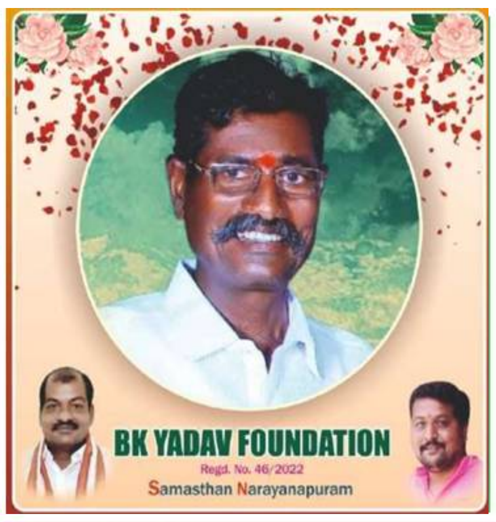


వార్త మిర్రర్

తెలుగు దినపత్రిక

సోమవారం

03 ఆగస్టు 2026

సంపుటి : 10 సంచిక :14 రంగారెడ్డి ఎడిటర్ బి. శ్రీధర్ యాదవ్ పేజీలు 8 వెల 4/-

ధూమ్‌ధామ్‌గా లష్కర్ బోనాలు

- ప్రభుత్వం తరపున పట్టువస్త్రాలు సమర్పించిన సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి
- పూర్ణకుంభ స్వాగతంతో ఆలయంలో ప్రత్యేక పూజలు
- మంత్రులు, ప్రజాప్రతినిధులు, ప్రముఖుల భక్తి నివాళులు
- భక్తులతో కిటకిటలాడిన లష్కర్ వీధులు
- అమెరికా కాన్సుల్ జనరల్ లారా విలియమ్స్ అమ్మవారి దర్శనం
- నేడు రంగం, అంబారీ, ఘటం ఉత్సవాలతో ముగియనున్న జాతర

హైదరాబాద్: తెలంగాణ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీకగా నిలిచే సికింద్రాబాద్ ఉజ్జయిని మహాకాళి అమ్మవారి బోనాల మహోత్సవం ఆదివారం భక్తిశ్రద్ధల నడుమ అంగరంగ వైభవంగా జరిగింది. ప్రతి ఏడాది ఆషాఢ మాసంలో జరిగే ఈ జాతర కోసం రాష్ట్రం నలుమూలల నుంచి భక్తులు భారీగా తరలివచ్చారు. తెల్లవారుజాము నుంచే ఆలయ పరిసరాలు భక్తులతో కిటకిటలాడగా, లష్కర్ ప్రాంతమంతా పండుగ వాతావరణాన్ని సంతరించుకుంది. సంప్రదాయ వేషధారణలో మహిళలు బోనాలు మోస్తూ, పోతురాజుల విన్యాసాలు, డప్పు వాయిద్యాల నడుమ అమ్మవారిని దర్శించుకోవడానికి పెద్దఎత్తున తరలిరావడంతో ఆలయ పరిసరాలు ఆధ్యాత్మిక శోభను సంతరించుకున్నాయి. మధ్యాహ్నం ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి ఆలయానికి చేరుకోగా అర్చకులు పూర్ణకుంభంతో ఘన స్వాగతం పలికారు. అనంతరం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున అమ్మవారికి పట్టువస్త్రాలు సమర్పించి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. వేద మంత్రోచ్చారణల మధ్య ఆలయ అర్చకులు

(మిగతా 2వ పేజీలో)

ఆస్ట్రేలియా ప్రతినిధి బృందంతో సీఎం చంద్రబాబు భేటీ

ఏపీలో పెట్టుబడులు, ఆవిష్కరణలు అంతర్జాతీయ భాగస్వామ్యాలకు విస్తృత అవకాశాలు

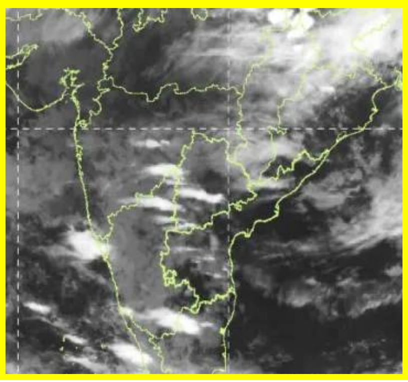
అమరావతి, ఆగస్టు 2 : ఆస్ట్రేలియా అంతర్జాతీయ విద్యాశాఖ సహాయ మంత్రి, పౌరసత్వ, సుంకాలు, బహుళ సంస్కృతుల వ్యవహారాల సహాయ మంత్రి జూలియన్ హిల్ నేతృత్వంలోని ఆస్ట్రేలియా ప్రతినిధి బృందం గౌరవ ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబునాయుడును సీఎం క్యాంపు కార్యాలయంలో మర్యాదపూర్వకంగా కలిసింది. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో జరుగుతున్న వేగవంతమైన ఆర్థిక మార్పులు, అమలు చేస్తున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు, రాష్ట్రంలో పెట్టుబడులు, ఆవిష్కరణలు, అంతర్జాతీయ భాగస్వామ్యాలకు ఉన్న విస్తృత అవకాశాలను ప్రతినిధి బృందానికి వివరించారు. రాష్ట్రాన్ని గ్లోబల్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ గమ్యస్థానంగా తీర్చిదిద్దేందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందని తెలిపారు. అనంతరం జూలియన్ హిల్‌ను ముఖ్యమంత్రి సాంప్రదాయ శాలువాతో సత్కరించి, అరకు కాఫీతో పాటు జ్ఞాపికను అందించారు. సమావేశం స్నేహపూర్వక వాతావరణంలో కొనసాగింది. ఈ కార్యక్రమంలో మంత్రి నారా లోకేష్‌తో పాటు ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

కేరళలో భారీ వర్షాలు.. 9 జిల్లాల్లో స్కూళ్లకు సెలవు, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఎల్లో అలర్ట్

- కేరళను ముంచెత్తిన భారీ వర్షాలు
- రాష్ట్రంలోని 14 జిల్లాలకు ఎల్లో అలర్ట్ జారీ
- లోతట్టు ప్రాంతాలు జలమయం
- ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచన

దేశంలో రుతుపవనాల వింత పోకడ.. ఒకచోట కుండపోత, మరోచోట ఉక్కపోత!

- దేశంలో అసమానంగా విస్తరించిన రుతుపవనాలు
- జాతీయ స్థాయిలో 11శాతం వర్షపాత లోటు నమోదు
- పశ్చిమ భారత్‌లో దట్టమైన మేఘాలు.. ఉత్తరాదిన నిర్మలమైన ఆకాశం
- ఉపగ్రహ చిత్రాల ద్వారా రుతుపవనాల వ్యత్యాసాన్ని చూపిన ఐఎండీ
- ఆగస్టు 3 నుంచి ఉత్తర భారతంలో వర్షాలు మెరుగుపడే అవకాశం



ఆరు నెలల యుద్ధానికి ముగింపు?.. ఇరాన్‌తో నేటినుంచి కొత్త చర్చలు

- ఇరాన్‌పై భారీ సైనిక దాడిని విరమించుకున్న ట్రంప్
- నేటి నుంచి కొత్తగా చర్చలు ప్రారంభమవుతాయని ప్రకటన
- హర్మూజ్ జలసంధి, అణు నిరాయుధీకరణపై ప్రధానంగా చర్చలు
- ట్రంప్ ప్రకటనతో పడిపోయిన అంతర్జాతీయ చమురు ధరలు

అదనపు పన్నుల వాటా కేటాయింపు.. కేంద్రానికి సీఎం చంద్రబాబు కృతజ్ఞతలు

- ఏపీకి కేంద్రం నుంచి రూ.4,597 కోట్ల అదనపు పన్నుల వాటా విడుదల
- నిధులు కేటాయించినందుకు ప్రధానికి, ఆర్థిక మంత్రికి సీఎం చంద్రబాబు కృతజ్ఞతలు
- సాధారణ తేదీ కంటే ముందుగానే నిధులు విడుదల చేయడంపై హర్షం
- ఈ సాయంతో రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు వేగవంతమవుతాయని వెల్లడి

ఆంధ్రప్రదేశ్‌కు కేంద్ర ప్రభుత్వం అదనపు పన్నుల వాటాను విడుదల

చేయడంపై ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ మేరకు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ, కేంద్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రి నిర్మలా సీతారామన్‌కు ఆయన ప్రత్యేక కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. సకాలంలో అందిన ఈ ఆర్థిక చేయూత రాష్ట్రంలో అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు మరింత బలాన్ని ఇస్తుందని ఆయన అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. సాధారణంగా ప్రతి నెలా 10వ తేదీన కేంద్రం నుంచి రాష్ట్రాలకు పన్నుల వాటా విడుదల అవుతుంది. అయితే, ఈసారి గడువుకు

(మిగతా 2వ పేజీలో)

బోనాలను గతంలో పట్టించుకోలేదు.. కేసీఆర్ వల్లే బోనాలకు రాష్ట్ర పండుగ హోదా: కేటీఆర్

- సికింద్రాబాద్ మహంకాళి అమ్మవారిని దర్శించుకున్న కేటీఆర్
- గత ప్రభుత్వాలు బోనాలను గుర్తించలేదని విమర్శ
- కేసీఆర్ పాలనలోనే బోనాలకు రాష్ట్ర పండుగ హోదా వచ్చిందన్న మాజీ మంత్రి
- వర్షాలు బాగా పడి రాష్ట్రం సుభిక్షంగా ఉండాలని ప్రార్థించినట్లు వెల్లడి

హైదరాబాద్: నేడు సికింద్రాబాద్‌లోని ఉజ్జయిని మహంకాళి అమ్మవారి బోనాలు ఘనంగా

గోదావరి ఉగ్రరూపం.. ఇంకా ముంపులోనే లంక గ్రామాలు

- గోదావరికి కొనసాగుతున్న వరద ఉధృతి
- కోనసీమ, ఉభయ గోదావరి జిల్లాల్లో ముంపులో లంక గ్రామాలు
- పలు గ్రామాలకు నిలిచిపోయిన బోట్లు, రవాణా సౌకర్యాలు
- ప్రమాదకరంగా ప్రవహిస్తున్న వశిష్ట, గౌతమి పాయలు
- అప్రమత్తమైన అధికారులు, కొనసాగుతున్న సహాయక చర్యలు

ఎగువ రాష్ట్రాల్లో కురుస్తున్న భారీ వర్షాలతో గోదావరి నది ఉగ్రరూపం దాల్చింది. వరద పోటెత్తడంతో కోనసీమ, ఉభయ గోదావరి జిల్లాలు వణికిపోతున్నాయి. స్థానికంగా వర్షాలు తగ్గుముఖం పట్టినా, మహారాష్ట్ర, తెలంగాణ, కర్ణాటకల నుంచి భారీగా వస్తున్న వరద నీటితో గోదావరి ప్రమాదకర స్థాయిలో ప్రవహిస్తోంది. దీంతో లంక గ్రామాలు నీట మునిగి, ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు. కోనసీమ జిల్లాలోని అనేక లంక గ్రామాలు బాహ్య ప్రపంచంతో సంబంధాలు కోల్పోయాయి. ముమ్మిడివరం నియోజకవర్గంలోని

(మిగతా 2వ పేజీలో)

హృదయాలను హత్తుకునే అపురూప బంధం స్నేహం.!

- కాలంతో చెరిగిపోని మధుర జ్ఞాపకమే స్నేహం.!

వార్త మిర్రర్ తెలంగాణ స్టేట్ బ్యూరో బడి గడపలో మొదలై.. కాలేజీ మెట్లు ఎక్కి యూనివర్సిటీ దారుల్లో పయనిస్తూ జీవితాంతం నీడలా వెంటే ఉండి ఏకైక బంధం స్నేహం.! ఎక్కడో అనుకొని సంఘటన ద్వారా పరిచయమై మనసారా పంచుకునే మాటలతో విడదీయరాన్ని బంధంగా మారేది నిజమైన స్నేహమంటే.! పరిసర ప్రాంతాల్లో ఆటలాడుతూ– పాటలు పాడుతూ– ఇంట్లోని వ్యక్తిలా ఎదిగే సావాసాలైనా కాలక్రమమైన బాధ్యతల రీత్యా దూరమైన ఆ జ్ఞాపకాల పరిమళం స్నేహితులు పని భారం వల్ల దూరమైన స్నేహితుల దినోత్సవం రోజు మాత్రం తప్పకుండా కలవాలని తపన ప్రతి ఒక్కరిలోనూ కనిపిస్తుంది లేకపోయినా మిత్రులను నిందించకుండా వచ్చిన వారందరూ కలిసి వారిని గుర్తు చేసుకుంటారు. "ఆనందించడమే అసలైన స్నేహానికి నిదర్శనం" కులాలు, మతాలు, ఆస్తులు, అంతస్తులతో సంబంధం లేకుండా అందరిని సమానంగా చూసే ఏకైక వేదిక స్నేహం మాత్రమే ఈ బంధంలో "బావ, మామ, అన్న ,తమ్ముడు, బాబాయ్ వంటి ఆప్యాయతమైన పిలుపులన్నిటికీ బంధుత్వాల కంటే ఎక్కువ విలువ ఉంటుంది" అదే స్నేహమంటే

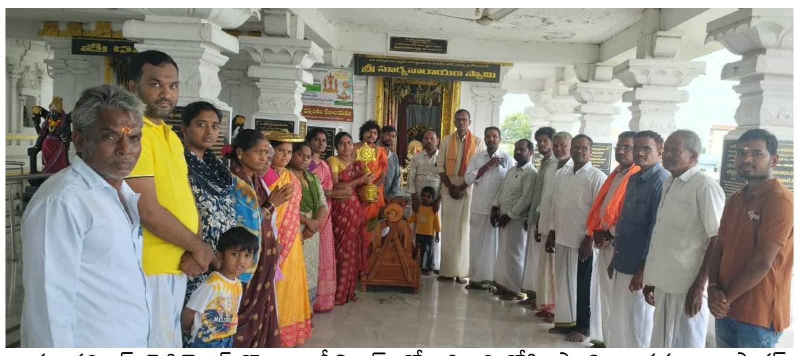
శాసనసభ్యులు కోమటిరెడ్డి రాజ్ గోపాల్ రెడ్డి సహకారంతో ఎల్ఓసిని అందజేసిన

- సర్పంచ్ ఉప్పల విజయలక్ష్మి లింగస్వామి

సంస్థాన్ నారాయణపురం ఆగస్టు 02(వార్త మిర్రర్) నారాయణపురం గ్రామానికి చెందిన నిరుపేద కుటుంబశీ ఎండి ఉమర్ ఫరూఖ్ కూతురు చిన్నారి నబీల ఫైర్దౌస్ మెదడులో రక్తం గడ్డకట్టడంతో నిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న విషయం సర్పంచ్ ఉప్పల విజయలక్ష్మి లింగస్వామి ద్వారా తెలుసుకున్న మునుగోడు శాసనసభ్యులు కోమటిరెడ్డి రాజ్ గోపాల్ రెడ్డి తక్షణసాహంగా 2,50,000 రూపాయలు ఎల్ఓసిని సర్పంచ్ ఉప్పల విజయలక్ష్మి లింగస్వామి చేతుల మీదుగా కుటుంబ సభ్యులకు ఈరోజు నారాయణపురం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో అందజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ సర్పంచ్ కోన్ రెడ్డి నర్సింహ, గ్రామ శాఖ కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు బద్దుల మురళి యాదవ్, ప్రధాన కార్యదర్శి చిలివేరు రమేష్, సహాయ కార్యదర్శి రేవనపల్లి గోపాల్, 13వ వార్డు సభ్యుడు మందుగుల బాలకృష్ణ, మాజీ వార్డ్ నెంబర్లు ఉప్పరగొని యాదయ్య, ఎండి ముస్తఫా ఖాన్, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు రాచకొండ రమేష్ బాబు, మారగోని శంకర్ గౌడ్, దుర్గం వెంకటేష్, యాస లింగారెడ్డి, ఎండి అడ్డు , అజుముద్దీన్, వజీత్, సోహెల్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

చవితి పర్వదినం పురస్కరించు కొని ప్రత్యేక పల్లకి సేవ..

- స్వామి వారికి పంచామృత అభిషేకం, ముడుపు సమర్పణ
- ఉచిత అమృత నిర్గుండి కశాయం వితరణ



వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 2 ఆదివారం భానువాసరే ఆషాడ మాసం శుక్ల పక్షం చవితి పర్వదినం సందర్భంగా శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి ఉషా చాయ సమేత శ్రీ సూర్య నారాయణ స్వామి వారికి పంచామృత అభిషేకం సూర్య భగవానుని విశిష్టత : ఆదివారం సూర్య భగవానుని ప్రత్యేక దినం ఆదివారం హిందూ సాంప్రదాయంలో సూర్య భగవానుని (సూర్యుని)కి అంకితమైన పవిత్రమైన రోజు. ఈ రోజు సూర్యదేవుని ఆరాధించడం వల్ల ఆరోగ్యము, ఆయుష్మానుభవం, విజయం, ధనం, ప్రసిద్ధి లభిస్తాయని విశ్వాసం ఉంది. తదియ పర్వదినం పురస్కరించుకొని శ్రీ సూర్య ధన్వంతరి దేవాలయములో శ్రీ సూర్య భగవానుకి, ప్రత్యేక పూజల అనంతరం ప్రత్యేక పల్లకి సేవ నిర్వహించడం జరిగినది. తదనంతరం అమృత నిర్గుండి కశాయం ఉచిత వితరణ చేయడం జరిగినది. తదనంతరం సూర్య భగవాన్ కు భక్తులు ముడుపులు కట్టారు. ఇట్టి కార్యక్రమములో ఫౌండర్ అండ్ ఛైర్మెన్ డాక్టర్ వడ్ల గట్ల రాజన్న, వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ వొద్నాల శ్రీనివాస్, కోశాధికారి గోపి–స్వాతి, భారతల రాజసాగర్, యాంసాని శంకరయ్య, వేముల రాజేష్, ఎలిమేళ్ల సత్యనారాయణ, రెడ్డి, గంగమ్మ, నాగభూషణం అర్చకులు శ్రీహరి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లోకకళ్యాణం -- సనాతన ధర్మ పరిరక్షణకు శ్రీరామ హృదయ కలశ యాత్ర

శ్రీరామ' నామస్మరణతో బియ్యం గింజలు సమర్పించిన ప్రజా ప్రతినిధులు, భక్తులు...
ఇటిక్యాలలో భక్తిశ్రద్ధల మధ్య ఘనంగా శ్రీరామ హృదయ కలశ యాత్ర

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 2

లోకకళ్యాణం, ధర్మ సంస్థాపన, సనాతన ధర్మ పరిరక్షణ లక్ష్యంగా నిర్వహిస్తున్న శ్రీరామ హృదయ కలశ యాత్ర జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలం ఇటిక్యాల గ్రామానికి వికాసతరంగిణి ఆధ్వర్యంలో సర్పంచ్ నీరటి శ్రీనివాస్, జగిత్యాల జిల్లా ఆత్మ చైర్మన్ కాటిపెల్లి గంగారెడ్డి, ఉపసర్పంచ్ నాగిరెడ్డి సాయిరెడ్డి, వీడీసీ చైర్మన్, భజన మండలి అధ్యక్షుడు అనుపురం లింబాద్రి గౌడ్, బద్దం మహేందర్ రెడ్డి, మాజీ సర్పంచ్ లు సామల్ల వేణులావణ్య, మరిపెల్లి నారాయణ గౌడ్, డాక్టర్ రఘునాథ్, వికాస తరంగిణి బాధ్యులు వేల్పుల స్వామి యాదవ్, వార్డు సభ్యులు, అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాల చైర్మన్ తాలుక లావణ్య, మహిళలు ఘనంగా స్వాగతించి "జై శ్రీరామ్", "శ్రీరామ జయరామ జయ జయ రామ్" నామస్మరణలతో కలశాన్ని శ్రీ వేంకటేశ్వరస్వామి దేవాలయానికి చేర్చారు. ఆలయ అర్చకులు మరింగంటి రామకృష్ణమాచార్యులు శ్రీరామ అష్టోత్తర శతనామావళితో శ్రీరామ హృదయ కలశానికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించి ప్రజా ప్రతినిధులు, భక్తులచే "శ్రీరామ" నామస్మరణ చేయిస్తూ బియ్యం గింజలను కలశంలో వేయించారు. ప్రత్యక్ష శ్రీరామ ప్రభువుకు ప్రతీకగా భావించే ఆ కలశాన్ని స్పృశించి నమస్కరించి శ్రీరాముని అనుగ్రహాన్ని పొందారు. కలశ ఆగమనంతో గ్రామమంతా భక్తి పారవశ్యంతో కళకళలాడింది. అనంతరం భక్తులకు తీర్థప్రసాదాలను పంపిణీ చేశారు. శ్రీశ్రీశ్రీ త్రిదండి చిన్న శ్రీమన్నారాయణ జీయర్ స్వామివారి సప్తతి 70,వ తిరునక్షత్రం సంలర్భంగా లోకకళ్యాణార్థం, వర్షాలు సమృద్ధిగా పడాలని, భారతదేశానికి అజేయమైన శక్తికలిగి విశ్వగురువు గా భారత్ ఎదగాలని, దేశంపై దేశద్రోహుల, శత్రు దేశాల కుతంత్రాలు పటాపంచలై సుస్థిరమైన ధర్మస్థాపన జరగాలని, ధర్మపాలకులకు రక్షణ కలగాలనే అనేక సంకల్పాతో వికాస తరంగిణి ఆధ్వర్యంలో శ్రీరామ హృదయ కలశ యాత్ర నిర్వహిస్తున్నట్లు వికాస తరంగిణి బాధ్యులు వేల్పుల స్వామి యాదవ్ అన్నారు. రాయికల్ మండలంలోని అన్ని గ్రామాల దేవాలయాల్లో రోజుకో గ్రామంలో శ్రీరామ హృదయ కలశానికి ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహిస్తామని తెలిపారు. అనంతరం అన్ని కలశాలను హైదరాబాద్ ఆశ్రమానికి తీసుకెళ్లి, శ్రీశ్రీశ్రీ త్రిదండి చిన్న జీయర్ స్వామివారి సప్తతి (70వ) తిరునక్షత్ర మహోత్సవాల సందర్భంగా దివ్యసాకేతంలో సాకేత శ్రీరాముడికి 1008 శ్రీరామ హృదయ కలశాలతో శ్రీరామచంద్రమూర్తికి చిన్న జీయర్ స్వామివారు మహాభిషేకం నిర్వహిస్తారని అన్నారు. ఈ మహోన్నత పుణ్యకార్యంలో దేవాలయ కమిటీ సభ్యులు, సర్పంచులు, గ్రామ పెద్దలు, భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని విజయవంతం చేయాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమం లో కొల్లూరి వేణు, ప్రెస్ క్లబ్ బాధ్యులు అనుపురం లింబాద్రి గౌడ్, గన్నవరం గంగాధర్, బయ్యని అంజి, నాగిరెడ్డి, హిమవతి, రొట్టె శ్రీధర్, సంతోష్, అనంతస్వామి, అమ్మ ఆదర్శ పాఠశాల చైర్మన్ తాలుక లావణ్య, హిమవతి, చంద రాధ, సృజన, శైలజా, భక్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

స్నేహితుల దినోత్సవం వేళ ఆత్మీయ సమ్మేళనం

గురువులకు ఘన సన్మానం
:సిల్వర్ జూబ్లీ వేడుకల్లో విశ్వశాంతి పూర్వ విద్యార్థుల ఆత్మీయత

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 2:

స్నేహితుల దినోత్సవం సందర్భంగా రాయికల్ పట్టణంలోని విశ్వశాంతి హైస్కూల్ లో 2000–2001 విద్యా సంవత్సరంలో పదో తరగతి పూర్తి చేసిన పూర్వ విద్యార్థులు సిల్వర్ జూబ్లీ వేడుకలను ఆదివారం ఆర్ఆర్ కన్వెన్షన్ హాల్లో ఘనంగా నిర్వహించారు. 25 ఏళ్ల తర్వాత ఒకే వేదికపై కలుసుకున్న పూర్వ విద్యార్థులు చిన్ననాటి మధుర జ్ఞాపకాలను నెమరువేసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా తమకు విద్యా బుద్ధులు నేర్పిన ఉపాధ్యాయులను పూర్వ విద్యార్థులు శాలువాలు, మెమొంటోలతో ఘనంగా సత్కరించారు. గురువులను సన్మానిస్తూ వారి ఆశీస్సులు పొందారు. అనంతరం పూర్వ విద్యార్థులు ఒకరినొకరు ఆత్మీయంగా పలకరించుకుంటూ ఆనందాన్ని పంచుకున్నారు. ఆట పాటలు, సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలతో వేడుకలను ఉత్సాహంగా నిర్వహించారు. పాఠశాల వ్యవస్థాపకులు, ప్రిన్సిపాల్ మచ్చ గంగాధర్ మాట్లాడుతూ 25 ఏళ్ల క్రితం తమ వద్ద విద్యాభ్యాసం చేసిన విద్యార్థులు నేడు వివిధ రంగాల్లో స్థిరపడటం ఆనందంగా ఉందన్నారు. ఇన్నేళ్ల తర్వాత కూడా పాఠశాల, గురువులు, స్నేహితులతో ఉన్న అనుబంధాన్ని గుర్తుచేసుకుని సిల్వర్ జూబ్లీ నిర్వహించుకోవడం అభినందనీయమన్నారు. గురువుల ఆశీస్సులు, పాఠశాలలో నేర్చుకున్న క్రమశిక్షణ, విలువలు విద్యార్థుల జీవితాల్లో ఎప్పటికీ మార్గదర్శకంగా నిలుస్తాయని పేర్కొన్నారు. గురువుల సత్కారం, మిత్రుల కలయికతో సిల్వర్ జూబ్లీ వేడుకలు ఆత్మీయంగా, ఆనందోత్సాహాలతో సాగాయి. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు రామ్ రెడ్డి, వేణుగోపాల్, శేఖర్, సురేష్, భూమేశ్వర్, రవీందర్ రావు, భూమయ్య, పూర్వ విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కన్నుల పండువగా ఆషాడ గోరింటాకు వేడుకలు

వార్త మిర్రర్ రాయికల్ ప్రతినిధి ఆగస్టు 2

జగిత్యాల జిల్లా రాయికల్ మండలంలోని ఇటిక్యాల గ్రామంలో ఆదివారం రోజున పద్మశాలి మహిళా సేవా సంఘం ఆధ్వర్యంలో గోరింటాకు వేడుకలను ఆదివారం వైభవంగా జరుపుకున్నారు. పచ్చని గోరింటాకుతో చేతులు అలంకరించుకుని, సంప్రదాయ పాటలతో, చిరునవ్వులతో మహిళలు ఈ వేడుకను కన్నులపండుగగా నిర్వహించారు. ఆషాడ సంబరాలు గ్రామమంతా సందడిగా కనిపించాయి. ఈ సందర్భంగా సంఘం సభ్యులు మాట్లాడుతూ "ఆషాడంలో గోరింటాకు పెట్టుకోవడం మన తెలుగు ఆడబిడ్డల సంప్రదాయమని, ఇలాంటి వేడుకలు అక్కాచెల్లెళ్ల మధ్య అనుబంధాన్ని, ఐక్యతను మరింత బలపరుస్తాయి" అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సంఘ అధ్యక్షురాలు భోగ అనూష, ఉపాధ్యక్షురాలు మచ్చ లలిత, కోశాధికారి సాంబారి పవిత్ర, కార్యవర్గ సభ్యులు, మహిళలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చైనాలో తుపాను బీభత్సం

నౌల్ తుపాను ధాటికి 10 మంది మృతి
గంటకు 162 కి.మీ. వేగంతో ఈదురుగాలులు
భారీ వర్షాలతో వరదల ముప్పు
గ్వాంగ్‌డాంగ్‌లో రైలు, విమాన సేవలు నిలిపివేత
జనజీవనం పూర్తిగా స్తంభించిన పరిస్థితి
బావి తుపాను కంటే తీవ్ర ప్రభావమని చైనా వెల్లడి

బీజింగ్: చైనాలో నౌల్ తుపాను తీవ్ర బీభత్సం సృష్టిస్తోంది. భారీ వర్షాలు, ఈదురుగాలుల కారణంగా పలు ప్రాంతాలు అతలాకుతలమయ్యాయి. వరదల ధాటికి గన్సు సీనిక్ ప్రాంతంలో కనీసం 10 మంది మృతి చెందినట్లు ప్రభుత్వ మీడియా వెల్లడించింది. తుపాను ప్రభావంతో పలు ప్రాంతాల్లో నదులు, వాగులు పొంగిపొర్లుతుండగా సహాయక చర్యలను అధికారులు ముమ్మరం చేశారు. ఇటీవల చైనాను ప్రభావితం చేసిన బావి తుపాను కంటే నౌల్ తుపాను మరింత శక్తిమంతమైందని అధికారులు తెలిపారు. తుపాను ప్రభావంతో గంటకు 162 కిలోమీటర్ల వేగంతో ఈదురుగాలులు వీచినట్లు పేర్కొన్నారు. గ్వాంగ్‌డాంగ్ ప్రాంతంలో భద్రతా కారణాల దృష్ట్యా హైస్పీడ్ రైలు సేవలు, విమాన సర్వీసులను తాత్కాలికంగా నిలిపివేశారు. దీంతో వేలాది మంది ప్రయాణికులు ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. పలు ప్రాంతాల్లో విద్యుత్ సరఫరా, రవాణా వ్యవస్థలు దెబ్బతినగా జనజీవనం స్తంభించింది. తుపాను ప్రభావం కొనసాగే అవకాశం ఉండటంతో ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు హెచ్చరించారు. వరద ప్రభావిత ప్రాంతాల్లో సహాయక బృందాలు సహాయ చర్యలు కొనసాగిస్తున్నాయి.

పరీక్షల సంస్కరణలకు హైపవర్ టాస్క్‌ఫోర్స్

ఈ కమిటీ సిఫార్సులు చేస్తుందని ఆయన తెలిపారు. టాస్క్‌ఫోర్స్ నివేదిక ఆధారంగా జాతీయ స్థాయి పరీక్షల నిర్వహణలో సమూల మార్పులు చేపడతామని ప్రధాని వెల్లడించారు. ప్రశ్నపత్రాల లీకేజీలను పూర్తిగా అరికట్టేందుకు కఠిన చట్టాన్ని తీసుకొస్తున్నామని, దీనికి సంబంధించిన బిల్లును సోమవారం పార్లమెంట్‌లో ప్రవేశపెడతామని చెప్పారు. పరీక్షల నిర్వహణలో అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగించి భద్రతను మరింత బలోపేతం చేస్తామని స్పష్టం చేశారు. ఈ టాస్క్‌ఫోర్స్‌లో నందన్ నీలేకనితో పాటు ఇస్రో మాజీ ఛైర్మన్ ఎస్. సోమనాథ్, ఇంటెలిజెన్స్ బ్యూరో మాజీ డైరెక్టర్ తపన్ డేకా, ఐఐటీ మద్రాస్ డైరెక్టర్ వి. కామకోటి, కేంద్ర విద్యాశాఖ మాజీ కార్యదర్శి అనితా కర్వాల్, పరిపాలనా నిపుణుడు అమృత్‌లాల్ మీనా సభ్యులుగా ఉంటారు. కమిటీ ప్రధానంగా ఎన్‌టీఏ పరీక్షల నిర్వహణ వ్యవస్థను పునర్వ్యవస్థీకరించడం, పరీక్షల భద్రతను సాంకేతికంగా బలోపేతం చేయడం, ప్రశ్నపత్రాల లీకేజీలు, అక్రమాలను అరికట్టేందుకు కొత్త విధానాలు రూపొందించడం, డిజిటల్ భద్రత, అభ్యర్థుల ధ్రువీకరణ, డేటా రక్షణకు అత్యాధునిక సాంకేతిక పరిష్కారాలను సూచించడం వంటి అంశాలపై దృష్టి సారించనుంది. భవిష్యత్తులో జాతీయ స్థాయి పరీక్షలు పారదర్శకంగా, విశ్వసనీయంగా నిర్వహించేందుకు సమగ్ర కార్యాచరణను కూడా ప్రభుత్వం రూపొందించనున్నట్లు ప్రధాని మోదీ వెల్లడించారు.

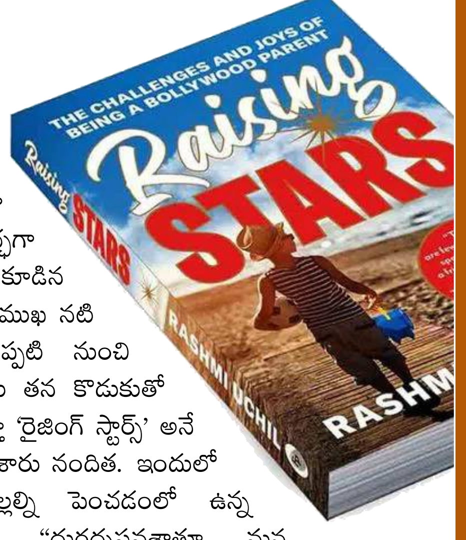
యువశక్తికి రాజకీయాల్లో చోటివ్వాలి

పట్టించుకోలేదని, చివరకు యువత వీధుల నుంచి పార్లమెంట్ వరకు తమ నిరసనను తెలియజేయడంతో కేంద్రం వెనక్కి తగ్గాల్సి వచ్చిందని పేర్కొన్నారు. నీట్ ప్రశ్నపత్రాల లీకేజీ కారణంగా విద్యార్థులను కోల్పోయిన కుటుంబాలకు కేంద్ర ప్రభుత్వం ఆర్థిక సహాయం అందించాలని, ఆందోళనల్లో పాల్గొన్న విద్యార్థులపై నమోదైన అన్ని కేసులను వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. అలాగే ఈ పరిణామాలపై ప్రధాని దేశ యువతకు క్షమాపణ చెప్పాలని కోరారు. ప్రస్తుతం ప్రపంచవ్యాప్తంగా 21 ఏళ్ల యువత ఐఏఎస్, ఐపీఎస్‌లుగా, అంతర్జాతీయ సంస్థల్లో కీలక బాధ్యతలు నిర్వహిస్తున్నారని గుర్తుచేసిన సీఎం, అలాంటి యువతకు దేశ రాజకీయాల్లో కూడా అవకాశం కల్పించాల్సిన సమయం వచ్చిందన్నారు. లోక్‌సభ, శాసనసభ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసే కనీస వయసును 25 నుంచి 21 ఏళ్లకు, శాసనమండలి, రాజ్యసభ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసే వయసును 30 నుంచి 25 ఏళ్లకు తగ్గించాలని సూచించారు. ఈ అంశంపై తెలంగాణ అసెంబ్లీ, మండలిలో తీర్మానం చేసి కేంద్రానికి పంపనున్నట్లు వెల్లడించారు. పార్లమెంట్‌లో సీట్ల పెంపు, నియోజకవర్గాల పునర్విభజన, మహిళా రిజర్వేషన్‌తో పాటు ఎన్నికల్లో పోటీ చేసే వయోపరిమితి తగ్గింపుపై సమగ్ర చర్చ జరగాలని సీఎం అభిప్రాయపడ్డారు. అవసరమైతే అన్ని రాజకీయ పక్షాలు, సంబంధిత వర్గాల అభిప్రాయాలను సేకరించేందుకు సంయుక్త పార్లమెంటరీ కమిటీని ఏర్పాటు చేయాలని సూచించారు. యువతకు నిర్ణయాధికారంలో చోటు కల్పించినప్పుడే దేశ ప్రజాస్వామ్యం మరింత బలోపేతమవుతుందని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

మూడేళ్లలో కొత్తపల్లి రైల్వే ప్రాజెక్టు పూర్తి

2028 జూన్ నాటికి వేములవాడ రైల్వే స్టేషన్‌ను ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకువస్తామని తెలిపారు. 2029 నాటికి మొత్తం కొత్తపల్లి రైల్వే ప్రాజెక్టును పూర్తిచేసి రైళ్ల రాకపోకలు ప్రారంభిస్తామని స్పష్టం చేశారు. కొమురవెల్లి రైల్వే స్టేషన్ ప్రారంభం చారిత్రక ఘట్టమని పేర్కొంటూ, ఇది ఆలయానికి వచ్చే భక్తులకు ఎంతో సౌకర్యం కల్పిస్తుందని అన్నారు. సికింద్రాబాద్–యాదగిరిగుట్ట మధ్య ఎంఎంటీఎస్ రైల్వే మార్గం నిర్మాణానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం భూసేకరణ ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తే వెంటనే పనులు ప్రారంభిస్తామని కిషన్‌రెడ్డి వెల్లడించారు. తెలంగాణలో ప్రస్తుతం సుమారు రూ.48 వేల కోట్ల వ్యయంతో పలు రైల్వే అభివృద్ధి పనులు కొనసాగుతున్నాయని, కేంద్ర ప్రభుత్వం రాష్ట్రాల మధ్య ఎలాంటి వివక్ష లేకుండా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు అమలు చేస్తోందని చెప్పారు. దేశంలో ప్రతిపాదిత బుల్లెట్ రైలు మార్గాల్లో తెలంగాణకు అనుసంధానం లభించడం రాష్ట్ర అభివృద్ధికి ఉపయోగపడుతుందని వివరించారు. కేంద్ర హోంశాఖ సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ మాట్లాడుతూ కొమురవెల్లి భక్తుల చిరకాల కోరిక నెరవేరిందన్నారు. రైల్వే స్టేషన్‌తో ఆలయ అభివృద్ధి, పర్యాటక రంగానికి మరింత ఊతం లభిస్తుందని చెప్పారు. కార్యక్రమంలో ఎంపీలు రఘునందన్‌రావు, చామల కిరణ్‌కుమార్‌రెడ్డి, మాజీ గవర్నర్ దత్తాత్రేయ, రాజ్యసభ సభ్యుడు కె.లక్ష్మణ్, ఎమ్మెల్యే పల్లా రాజేశ్వర్‌రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో ప్రొటోకాల్ అంశంపై స్వల్ప ఉద్రిక్తత చోటుచేసుకోగా, ఎమ్మెల్యేకు తగిన ప్రాధాన్యం కల్పించలేదని బీఆర్ఎస్ నాయకులు నిరసన వ్యక్తం చేశారు.

అబ్బాయిల్ని పెంచడం ఎలా?



అమ్మాయిల్ని మాత్రమే కాదు, అబ్బాయిల్ని కూడా ఆత్మ విశ్వాసంతో, స్వేచ్ఛగా పెంచడం సవాలుతో కూడిన వ్యవహారమే అంటారు ప్రముఖ నటి నందితా దాస్. పుట్టినప్పటి నుంచి ఎనిమిదేండ్లు వచ్చే వరకు తన కొడుకుతో అనుభవాలను క్రోడీకరిస్తూ 'రైజింగ్ స్టార్స్' అనే పుస్తకంలో ఓ వ్యాసం రాశారు నందిత. ఇందులో బాలీవుడ్ అమ్మలు పిల్లల్ని పెంచడంలో ఉన్న సవాళ్లను చర్చించారు. "దురదృష్టవశాత్తూ మన సామాజిక నిర్మాణమే లైంగిక వివక్షను ప్రోత్సహించేలా ఉంది. బొమ్మల దుకాణాల్లోకి వెళ్తే పాపలకు, బాబులకు వేర్వేరు సెక్షన్లు ఉంటాయి. ఏ కారణంతో అయినా అబ్బాయి ఏడిస్తే.. 'అమ్మాయిలా ఏంటా కన్నీళ్లు?' అని తిట్టేస్తారు. అమ్మాయి కాస్త నిర్లక్ష్యంగా కనిపిస్తే.. 'మగరాయుడిలా ఉండొద్దు' అని తలంటుతారు. దీనికి పరిష్కారంగా.. పిల్లలకు జెండర్ సెన్సిటివిటీని పరిచయం చేయాలి. అబ్బాయిలతోనూ ఇంటి పని చేయించాలి. దీనివల్ల అమ్మాయిల్ని గౌరవించడం అలవాటు అవుతుంది. పెద్దయ్యాక పనిలో జీవితభాగస్వామికి సాయపడతారు. అనుబంధాలు బలపడతాయి. సరైన మార్గదర్శకత్వం ఉంటేనే పిల్లల్లో సమతూకం ఏర్పడుతుంది. పిల్లలకు పర్యవేక్షణతో

'కరకరలాడే బిస్కెట్లు' ఇక మీ సొంతం!

'మనం తినేవాటిలో అనేక పదార్థాలుంటాయి. అందులో మెత్తవైనా ఉండొచ్చు, గట్టివిగానూ ఉండొచ్చు. అయితే అప్పడాలు, బిస్కెట్లలో చాలామటుకు కరకరలాడే వాటినే ఇష్టపడుతుంటాం. బిస్కెట్లను తీసుకున్నట్లయితే వీటిలో కూడా చాలా రకాలుంటాయి. మనకు ఇష్టమైనటువంటి కొన్ని రకాల బిస్కెట్లలో ఈ కరకరలాడే బిస్కెట్లు తోడైతే ఆ రుచి, అనుభూతియే వేరు. మరెందుకు ఆలస్యం వాటిని గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం!'

కరకరలాడాలంటే..

బిస్కెట్లు మెత్తగా అవ్వకుండా కరకరలాడాలంటే ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోండి! ప్లాస్టిక్, అల్యుమినియం డబ్బాలు, గాజు పాత్రల్లో బిస్కెట్లు, కుకీలను నిల్వచేయాలి. గాలి చొరబడకుండా పెడితే ఎక్కువరోజులపాటు క్రిస్పీగా ఉంటాయి. డబ్బాల్లో నిల్వచేసేటప్పుడు అడుగు భాగంలో రెండుమూడు వరుసల్లో టిష్యుపేపర్లు వేసి తరువాత బిస్కెట్లు పెట్టాలి. బిస్కెట్లపైన మరో రెండు వరుసల్లో టిష్యూపేపర్లు వేసి పైన బిస్కెట్లు పెట్టాలి. ఇలా నిండుగా పెట్టి గాలిచొరబడకుండా మూత పెట్టాలి. జిప్‌లాక్ పౌచ్‌లలో నిల్వచేస్తే కూడా కుకీలు తాజాగా ఉంటాయి. గాలి చొరబడని డబ్బాలు, జిప్‌లాక్ పౌచ్‌లను రిఫ్రిజిరేటర్‌లో పెడితే మరిన్ని రోజులు బిస్కెట్లు తాజాగా ఉంటాయి. అనుకో కుండా సరిగా నిల్వచేయనప్పుడు మెత్తబడిన కుకీలను అవెన్ లేదా ఎయిర్‌ఫ్రైయర్‌లో ఉంచి వేడిచేస్తే మళ్లీ క్రిస్పీగా మారతాయి, వీటిని కూడా నిల్వచేసుకోవచ్చు.

టమాటాలు ఫ్రిజ్‌లో పెడుతున్నారా?

సాధారణంగా టమాటాలు ఎక్కువ రోజులు నిల్వ ఉండవు. ఫ్రిజ్‌లో పెడితే కనీసం ఓ వారం అయినా వాడుకోవచ్చు. అందులో అయితే కనీసం నాలుగురోజుల వరకు పాడవ్వకుండా కాపాడుకునే వెసులుబాటు ఉంటుంది. అయితే ఇలా ఫ్రిజ్‌లో పెట్టడం అస్సలు మంచిది కాదంటున్నారు శాస్త్రవేత్తలు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ ఫ్రిజ్‌లో పెట్టొదని హెచ్చరిస్తున్నారు కూడా. ఫ్రిజ్‌లో పెట్టడం వల్ల ఏం జరుగుతుందో దాని వల్ల ఎలాంటి సమస్యలు వస్తాయో సవివరంగా వెల్లడించారు.

ఎందుకు పెట్టకూడదంటే..

ఫ్రిజ్‌లో పెడితే టమాటాలు ముందుగా వాటికుండే సహజసిద్ధమైన రుచిని కోల్పోతాయని చెబుతున్నారు పరిశోధకులు. 39 డిగ్రీల చల్లటి ఉష్ణోగ్రతలో ఉన్న టమాటాల్లో వాటికి సహజంగా ఉండే వాసన ఎలా కోల్పోతుంది పరిశోధనలో వెల్లడైంది. ఒకటి రెండు రోజులు ఫ్రిజ్‌లో ఉంటే పర్లేదు గానీ చాలా రోజులు ఫ్రిజ్‌లో ఉంటే మాత్రం టమాటకు ఉన్న సహజ లక్షణం కోల్పోతుందని చెప్పారు. అలాగే దాని డీఎన్ఏ మిథైల్ సంశ్లేషణలో మార్పులు వస్తాయని అన్నారు. మిథైలేషన్ అనేది మిథైల్ సమూహంగా పిలిచే అణువుల సమూహం. జీవి డీఎన్ఏకి అనుగుణంగా పనితీరును మార్చే ప్రక్రియ ఇది కీలకం. జన్యు వ్యక్తీకరణను నియంత్రించడంలో మిథైలేషన్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది సక్రమంగా లేకపోతే అసాధారణ వ్యాధుల వచ్చేందుకు దారితీస్తుంది. ఎప్పుడైతే సుదీర్ఘకాలం రిఫ్రిజిరేటర్‌లో టమోటాలు ఉంచుతామో వాటి లోపల ఉన్న జెల్లీ విరిగిపోతుంది. దీని కారణంగా ఇది మృదువుగా మారుతుంది. ఒకరకంగా చెప్పాలంటే లోపలంతా జ్యూసీగా అయిపోతుంది. దీన్ని ఆహారంగా తీసుకోవడం అంత మంచిది కాదు. టమాటాలు పండినప్పుడు ఇథిలిన్‌ను విడుదల చేస్తాయి. ఐతే ఫ్రిజ్‌లోని చల్లదనం కారణంగా టమాటాల్లో ఇథిలిన్ ఉత్పత్తిని నిలిచిపోతుంది.. దీంతో టమాటాలు రుచిని కోల్పోయి పుల్లగా మారిపోతాయి. అందువల్ల వాటిని ఎల్లప్పుడూ గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద నిల్వ చేయడమే మంచిది. టమాటాలు పండినప్పుడు ఇథిలిన్‌ను విడుదల చేస్తాయి. ఐతే రిఫ్రిజిరేటర్‌లోని చల్లదనం ఈ ఇథిలీన్ ఉత్పత్తిని నిలిపేస్తుంది. ఇది టమోటాలు రుచిని కోల్పోవడానికి లేదా పుల్లగా మారడానికి కారణమవుతుంది. కాబట్టి టమోటాలు ఎల్లప్పుడూ గది ఉష్ణోగ్రత వద్ద నిల్వ చేయడమే మంచిదని శాస్త్రవేత్తలు సూచిస్తున్నారు. సుదీర్ఘకాలం ఫ్రిజ్‌లో ఉన్న టమాటాలు విషంతో సమానమని వాడకపోవడమే మంచిదని చెబుతున్నారు. కాగా, తాము ప్రస్తుతం చల్లదనంలో కూడా టమాటాలు రుచిని కోలపోకుండా ఉండేలా

కడిగిపారేద్దాం!

కూరగాయలు, పండ్లకు అంటిన పురుగు మందులను వదిలించేందుకు రకరకాల యంత్రాలు మార్కెట్‌లోకి వస్తున్నాయి. నిజానికి, నీటితోనే 90 శాతం శుభ్రత సాధ్యం.

కూరగాయలకు అంటిన రసాయనాలను శుభ్రం చేయడానికి ఓ చిట్కా ఉంది. ఒక గిన్నె నీటిలో నిమ్మరసం, సోడా, ఆపిల్ సిడార్ వెనెగర్ కలపాలి. ఆ ద్రవాన్ని కూరల మీద చల్లి ఐదారు నిమిషాల తర్వాత నీటితో కడిగేస్తే చాలా ప్రయోజనం ఉంటుంది. కూరగాయల పైన తొక్క తీసేయాలి అనుకున్నప్పుడు వాటిని కడగాల్సిన పన్లేదు అని చాలామంది అభిప్రాయం. తొక్క తీసేటప్పుడు వాటికి ఉన్న సూక్ష్మక్రిములు కూరగాయల మీద పరుచుకునే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి తొక్క తీసేముందు కూడా కడగాల్సిందే. ఇంట్లో పెంచుకున్న, ఆర్గానిక్ పద్ధతిలో పండించిన కూరగాయలపై పురుగుమందులు లేకపోవచ్చు. కానీ బ్యాక్టీరియా తిష్ఠవేసే ప్రమాదం లేకపోలేదు. వాటినీ శుభ్రం చేయాల్సిందే. చాలామంది కూరగాయల్ని ఇంటికి తెచ్చుకున్న వెంటనే శుభ్రం చేసి సంతృప్తి పడిపోతారు. కానీ వాడేలోపు%ూ% వాటి మీద బ్యాక్టీరియా చేరే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి ప్రతీ కూరగాయనూ వాడేముందు మళ్లీ కడగాలి. కూరగాయలో కొంతభాగం పాడైతే%ూ% అంతవరకూ తుంచేసి వండుకోవడం మనకు అలవాటు. ఇదేమంత మంచి పద్ధతి కాదు. అలాంటివాటిని పారేయడమే మేలు. చాలామందికి పచ్చికూరగాయలు తినడం అలవాటు. శుభ్రంగా కడిగిన తర్వాత కూడా మిగిలిపోయే బ్యాక్టీరియాతో అసలుకే మోసం రావచ్చు. కాబట్టి డైటీషియన్‌ను సంప్రదించి ఏ పచ్చి కూరగాయల్ని ఎలా తినాలో తెలుసుకోవాలి. వాటినే ఆరగించాలి. నిజానికి కొన్నిటిని పచ్చిగా తినడం ఆరోగ్యకరం కాదని కూడా చెబుతారు.

మేటి మహిళ.. టేలర్ స్విఫ్ట్

టైమ్ మ్యాగజైన్ ముఖచిత్రంగా కనిపించడమే ఓ జీవితకాల విజయం, అతిగొప్ప అనుభవం. అదనంగా 'ఈ ఏటి మేటి వ్యక్తి'గా గుర్తిస్తే.. చెప్పేదేముంది? ఆ అరుదైన ఖ్యాతిని దక్కించుకున్నారు ప్రముఖ పాప్ గాయని టేలర్ స్విఫ్ట్. తన పన్నెండో ఏట అనుకోకుండా సంగీత ప్రపంచంలో అడుగుపెట్టిన టేలర్%ూ% ఆ తర్వాత వెనుదిరిగి చూడలేదు. ఆమె గాత్రానికి లోకమంతా దాసోహమంది. అందుకు తాజా సాక్ష్యం.. టేలర్ ఈ ఏడాది మొదలుపెట్టిన 'ఎరాస్ టూర్'. ఈ యాత్రలో అడ్వాన్స్ టికెట్లే 100 మిలియన్ డాలర్లను సంపాదించి పెట్టాయి. టేలర్‌ను 'పర్సన్ ఆఫ్ ది ఇయర్'గా గుర్తిస్తూ రాసిన వ్యాసంలో టైమ్ పత్రిక 'తన చరిత్రను తానే లిఖించుకున్న అరుదైన వ్యక్తి టేలర్' అని కీర్తించింది. 'ఎరాస్ టూర్' సాధారణ కచేరీ కాదు. కొన్ని గంటల పాటు ప్రేక్షకులకు ఏకబిగిన ఆటపాటలను, వినోదాన్ని అందిస్తుంది. ఈ తరహా ప్రదర్శనను

వివాదాస్పద భవంతి

పోలండ్‌లోని నోటెకా అభయారణ్యంలో ఈ భవంతి నిర్మాణం వివాదాస్పదంగా మారింది. నదిలో కృత్రిమ దీవిని ఏర్పాటు చేసుకుని, దానిపై మధ్యయుగాల శైలిలో దాదాపు ఎనిమిదేళ్లుగా నిర్మిస్తున్న ఈ భవంతి గురించిన వివరాలు ఇప్పటికీ పూర్తిగా ఎవరికీ తెలియవు. ఎవరు ఎందుకు ఈ భవంతిని నిర్మిస్తున్నారనే దానిపై అనేక వదంతులు ప్రచారంలో ఉన్నాయి. ఈ భవంతి నిర్మాణాన్ని 2015లో ప్రారంభించారు. దీని నిర్మాణం దాదాపు పూర్తయ్యే దశలో ఉంది. ఇది 2025 నాటికి పూర్తి కాగలదని అంచనా. అభయారణ్యంలో నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నిర్మిస్తున్న ఈ భవంతి గురించి జనాలకు కొంత ఆలస్యంగా తెలిసింది. దీనిపై స్థానిక పర్యావరణవేత్తలు గగ్గోలు చేయడంతో 2020లో ఏడుగురు కార్మికులను అదుపులోకి తీసుకున్నారు. ఏళ్ల తరబడి నిర్మాణం సాగుతున్నా, దీనిపై పట్టించుకోనందుకు స్థానిక గవర్నర్‌కు పదవి ఊడింది.

అయినా, ఈ భవంతి నిర్మాణం వెనుక ఎవరు ఉన్నారనేది మాత్రం స్పష్టంగా బయటపడలేదు. ఈ పరిణామాల తర్వాత కూడా ఈ భవంతి నిర్మాణం యథా ప్రకారం కొనసాగుతూనే ఉంది. ఈ భవంతి నిర్మాణానికి దాదాపు 75 మిలియన్ పౌండ్లు (రూ.78.94 కోట్లు) ఖర్చవుతుందని ఒక అంచనా. ఈ భవంతి నిర్మాణం వెనుక జాన్ కుల్సిక్ అనే పోలిష్ కోటీశ్వరుడు ఉన్నట్లు ఒక వదంతి ప్రచారంలో ఉంది.

నిజానికి అతడు ఈ నిర్మాణం ప్రారంభించే నాటికే 2015లో మరణించాడు. అయితే, తాను జీవించి ఉండగానే, మరణించినట్లు ప్రచారం చేసుకుని, తెరవెనుక ఉండి ఈ నిర్మాణం కొనసాగిస్తున్నాడనే ప్రచారం బలంగా ఉంది. పర్యావరణ నిబంధనలకు విరుద్ధంగా సాగుతున్న ఈ నిర్మాణాన్ని నిలిపివేయడానికి పోలిష్ అధికారులు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా, అవేవీ నెరవేరలేదు. అలాగే ఈ నిర్మాణం వెనుక ఎవరున్నారో, దీనిని ఏ ఉద్దేశంతో నిర్మిస్తున్నారో ఇప్పటి వరకు బయటపడకపోవడమే ఆశ్చర్యకరం.

2023లో గూగుల్‌లో అత్యధికంగా ఏ ఫుడ్ కోసం వెతికారో తెలుసా?

ఈ ఏడాది ముగింపు దశకు చేరుకుంది. మరికొన్ని రోజుల్లోనే 2024లో అడుగు పెట్టబోతున్నాం. కొత్త ఏడాదికి స్వాగతం పలకడానికి అందరూ ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాం. 2023లో ఫ్యాషన్, బ్యూటీ, ఫుడ్ విషయంలో అనేక కొత్త ట్రెండ్స్ వెలుగులోకి వచ్చాయి. ఈ ఏడాది ఫుడ్ రెసిపిల్లోనూ వెరైటీ ప్రయోగాలెన్నో చూశాం. అలా 2023లో గూగుల్‌లో అత్యధికంగా సెర్చ్ చేసిన 10 ఆహార పదార్థాలుఏంటో చూసేద్దాం.

మిల్లెట్స్

2023 సంవత్సరంలో గూగుల్‌లో అత్యధికంగా సెర్చ్ చేసిన ఆహార పదార్థాల్లో మిల్లెట్స్? పేరు ముందుంది. మిల్లెట్స్ తయారీ విధానం, దాని ప్రయోజనాలు తెలుసుకోవడానికి నెటిజన్లు ఎక్కువగా ఇంట్రెస్ట్ చూపించారు. దీనికి ప్రధాన కారణం.. ఫుడ్ అండ్ అగ్రికల్చర్ ఆర్గనైజేషన్, ఐక్యరాజ్యసమితి 2023ని అంతర్జాతీయ మిల్లెట్స్ సంవత్సరంగా ప్రకటించడమే.

అవకాడో

అవకాడో ఒక అమెరికన్ ఫ్రూట్. దీన్ని తెలుగులో వెన్నపండు అంటారు. గూగుల్‌లో అత్యధికంగా వెతిక ఆహార పదార్థాల్లో అవకాడో ఒకటి. అవకాడలో విటమిన్లు, ఖనిజాలు, పోషకాలు పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ఈ ఫ్రూట్‌కి బాగా డిమాండ్ ఉంది. అరటిపండు కంటే అవోకాడోలో ఎక్కువ పొటాషియం ఉంది. అవకాడో తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. మార్నింగ్ బ్రేక్‌ఫాస్ట్ నుంచి డిన్నర్ వరకు అవకాడోను పలు స్మూతీల్లో, సలాడ్స్‌లో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు. ఇది కాస్త కాస్ట్‌లీ అయినప్పటికీ అవకాడోలోని పోషకాలు, హెల్తీ ఫ్యాట్ ఆరోగ్యానికి ఎంతో మంచిది. ఈ కారణంగానే గూగుల్ మోస్ట్ సెర్చ్‌డ్ ఫుడ్ ఐటెమ్స్‌లో ఒకటిగా నిలిచింది.

మటన్ రోగన్ జోష్

గూగుల్‌లో ఎక్కువగా సెర్చ్ చేసిన ఫుడ్ ఐటమ్స్‌లో మటన్ రోగన్ జోష్ మూడో స్థానం దక్కించుకుంది. ఇది పాపులర్ కశ్మీరీ వంటకం. నాన్ లేదా రైస్‌తో తినే ఈ స్పైసీ ఫుడ్‌కు మంచి ఆదరణ ఉంది. ఈ ఏడాది ఎక్కవుగా సెర్చ్ చేసిన టాప్-3 ఐటెం ఇది.

కతి రోల్స్

2023లో గూగుల్‌లో ఎక్కువగా వెతికిన ఆహార పదార్థాల్లో కతి రోల్స్ నాలుగో స్థానంలో నిలిచింది. కోల్‌కతాలోని పాపులర్ స్ట్రీట్‌ఫుడ్స్‌లో ఇది ఒకటి. రోల్స్‌లో స్టఫింగ్ కోసం వెజ్ లేదా నాన్‌వెజ్‌ను ఎంచుకోవచ్చు. వీటిని చట్నీ లేదా సాస్‌తో వడ్డిస్తారు.

టిన్ట్ ఫిష్

చేపల్లో ప్రోటీన్, ఒమేగా-2 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఎక్కువగా ఉంటాయన్న విషయం తెలిసిందే. 2023లో ఎక్కువగా సెర్చ్ చేసిన వంటకాల్లో టిన్ట్ ఫిష్ కూడా ఉంది. సలాడ్,శాండ్‌విచ్, పాస్తా,,క్యాస్రోల్ వంటకాల్లో ఎక్కువగా టిన్ట్ ఫిష్‌ను ఉపయోగిస్తారు.