ్ముతోపోనే వ్యాపాగంగా దీనిని కొట్టి పారేసింది. కెనడాలోనే భారత ప్రై కమిషనర్, ఇతర దొత్యవేత్తలు, అధికారులపై కెనడా నిరాధారమైన ఆరోపణలు చేసోందిని మరిండి.

ಒಕ್ಕೆರೆಂಬ ವಿಡು ವಿಮೋಜಾಲಕು

బాంబు బెచిలంప్పులు

ప్రతీ : కేరళలో ఒక లోకసభ, రెండు ఆసెంబ్లీ స్టోనాల్లో ఉపక్రమకు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను ప్రకటించింది. వయునాడ్ లోకసభ నుంచి కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యాలయపై ప్రియాంకా గాంధీ బరిలో పన్నుట్టు ఆ పార్టీ అభికారికంగా ప్రకటించింది. పాలకడ్, శ్వార్ (ఎస్సి) ఆసెంబ్లీ స్టోనాలకు అభ్యర్థులుగా రాహుల్ కూటథిర్, రమ్య హరిదాస్ పేర్లను కాంగ్రెస్ జాతీయ అధ్యక్షుడు కార్యాలయ భద్రీ ఎంపిక చేశారు. ఈ విషయాన్ని ఏమిసిసీ ప్రధాన దర్శి కేసీ వెంకిగోపాల్ వెల్లడిం చారు. కాంగ్రెస్ తాజా ఉంతో ప్రియాంకా గాంధీ తొలిసారి ప్రత్యుత్త ఎవ్వికల బరిలో రాహుల్.. కీలకవై కొనసాగాలని గతం కేరళలోని వయునాడ్ అనివార్యమైంది. దిం చేయించాలని ఖద్దే.. నిర్ణయించిన విషయాన్ని ఏన్నికైతే తొలిసాగా మహర్షాప్తి, జిరా?.. రెండు లోకసభ, 48

అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికల్ని పెరుగుతున్న అనిఖ్యతి !

వాపింగ్రన్ : అమెరికా అధ్యక్ష ఎన్నికలు నవంబరు 5 న జరగనున్నాయి. ఉ పాఠ్యక్రూలు కమలా హరిన్, మాజీ అధ్యక్షుడు దొనాల్ ట్రంప్లు పోటీ పడుతున్న ఈ ఎన్నికల్లో పోలింగ్ జరిగే తేదీ దగ్గరపడుతున్న కొణ్ణి అనిచ్చితి పెరుగుతోంది. ఎవరు గెలుస్తారనే విషయంలో ఉత్సంఘ నెలకొంటోంది. ట్రంప్ కన్నా హరిన్ ఆధిక్యతను కొనసాగిన్నన్నారని త్రాజాగా నిర్వహించిన పోల్లో వెల్లడుంది. కానీ అనూహ్వాయైన రీతిలో తానే గెలుస్తానంటూ తనకు అనుకూలంగా వున్న అంశాలను రిపబ్లికన్ అభ్యర్థి ట్రంప్ పేర్కొంటున్నారు. సెప్టెంబరు 29, అక్టోబరు 6 మధ్య జరిగిన స్వాయంక్రూ ట్రైమ్స్, సియూ కాలేజ్ పోల్లో కమలా హరిన్కు 49, ట్రంప్కు 46 శాతం ఓట్లు లభించాయి. ఈ పోల్లో 3,385మంది ఓట్లు పాల్గొన్నారు. మార్చును తీసుకువచ్చే అభ్యర్థిగా హరిన్కు యువ ఓట్లు చూస్తున్నారు. యువత వరకు చాసినట్టే తే అభ్యర్థిలిద్దరి మధ్య తేడా 58 శాతం, 34శాతంగా వుంది. అదే పురుష ఓట్లకు సంబంధించి పరిశీలిస్తే ట్రంప్ 11పాయింట్లలో ఆధిక్యతలో వున్నారు. అయితే దేశ ఆర్థిక వ్యవస్థ పట్ల ప్రధానంగా ప్రజల్లో అందోళన నెలకొంది. దీన్ని సక్రమంగా చక్కనిద్దగలిగే సమర్థత ట్రంప్కే వుండని హరిన్కు లేదని ఎక్కువమంది ఓట్లు భావిస్తున్నట్లు కూడా తెలుస్తోంది. మరోపై నమోదైన ఓట్లలో, ఆధికన్ వారసత్వం కలిగిన పౌరుల్లో మెజారిటీ ప్రజలు కమలా హరిన్ వైపే మొగ్గు చూపుతున్నారు. అయితే ఆమె కచ్చితంగా మరింత మెర్రుగిన రీతిలో మార్పు తీసుకువస్తుందని విశ్వాంచేకపోతున్నారని ఎపి-ఎన్కషిప్పులో సెంటర్ ఫర్ పబ్లిక్ అపైర్ రీసెర్చ్ పోల్ వెల్లించింది. కీలకమైన రాష్ట్రాలు, వ్యాగిసలాట ఎక్కువగా వుండే రాష్ట్రాలు అంతిమంది ఈ పోరును నిర్ణయిస్తాయని భావిస్తున్నారు. చివరి వారాల్లో అభ్యర్థుల కార్బ్యూప్టర్స్ ప్రధానంగా కూడా వుండనుంది.

ಆ ದಾಡುಲಗ್ನಿ ಯುದ್ಧ ನೇರಂತೆ!



బీరుట్ : లెబనాన్‌లో ఐక్యరాజ్య సమితి తాత్కాలిక బలగాలు (యునిషన్‌పెఫ్ట్‌ఎల్)కై వరుసగా దాడులు జరుగుతున్న నేపథ్యంలో శాంతి పరిరక్షకులపై జరిగే దాడులన్నీ యుద్ధ నేరాల కిందకే వస్తుయని ఐక్యరాజ్య సమితి ప్రధాన కార్యదర్శి అంటానియో గుటెర్‌న్ హెచ్‌ప్రించారు. అంత ర్జుతీయ చట్టాలను ఓల్డంఫించే ఈ దాడులు జరుగుతున్నాయిన్నారు. ఐక్యరాజ్య సమితి సిభ్యంది, ఆస్తుల భీద్రత, రక్షణకు వోమీ వుండాలి, ఐక్యరాజ్య నమితి నముదాయాలను గొరవించాలని తెలిపారు. అలా కాకుండా వాటిపై జరిగే ఏ తరహ దాడి అయినా యుద్ధ నేరం కిందకే వస్తుందని ఆయన పునర్ధాటీంచారు.

ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్‌పోస్ట్‌స్టూడియోల్లో ఉండాలి. ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్‌పోస్ట్‌స్టూడియోల్లో ఉండాలి. ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్‌పోస్ట్‌స్టూడియోల్లో ఉండాలి. ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్‌పోస్ట్‌స్టూడియోల్లో ఉండాలి.

వెనిజులా పొరస్కు ఎలాన్ మెస్క్ కుట్

కార్కాన్ : వెనిజులాలో శాంతిభద్రతలను దెబ్బ తీసేందుకు టెక్ లైకాన్, టైప్టర్ తదితర సంఘల అధినేత ఎలాన్ మన్స్క కుట్రుకు పాల్పడ్డారని వెనిజులా అధ్యక్షులు నికాలన్ మదురో విమర్శించారు. దేశంలో హింసను రెచ్చగొట్టేందుకు మన్స్క వంద కోట్ల దాలర్లు పెట్టుబడి పెట్టారని ఆయన పేర్కూన్నారు. ఈ ఏడాది ప్రారంభంలో అధ్యక్ష ఎన్నికలు ముగిసిన అనంతరం ఈ కుట్ర పన్నారని అన్నారు. జూలై 28న విషయం సాధించారని జాతీయ ఎన్నికల కమిషన్ ప్రకటించింది. మదురో ప్రత్యధి గోంజాలెజ్ అసలైన విజేత అని అమెరికా సహా పశ్చిమ దేశాలు ప్రచారం చేస్తూ, ఘర్రణలకు దిగాయి. వెనిజులాలో ఎన్నికల ప్రక్రియకు లోపించి ఉన్న కొన్కాలు కూడా ఉన్నాయి.

పెద్ద మొత్తంలో వందకోట్ల డాలర్లకు పైగా మన్సు ఖర్చు పెట్టారని మదురో విషువ్యించారు. తనను అధికారం నుండి వైఎల్గేలా చేసేందుకు జరుగుతను ఈ కుటులు, కృతంత్రాల వెనుక అమెరికా ప్రభుత్వ హాస్టం వుండని ఆయన విషువ్యించారు. జాలైలో అధ్యక్ష ఎన్వికల అనంతరం మన్సు మాటలాడుతూ మదురో పెద్ద ఎత్తున ఎన్వికల అనీషికి పాల్వడ్డారని ఆరోఫించారు. వెనిజులాలో మదురో ప్రభుత్వాన్ని ఆశ్చిరపరిచేందుకు ఆర్థికంగా, రాజకీయంగా ఒక్కిడి తేవాలన్నది అమెరికా విధానంగా వంది. ఆమెరికా, ఇతర పశ్చిమ దేశాల మిత్రులు మదురోకు వ్యతిశేఖరంగా ఆయన ప్రత్యుధి జువాన్ గెయిడోను వెనిజులా నేతగా గుర్తిస్తూ కుయుకులకు పాలాడుతూనేవునారు.



విశ్వార్థ బాధణి వీటికింక గాలి

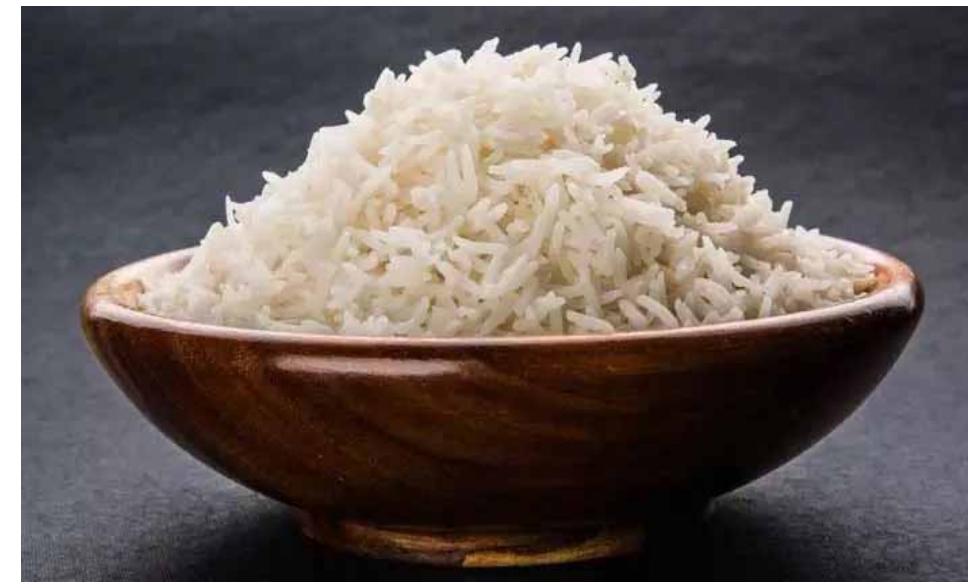
శ్రీ : కేరళలో ఒక లోకసభ, రెండు అసెంబ్లీ స్థానాల్లో ఉప పత్రకు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను ప్రకటించింది. వయునాడ్ లోకసభ నుంచి కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి ప్రియంకా గాంధీ బిరిలో మనుషులు ఆ పార్టీ అభికారికంగా ప్రకటించింది. పాలకడ్, శ్రీ ప్రియంకా (ఎస్సీ) అసెంబ్లీ స్థానాలకు అభ్యర్థులుగా రాహుల్ కొట్టిర్థిర్, రఘు హరిదాస్ పేర్లను కాంగ్రెస్ జాతీయ అధ్యక్షుడు శార్జున్ ఖర్ఫీ ఎంపిక చేశారు. ఈ విషయాన్ని ఏమిసిసీ ప్రధాన దర్శి కేసీ వేసుగోపాల్ వెల్లడిం చారు. కాంగ్రెస్ తాజా వుండో ప్రియంకా గాంధీ తొలిసారి ప్రత్యుత్త విషయాల బిరిలో రాహుల్.. కీలకవై కొనసాగాలని గతం కేరళలోని వయునాడ్ అనివార్యమైంది. దిం చేయించాలని ఖర్ఫీ ? నిర్ణయించిన విషయాల ఏన్నికెత్తే తొలిసారిగా మహర్షాప్తి, జిరా? రెండు లోకసభ, 48

ర ఉత్తర ప్రదేశ్‌లోని రారుబజెలీలోనే నిర్ణయం తీసుకున్నారు. ఈ క్రమంలో పదులకోవడంతో ఆక్రమ ఉప ఎన్నిక ఇక్కడి నుంచి ప్రియాంకా గాంధీభిట్టే వాసంలో జులైలో జరిగిన సమవేళంలో తెలిసిందే. వయనాడ్ నుంచి ప్రియాంక అమె పార్లమెంటులో అడగుపడతారు. అసంఖ్య ఎన్నికలకో పాటు 15 రాష్ట్రాల్లో అసంఖ్య స్థానాలకు ఉప ఎన్నికలకు ఈస్ట్ వైలోగేలా చేసేందుకు జరుగుతన్న ఈ కుట్టలు, కుతంత్రాల వెనుక అమెరికా ప్రభుత్వ హాస్టం వుండని ఆయన విమర్శించారు. జులైలో ఆధ్యక్ష ఎన్నికల అనంతరం మన్స్మ మాటలాడుతూ మదురో పెద్ద ఎత్తున ఎన్నికల అవిస్తృతికి పాల్వడ్డారని ఆరోఫించారు. వెనిజులాలో మదురో ప్రభుత్వాన్ని ఆస్తిరపరిచేందుకు ఆర్థికంగా, రాజకీయంగా ఒత్తిడి తేవాలన్నది అమెరికా విధానంగా వుంది. అమెరికా, ఇతర పశ్చిమ దేశాల మిత్రులు మదురోకు వ్యక్తికంగా ఆయన ప్రత్యుధి జువాన్ గెయిడోను వెనిజులా నేతగా గుర్తిస్తూ కుయుకులకు పాలాడుతూనేవునారు.

ମୁଖ୍ୟ ପାଇଁ କିମ୍ବା କିମ୍ବା କିମ୍ବା ?

ఎక్కువ మంది ఉన్న ఉమ్మడి కుటుంబాల్లో అధిక మొత్తంలో అన్నం పండుతారు. ఎక్కువైనా పర్మేరు కానీ తక్కువ కాకుండా ఉండేలా చూసుకుంటారు. ఈ క్రమంలో కొన్ని సందర్భాల్లో ఆ పూట అన్నం మిగిలిపోవచ్చు.మరి ఈ అన్నాన్ని తర్వాతి పూట తినొచ్చా లేదా అనే సందేహం చాలా మందిలో ఉంటుండగా... నిపుణులు అన్నలు తీసుకోకూడదని చెప్పున్నారు. ఇది ఖ్వడ్ పాయిజనింగ్ కు కారణమపుతుందని.. వాంతులు, విరేచనాలు, పొత్తికడుపు నొప్పికి దారితీస్తుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. అలా కాకుండా ఉండాలంటే ఏం చేయాలి? ఎలాంటి జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి? తెలునుకుండాం. మిగిలిపోయిన అన్నం తినడం సురక్షితం కాదు. అన్నంలో సాధారణంగా బాసిల్నస్ సెరియస్ అనే బ్యాక్టీరియా ఉంటుంది. వండే ప్రతీకుయలో బాసిల్నస్ సెరియస్ బీజాంశాలు చనిపోవు. మిగిలిపోయిన అన్నాన్ని గది ఉప్పోస్తే గ్రావ్ వర్ష ఉంచినట్టుయితే.. బీజాంశం విషాణ్ణి ఉత్పత్తి చేస్తుంది. దీని వలన ఘడ్ పాయిజన్ అవుతుందని 2023 మైక్రోబియల్ పాథోజెనిసిస్లో ప్రచరించబడు అధ్యయనం తెలిపింది. బాసిల్నస్ సెరియస్ ఐ పిలువబడే బ్యాక్టీరియా వల్ల కలిగే ఫాపాయిజన్ ను ట్రైన్ రైన్ సిండ్రోమ్ అంటు వంట చేసిన తర్వాత రైన్ ను గది ఉప్పోస్తే వర్ష రెండు గంటల కంటే ఎక్కువసేపు ఉంచినట్టుయితే..

లో కలుషితవైతే అనారోగ్య ప్రవాదాన్ని
కొలిగించలేకపోవచ్చ. అలాంటపుడు బాసిల్లున్న
సెరియన్స్తో కలుషితమైన మిగిలిన అన్నం
తీసుకుంటే, ఘడ్ పాయజనింగ్ లక్ష్మణాలు ఒకది
నుండి ఐదు గంటలలోపు సంభవించవచ్చ.
వికారం, వాంతులు, అతిసారం, పొత్తికడువు
నొప్పి రావచ్చ. ఈ లక్ష్మణాలు సౌధారణంగా
న్వల్పకాలికంగా ఉన్నా బలహీనవైన
రోగినిథేడక వ్యవస్థ కలిగిన వ్యక్తులను తీపుంగా
ప్రఖావితం చేస్తాయి. కాబట్టి వండిన అన్నం
త్వరగా చెడిపోకుండా ఉండేదుకు కొన్ని
నురక్కిత వద్ద తులు పొటించాలని
సూచిస్తున్నారు నిపుణులు.



మీర్పుకాయను కండతం మేలు జరుగుతుందా?

పచ్చిమిర్చి అపోరాస్చి కారంగా, రుచిగా చేస్తుంది. ఇది మాత్రమే కాదు పచ్చి మిరపకాయలను రోజుా తినడం వల్ల మన ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. పచ్చి మిర్చిలో విటమిన్ సి, ఎ, పరన్ ఉంటాయి. శరీరానికి అవసరమైన భాస్వరం, రాగి వంటి మూలకాలు మిర్చిలో కూడా ఉంటాయి. పచ్చి మిర్చిలో క్యాప్సిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది గుండె జబ్బులను నివారిస్తుంది. క్యాప్సిన్ మూలకం మిరపకాయలకు కారంగా కూడా జోడిస్తుంది. అంతే కాకుండా పచ్చిమిర్చి తినడం వల్ల జీర్ణశక్తికి, కంటి చూపుకి, రోగినిరోధక శక్తికి మేలు జరుగుతుంది. కాడతో పాటు మిరపకాయలను తినాలని నిముఱులు ప్రజలకు నలవో ఇస్తున్నారు. ఇలా మిరపకాయ తినడం వల్ల పేగు ఆరోగ్యం



ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల దీప్మాడేషన్ కు గురువుతారని తెలిపారు. కొన్ని మిరపకాయల కాడలు కారంగా ఉంటాయి. కాబిల్ఫీ కారంగా ఉండే ఆహారాన్ని ఇష్టవడని వారు కాడలను తినకూడదని మరో డైటీషియన్ అంటున్నారు. మిర్చి కాడ చేదుగా ఉండడం వల్ల ఆహార రుచి పాడు అవుతుందని కూడా కొందరు నిపుణులు చేబుతున్నారు. బెంగుళూరుకు చెందిన ఓ డైటీషియన్ మాట్లాడుతూ.. మిరపకాయలను తయారు చేసే విధానం, కారం రకం కూడా జీర్జ్ ప్రభావాన్ని నిర్మయిస్తుండన్నారు. మిరపకాయలను ఉడికించడం వల్ల క్యాప్సైసిన్లో కొంత భాగాన్ని తగ్గించవచ్చని చెబుతున్నారు. అయితే కొన్ని మిరప రకాలు కూడా సహజంగా తక్కువ క్యాప్సైసిన్ కలిగి ఉంటాయి. ఇది జీర్జ్ ప్రపంచపై తక్కువ ప్రభావాన్ని చూచుతుందని పేరొన్నారు.

మొంగోల్ ఎక్కువ్వారి తింటున్నారా?

మనలో చాలామందికి ముక్క లేనిదే ముడ్డ కూడా దిగదు. వారంలో కనీసం నాల్గైదు సార్లు అయినా మాంసం తింటూ ఉంటారు. మరికొందరు రోజు మాంసం తింటూ ఉంటారు. అయితే మాంసం తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిదే కానీ అలా అని ఎక్కువగా ఉంటే మాత్రం సమస్యలు తప్పవట. అయితే మాంసాహారం తింటే కొన్ని రకాల సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. మరి మాంసం తింటే ఎలాంటి నమస్యలు వస్తాయో ఇమ్మడి మనం తెలుసుకుండాం.. నిజానికి మాంసాహారం తినడం వల్ల శరీరానికి చాలా పోషకాలు లభిస్తాయట. ఇందులో ఉండే కార్బోఫ్లోట్టు, ప్రోటీన్స్, విటమిన్లు రోగి నిరోధక వ్యవస్థని బలపరుస్తాయని చెబుతున్నారు. అలానే అతిగా మాంసాహారం తినడం వల్ల శరీరం వ్యాధులకి నీలయంగా మారుతుండని చెబుతున్నారు. మాంసాహారం వల్ల ఎక్కువ మండికి క్యాస్టర్, గుండి జబ్బులు వస్తున్నాయని వలు పరిశోధనల్లో వెల్లడెనట్లు. అలాగే మాంసాహారం ఎక్కువగా తినే వారి శరీరంలో కొలిప్పాల్ పెరితంగా పెరుగుతోందట. కొలిప్పాల్ పెరిగింది అంటే గుండి జబ్బుకి అతి సమీపంలో ఉన్నారని అర్థం అని చెబుతున్నారు. అలాగే మాంసాహారాన్ని ప్రతిరోజు తీసుకున్నవారు. బరువు త్వరగా పెరుగుతారని డాక్టర్ ఎప్పటినుంచో చెపుతున్న వాస్తవం. అలాంటి వాళ్ళు ఆకుకూరలు ఎక్కువగా తీసుకోవడం వలన మాంసాహారం తినడం వల్ల వచ్చే పోషకాలు లభిస్తాయట. అదే సమయంలో బులువుని కూడా తగ్గిస్తాయని చెబుతున్నారు. అలాగే మాంసం తీసుకోవడం వల్ల కొన్నిస్తార్లు పేగుల పనితీరువై చెడు ప్రభావం చూపిస్తుందట. ప్రాసెన్ చేసిన మాంసం చాలా ప్రమాదం దీనివల్ల ఆ పొట్టకు సంబంధించిన అనేక వ్యాధులు మనల్ని పట్టిపోస్తాయని పొచ్చరిస్తున్నారు. అలాగే ఎక్కువ మాంసాహారం తింటే ఎక్కువ కార్బోఫ్లోట్టు ఉన్నట్లే దీనివలన మలబ్దధకం వస్తుందట. ఎందుకంటే మాంసంలో కరిగే పైబార్ ఉండడు. కొఱటి జీర్ణవ్యవస్థ కదలకుండా మలబ్దధకానికి కారణం అవుతుంది. కొబట్టి మాంసాహారాన్ని తీసుకోవడ్డు అనట్టేదు కానీ పరిమితిలో మాత్రమే తీసుకోయని సలహా ఇస్తున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు.

ప్రశ్నత రోజుల్లో చాలామంది లో బీపీ అలాగే పై బీపీ సమస్యలతో బాధపడుతున్న విషయం తెలిసిందే. చిన్న పెద్ద అని వయస్సుతో తేడా లేకుండా చాలామందిబీపీ సమస్యలో బాధపడుతున్నారు. ఇక ఈ బీపీని కంట్రోల్ లో ఉంచుకోవడం కోసం ఎక్కువ శాతం టాబైట్సు ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు రకరకాల ఆహార పదార్థాలు తింటూ బీపీని కంట్రోల్ లో ఉంచుకుంటూ ఉంటారు. అయితే వెల్లుల్లి ఉపయోగించి కూడా బీపీని కంట్రోల్ లో ఉంచుకోవచ్చు అని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అది ఎలాగో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుండాం.. వెల్లుల్లి లో అల్లిసిన్, డయాలిల్ డై సల్ఫ్రైడ్, డయాలిల్ ట్రై సల్వయిడ్, సల్వర్ సమేళక్షనాలు, ఖనిజాలు వంచిని ఉంటాయి. అలాగే విటమిన్సు, యాంటీ ఆక్షిడెంట్లు కూడా ఉంటాయి. ఇందులోని అల్లిసిన్ భ్లూ ప్రైపర్ ని నియంత్రించడంలో ఎక్కువగా ఉపయోగపడుతుందట. పచ్చి వెల్లుల్లి ముక్కలుగా కోసినవ్వుడు లేదా తినడం ద్వారా అలీనాజ్ విడుదలవుతుందట. ఇది చెడు కొలెప్ట్రోల్ ని తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. అలాగే ప్రతీ రోజు రోజు రెండు వెల్లుల్లి రెబ్బులను తినడం వల్ల అనేక సమస్యల నుంచి దూరంగా ఉండవచ్చని చెబుతున్నారు. వెల్లుల్లి కూరల్లో, టీ లో కూడా ఉపయోగించుకోవచ్చట. సలాష్ట్ లో తరిగిన వెల్లుల్లిని ఉపయోగించుకోవచ్చని చెబుతున్నారు. దీనివలన అదనపు రుచి యాడ్ అవటంతో పాటుగా ఆరోగ్యానికి కూడా ఉపయోగపడుతుందని చెబుతున్నారు. సలాష్ట్ కోసం ప్రత్యేకంగా సాలైడ్ వెల్లుల్లి అందుబాటులో ఉండుకుండా ఉంటుంది. — ఈ కోసం కొన్ని కుర్కిల్లు ఉండుకుండా ఉంటుంది. — ఈ కోసం కొన్ని కుర్కిల్లు ఉండుకుండా ఉంటుంది.

మిరప ఎలా సాగు చేయబడింది..? ఎలా పండింది అనే దానిపై ఆధారపడి ఉంటుందన్నారు. పచ్చి మిరపకాయ కడుపు, ప్రకోప ప్రేగు సిండ్రోమలో కూడా ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందని మరో నివుణు చెప్పారు. పచ్చి మిరపకాయలు పేగులకు కూడా మేలు చేస్తాయి. కానీ వేసవిలో వీటిని ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల గ్యాన్ సమస్యలు వస్తాయి. వేసవిలో పచ్చిమిర్చి

జిల్ గొప్పన్యతరీ ఇబ్బంది ఏడుతున్నారా!

చేపలు తిన్న తర్వాత ఎంల పుదార్థాలు తినకూడదా..?



మాములుగా మనం కొన్ని రకాల ఆహార వదార్థాలు తిన్న తర్వాత కొన్నింటిని తినకూడదని చెబుతూ ఉంటారు. అటువంటి వాటిలో చేపలు, అలగే మాంసం తిన్న తర్వాత పాలు లేదా పాల పదార్థాలు తినడం అస్వది కూడా ఒక్కటి. పాలు తాగిన వెంటనే చేపలు తినటం వలన ప్రయోజనం ఇవ్వటానికి బదులుగా ఒక పాయిజన్ లాగా పని చేస్తుందని మన పెద్దలు చెబుతూ ఉంటారు చేపలు అసిడిక్ స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటాయి. పాలు ఆల్లైన్ స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటాయి. ఈ క్రమంలో రెండింటినీ కలిపి తీసుకుంటే గ్యాస్టిక్ సమస్యలు వస్తాయి. కాబట్టి ఈ రెండింటిని కలిపి తీసుకోక పోవటవే మంచిదని చెబుతున్నారు. చర్చపు మన్మలకు పాలు లేదా చేపలతో సంబంధం లేదట. ఇది ఆటో యూనియన్ వ్యాధి అంటే రోగినిరోధక వ్యవస్థ మెలీనియంతో పోరాదే ప్రతి రోధకాలను ఉత్పుత్తి చేస్తుందట. యాంబీటాడీలు దాడి చేసిన హోటల్లు వర్షాపై మచ్చలు కనిపిస్తాయట.

మధుమేహం

మధుమేహం ఉన్నప్పుడు, రక్తంలో గ్రూకోజ్ గాఢత
ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని వివిధ
భాగాలలో వివిధ రకాల సమస్యలను కలిగిస్తుంది.
మధుమేహం నియంత్రణకు క్రమం తప్పకుండా
మందులు తీసుకోవడం తప్పనిసరి. అయితే కొన్ని
పోం రెమడీస్‌ని అనుసరించడం ద్వారా మీరు
రోజువారీ మధుమేహం మందుల సమస్య నుండి
బయటపడవచ్చునని నిపుణులు చెబుతున్నారు.
రోజు మజ్జిగ తీసుకుంటే మధుమేహం అదుపులో
ఉంటుంది, ప్రతి రోజు ఒక గ్రాన్ మజ్జిగ తాగడం
వల్ల రక్తంలో చక్కరను తగ్గించడంలో చాలా
ముఖ్యమైన ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. అయితే, మీరు
సాధారణ మజ్జిగ తినడానికి బదులుగా అందులో
ఒక చెంచా చియా గింజలను కలిపితే, అది
రక్తంలో చక్కరను రెండు రెట్లు వేగంగా నార్గుల్లి
స్థితికి తీసుకువస్తుంది. చియా విత్తనాలు ఇన్సులిన్
సెన్సిటిభిటీని మెరుగుపరుస్తాయి. ఇది భోజనం
తర్వాత రక్తంలో చక్కర స్థాయిలను
స్థిరీకరించడంలో సహాయపడుతుంది. మజ్జిగలో
సానబెట్టిన చియా గింజలు బాగా పనిచేస్తాయి.
చియా గింజల వినియోగం మధుమేహస్సు
నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుందనిసి
అధ్యయనాలు కూడా నిరూపించాయి. చియా
సిట్ట్‌లో యాంటీ ఆయిడెంట్లు, మిరస్ట్, క్లైర్స్,
బమేగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్టలంగా ఉ



మధుమేహనికి మ్యాజిక్ లాండ్ మందు..!

స్నానానికి ముందు

కొంతమందికి భోజనం చేసిన తర్వాత స్నానం చేసే అలవాటు ఉంటుంది. వారాంతాల్లో తరచుగా దీన్ని చేస్తుంటారు. బహుశా వారు ఈ అలవాటును సౌకర్యవంతంగా భావించపచ్చ). కానీ ఆరోగ్య దృక్కోణంలో తిన్న తర్వాత స్నానం చేయడం మీకు తీవ్రమైన పరిహాసాలను కలిగిస్తుంది. ఆహారం తిన్న తర్వాత స్నానం చేసేవారి జీర్ణవ్యవస్థ దెబ్బతింటుందని, కొంతమంది మెదడుషై కూడా ప్రభావం చూపుతుందని ఇటీవలి నివేదిక పేర్కొంది. ఈ సమస్య గురించి మనం అర్థం చేసుకుండాం. దానిని నివారించడానికి ఏమి చేయాలో ఈ కథనంలో తెలుసుకుండాం. మనం ఆహారం తీసుకుస్వాధ జీర్ణకీయ ప్రక్రియ పెరుగుతుంది. కడుపులో రక్త ప్రసరణ కూడా

ఉపాయం. టైప్ 2 డయాబెటిస్ కారణంగా ఎదురుయ్యే సమస్యల్ని చియా సీట్స్ తగ్గిస్తాయి. జివి గుండె అలోగ్యోన్ని పెంపాందిస్తాయి. మధుమేహోన్ని శాశ్వతంగా నియంత్రణలో ఉంచుతాయి. హెల్చ్ డ్రెటర్లో పాటు చియా సీడ్జ్ తీసుకుంటే చెడు కొలెప్రైల్, సాధ్యలకాయం తగ్గుతుంది. ఎప్పుడైతే కొలెప్రైల్, సాధ్యలకాయం తగ్గుతాయో మధుమేహం ముప్పు కూడా తగ్గిపోతుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ ఇన్ఫెషన్స్ మేటర్లీ గుణాలు రక్తంలో చక్కెర శాతాన్ని తగ్గించడంలో దోహదం చేస్తాయి.

ఆహారం తింటున్నారా?