సోమవారం 27-5-2024

ముందడుగు

దినపత్రిక

సంపుటి: 1, సంచిక: 347, పేజీలు: 4 | ₹6

EPAPER.MUNDADUGU.COM

SIMULTANEOUSLY PUBLISHED FROM HYDERABAD | KARIMNAGAR | WARANGAL | JAGITYAL | KHAMMAM | NALGONDA | MAHABOOBNAGAR | NIZAMABAD

మీ ప్రాంతంలో జరిగే ఏలాంటి సమస్య ఐనా ముందడుగు దృష్టికి తీసుకురండి.. సమస్య పరిష్కారానికి ప్రయత్నం చేద్దాం. మీ ప్రాంతంలో మీరు ముందడుగు పౌర పాత్రికేయుడిగా పనిచెయొచ్చు.. మీ సమస్యలపై స్పందించండి..

Mundadugu whatsapp:
9491114616
email: mundadugu111@gmail.com

తల్లి పాలను విక్రయిస్తే కఠిన చర్యలు

ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా' హెచ్చరిక

ముందడుగు ఢిల్లీ:

ఎవరైనా తల్లి పాలను విక్రయిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని 'ఫుడ్ సేఫ్టీ అండ్ స్టాండర్డ్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా' హెచ్చరించింది. FSS 2006 చట్టం ప్రకారం తల్లి పాలను విక్రయించడానికి అనుమతి లేదని, వాటిని ఉపయోగించి చేస్తోన్న వ్యాపార కార్యకలాపాలను వెంటనే నిలిపివేయాలని ఆదేశించింది. తల్లి పాలను ప్రాసెస్ చేసి, విక్రయించేందుకు యత్నించే వ్యాపారులకు లైసెన్సులు జారీ చేయొద్దని కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు సూచించింది పాలిచ్చే తల్లుల నుంచి పాలను సేకరించి ఎటువంటి లాభాపేక్ష లేకుండా ప్రభుత్వం పాల బ్యాంకులను నిర్వహిస్తోందని ఎఫ్ఎస్ఎస్ఏఐ తెలిపింది. అవసరంలో ఉన్న చిన్నారులకు వాటిని అందించడం కోసం ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుంటే కొందరు వ్యాపారులు అధిక లాభాల కోసం ఆన్‌లైన్‌లో తల్లి పాలను విక్రయిస్తున్న ఘటనలు ఈ మధ్య అధికంగా వెలుగులోకి వస్తున్నాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. పాల బ్యాంకులు సాధారణంగా ఆరోగ్యకరమైన దాతల నుంచి సేకరించిన పాలను ప్రాసెస్ చేస్తాయి. వాటిని నిల్వ చేయడానికి ముందు అధికారులు పోషక పదార్థాలను తనిఖీ చేస్తారు. ఇలా నిల్వ చేసిన పాలను ప్రభుత్వ ఆసుపత్రుల్లో అవసరమైన శిశువులకు ఉచితంగా అందిస్తారు.

కల్తీ నూనెలు.. కాలం చెల్లిన వంట సామాగ్రి

వివరాలు 3లో

తెలంగాణలో గుట్కా తయారీ, విక్రయాలపై నిషేధం

డ్రగ్స్ ఫ్రీ స్టేట్ గా తెలంగాణను మార్చే ప్రయత్నం

ముందడుగు తెలంగాణ:

తెలంగాణలో డ్రగ్స్ సప్లై చేస్తున్న వారిపై, విక్రయిస్తున్న వారిపై ఉక్కుపాదం మోపుతామని చెప్పిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దానికి అనుగుణంగానే మరో సంచలన నిర్ణయం తీసుకున్నారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా గుట్కా తయారి, విక్రయాలను పూర్తిగా నిషేధిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేయడం జరిగింది.

గుట్కాలు నిషేధం..

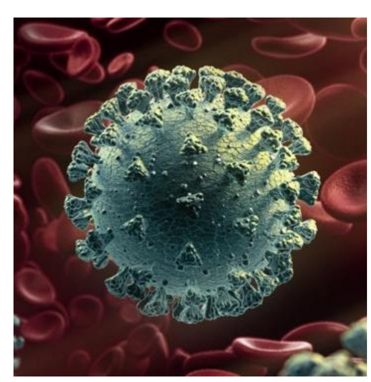
డ్రగ్స్ ఫ్రీ స్టేట్ గా తెలంగాణను మార్చేందుకు ప్రయత్నిస్తామని చెప్పిన కాంగ్రెస్ సర్కారు దాన్ని ఆచరణలో పెట్టేందుకు మరో కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ఇప్పటికే డ్రగ్స్ సప్లై చేస్తున్న వారిపై, విక్రయిస్తున్న వారిపై ఉక్కుపాదం మిగతా 2లో

దేశంలో కరోనా కొత్త వేరియంట్ కేసులు

- కేపీ.1, కేపీ.2 వేరియంట్లకు సంబంధించి 325 నమోదు
- కేంద్ర ఆరోగ్యశాఖ మంత్రిత్వశాఖ కీలక ఆదేశాలు

ముందడుగు జాతీయం:

దేశంలోని కొత్త వైరస్ కేసులు నమోదైన నేపథ్యంలో కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ కీలక మార్గదర్శకాలు జారీ చేసింది. ప్రస్తుతం వారంరోజుల పాటు దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల్లో ర్యాండమ్‌గా శాంపిల్స్ తీసుకుని సర్వే చేపట్టనున్నారు. మారిన కొవిడ్ స్వరూపం కారణంగా ప్రమాదం, ఆందోళన కలిగించే విషయం కాదని ఆరోగ్యశాఖ మంత్రిత్వశాఖ చెందిన అధికారులతో పాటు నిపుణులు పేర్కొంటున్నారు. ప్రస్తుతం జూన్ రెండోవారంలో జరిగే ర్యాండమ్ శాంపిల్ సర్వే నివేదిక ఆధారంగా తర్వాత వ్యూహాన్ని రూపొందించనున్నారు. కేంద్ర



ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖలో జరిగిన కీలక సమావేశంలో కొవిడ్ మారిన రూపం ద్వారా ప్రభావితమైన రోగులు, మిగతా 2లో

కొండ చరియల కింద 670 మంది సమాధి

వివరాలు 4లో

40 ఏళ్లు దాటితే ఈ ఆహారం తప్పనిసరి

వివరాలు 4లో

రాజస్థాన్‌లో 50 డిగ్రీలు దాటిన ఎండలు

భానుడి భగభగలకు బయటికి రాని జనాలు

వివరాలు 2లో

వాయిస్ యాప్ ద్వారా ఏడుగురు విద్యార్థినులపై అత్యాచారం

- మహిళా ప్రొఫెసర్‌గా విద్యార్థినులతో మాట్లాడిన వైనం
- బుల్డోజర్ ద్వారా నిందితుడిని ఇంటిని కూల్చివేసిన అధికారులు

వివరాలు 2లో

ముందడుగు
సోమవారం, 27-5-2024, హైదరాబాద్

తెలంగాణలో గుట్కా తయారీ, విక్రయాలపై నిషేధం

మొదటిపేజీ తరువాయి

మోపుతామని చెప్పిన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి దానికి అనుగుణంగానే మరో సంచలన నిర్ణయం తీసుకున్నారు. తెలంగాణ వ్యాప్తంగా గుట్కా తయారి, విక్రయాలను పూర్తిగా నిషేధిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేయడం జరిగింది. సర్కారు తీసుకున్న ఈ సంచలన నిర్ణయం 24 మే 2024 నుంచి అమల్లోకి వస్తుందని పేర్కొంది.రాష్ట్రంలో యువత మాదక ద్రవ్యాలు, గంజాయి, డ్రగ్స్ వంటి వారికి అలవాటు పడి జీవితాల్ని నాశనం చేసుకుంటున్నారు.

యువతపై అలాంటి ప్రభావం పడకూడదనే ఈ కీలక నిర్ణయం తీసుకున్నట్లుగా ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

స్పైస్‌జెట్ విమానాన్ని ఢీకొట్టిన పక్షి..

విమానాన్ని వెనక్కి మళ్లించి ల్యాండ్ చేశారు

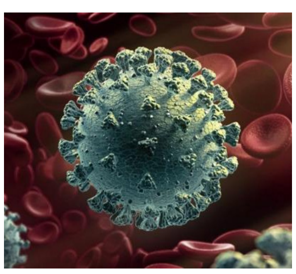
ముందడుగు ఢిల్లీ:

దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో స్పైస్‌జెట్ విమానం ఆదివారం ఢిల్లీ నుంచి లేహ్‌కు బయలుదేరింది. అయితే విమానంలోని ఒక ఇంజిన్‌ను పక్షి ఢీకొట్టింది. ఈ నేపథ్యంలో ఆ విమానాన్ని తిరిగి ఢిల్లీకి మళ్లించారు. ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో సురక్షితంగా ల్యాండ్ చేశారు. ఆ విమానంలోని ప్రయాణికులను దించివేశారు. స్పైస్‌జెట్ అధికారి ఈ విషయాన్ని ధృవీకరించారు. 'ఢిల్లీ నుంచి లేహ్‌కు టేకాఫ్ అయిన ఎస్‌జీ123 సర్వీసుకు చెందిన బీ737 విమానం ఇంజిన్ 2ను పక్షి ఢీకొట్టింది. దీంతో విమానం ఢిల్లీకి తిరిగి వచ్చింది. ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో సురక్షితంగా ల్యాండ్ అయ్యింది. ప్రయాణికులు సాధారణంగానే విమానం నుంచి దిగారు' అని ప్రకటించారు. విమానం ఎమర్జెన్సీ ల్యాండింగ్ కాకుండా సాధారణంగా ల్యాండింగ్ చేసినట్లు వివరించారు. ప్రయాణికులు, సిబ్బంది క్షేమంగా ఉన్నట్లు స్పైస్‌జెట్ అధికారి తెలిపారు.

దేశంలో కరోనా కొత్త వేరియంట్ కేసులు

మొదటిపేజీ తరువాయి

రాష్ట్రాలపై చర్చించారు. సమాచారం మేరకు.. కేపీ.1, కేపీ.2 వేరియంట్లకు సంబంధించి 325 వెలుగులోకి వచ్చాయి. ఇందులో దేశంలోని వివిధ రాష్ట్రాల్లో 34 కేపీ.1 వేరియంట్ కేసులు నమోదయ్యాయి. ఇందులో అత్యధికంగా బెంగాల్‌లోని 23 కేసులు రికార్డయ్యాయి. మహారాష్ట్రలో నాలుగు, గుజరాత్, రాజస్థాన్ ఇద్దరికి వైరస్ సోకినట్లు గుర్తించారు. కేంద్ర ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ డేటా ప్రకారం.. గోవా, హర్యానా, ఉత్తరాఖండ్‌లో కొత్త



వేరియంట్ కేసులు ఒక్కొక్కటి చొప్పున నమోదయ్యాయి. ఇక దేశంలో ఇప్పటి వరకు సుమారు 290 కేపీ.2 వేరియంట్ కేసులు నమోదవగా.. ఇందులో మహారాష్ట్ర లోనే 148 కేసులు నమోదయ్యాయి.

రాజస్థాన్‌లో 50 డిగ్రీలు దాటిన ఎండలు

ముందడుగు రాజస్థాన్:

రాజస్థాన్‌లో పగటి ఉష్ణోగ్రతలు భారీగా నమోదు అవుతున్నాయి. భానుడి భగభగలకు వృద్ధులు, పిల్లలు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. రాజస్థాన్‌లోని ఫలోడీలో గత 24 గంటల్లో 50 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదైనట్లు జైపూర్ వాతావరణ శాఖ డైరెక్టర్ రాధేశ్యామ్ శర్మ వెల్లడించారు. ఈ ఏడాది ఈ స్థాయిలో ఉష్ణోగ్రతలు నమోదు కావడం ఇదే తొలిసారి అని పేర్కొన్నారు. మూడు రోజుల క్రితం ఇదే ఫలోడీలో 49 డిగ్రీల సెల్సియస్ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదైనట్లు తెలిపారు. రాబోయే రెండు మూడు రోజుల పాటు ఈ స్థాయిలోనే ఉష్ణోగ్రతలు నమోదయ్యే అవకాశం ఉందన్నారు. 29వ తేదీ నుంచి 2 నుంచి 3 డిగ్రీల వరకు ఉష్ణోగ్రతలు తగ్గే అవకాశం ఉందని డైరెక్టర్ రాధేశ్యామ్ పేర్కొన్నారు. భారీ ఉష్ణోగ్రతలు నమోదు అవుతున్న నేపథ్యంలో దీర్ఘకాలిక వ్యాధులతో బాధపడేవారు జాగ్రత్తగా ఉండాలని సూచించారు. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు చల్లని ప్రదేశాల్లో ఉంటే మంచిదని సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లోనే బయటకు వెళ్లాలని సూచన చేశారు.

వాయిస్ యాప్ ద్వారా ఏడుగురు విద్యార్థినులపై అత్యాచారం

- మహిళా ప్రొఫెసర్‌గా విద్యార్థినులతో మాట్లాడిన వైనం
- బుల్డోజర్ ద్వారా నిందితుడిని ఇంటిని కూల్చివేసిన అధికారులు

ముందడుగు మధ్యప్రదేశ్:

స్కాలర్‌షిప్ పొందేందుకు సహాయం చేస్తానని ఒక వ్యక్తి వాయిస్ యాప్ ద్వారా మహిళా ప్రొఫెసర్‌గా విద్యార్థినులతో మాట్లాడి మోసం చేశాడు. ఏడుగురు విద్యార్థినులపై అత్యాచారానికి పాల్పడ్డాడు. ఒక బాధితురాలి ఫిర్యాదుతో నిందితుడు, అతడికి సహకరించిన వ్యక్తులను పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. మధ్యప్రదేశ్‌లోని సిధి జిల్లాలో ఈ సంఘటన జరిగింది. బ్రజేష్ కుష్వాహ నిరక్షరాస్యుడు. అయితే సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో కాలేజీ అమ్మాయిలను టార్గెట్ చేశాడు. తన వాయిస్ మార్ఫింగ్ చేసే యాప్‌ను బ్రజేష్ వినియోగించాడు. మహిళా ప్రొఫెసర్ గొంతుతో గిరిజన కాలేజీ విద్యార్థినులతో మాట్లాడాడు. స్కాలర్‌షిప్ పొందేందుకు సహాయం చేస్తానని వారిని నమ్మించాడు. తాను పంపే వ్యక్తిని కలవాలని చెప్పాడు. అనుచరులు తీసుకువచ్చిన ఆ విద్యార్థినులను అడవిలోకి తీసుకెళ్లి అత్యాచారానికి పాల్పడ్డాడు. మరోవైపు ఒక బాధితురాలు పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. నిందితుడు హెల్మెట్ ధరించడంతో గుర్తించలేదని చెప్పింది. అయితే అతడి చేతికి గ్లౌవ్స్ ధరించినట్లు క్లూ ఇచ్చింది. దీంతో దర్యాప్తు చేసిన పోలీసులు నిందితుడు బ్రజేష్ కుష్వాహ, అతడి ముగ్గురు సహచరులను శనివారం అరెస్ట్ చేశారు. గతంలో మహారాష్ట్రలోని మిల్లులో అతడు పని చేసినప్పుడు చేతులకు కాలిన గాయాలయ్యాయని, అందుకే అతడు గ్లౌవ్స్ ధరిస్తున్నాడని తెలిపారు. ఏడుగురు విద్యార్థినులపై అత్యాచారానికి పాల్పడినట్లు దర్యాప్తులో తెలిసిందన్నారు.

ఢిల్లీ అగ్ని ప్రమాదంలో ఏడుగురు శిశువులు మృతి

మరి కొంతమంది పరిస్థితి విషమం

శిశువుల మరణాలపై స్పందించిన మోడీ

ముందడుగు ఢిల్లీ:

దేశ రాజధాని ఢిల్లీలోని తూర్పు ఢిల్లీ ప్రాంతం వివేక్ విహార్‌లో ఉన్న శిశు సంరక్షణ ఆసుపత్రిలో మంటలు చెలరేగాయి. ఈ ఘటనలో ఏడుగురు నవజాత శిశువులు ప్రాణాలు కోల్పోయారు. మరో ఐదుగురికి చికిత్స అందుతోంది. వీరిలో కొంతమంది పరిస్థితి విషమంగా ఉన్నట్లు అధికారులు వెల్లడించారు.

అగ్నిమాపక సిబ్బంది వివరాల ప్రకారం శనివారం అర్ధరాత్రి ఈ దుర్ఘటన జరిగింది. సమాచారం అందిన వెంటనే వారు సంఘటనా స్థలానికి చేరుకొని మంటల్ని అదుపులోకి తెచ్చారు. మంటలు చెలరేగడానికి గల కారణం తెలియాల్సి ఉంది. దీనిపై కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. మరో ఘటనలో ఢిల్లీలోని షహదారా ప్రాంతంలోనూ శనివారం అర్ధరాత్రి ఓ నివాస భవనంలో మంటలు చెలరేగాయి. సమాచారం అందుకున్న వెంటనే ఘటనా స్థలానికి చేరుకున్న అగ్నిమాపక సిబ్బంది 13 మందిని రక్షించారు. ఈ ఘటనలో ఎవరికీ ఎలాంటి హానీ జరగలేదు. ఢిల్లీలో నవజాత శిశువుల మరణం ఆందోళనకరంగా మారింది. ఢిల్లీలోని ఆసుపత్రిలో జరిగిన అగ్ని ప్రమాదం హృదయ విదారకం. ఈ కష్టసమయంలో నా ఆలోచనలన్నీ మృతుల కుటుంబాల గురించే. గాయపడిన వారు త్వరగా కోలుకోవాలని ప్రార్థిస్తున్నానని ప్రధాని మోడీ అన్నారు.

ముందడుగు
సోమవారం, 27-5-2024, హైదరాబాద్

స్కూల్ వాట్సప్ గ్రూప్ చూడట్లేదని సస్పెండ్

ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్న ఉపాధ్యాయ సంఘాలు

ముందడుగు విజయవాడ:

పాఠశాలకు సంబంధించిన వాట్సప్ గ్రూప్ చూడట్లేదని ఉపాధ్యాయుడిని సస్పెండ్ చేశారు. విజయవాడలోని మొగల్రాజపురం బీఎస్ఆర్కే ఉన్నత పాఠశాల ఉపాధ్యాయుడు ఎ.రమేష్ స్కూల్ వాట్సప్ గ్రూప్‌లోని మెసేజ్‌లు చూడడం లేదు. మెసేజ్‌లు చూడడం లేదని ఉపాధ్యాయుడిని సస్పెండ్ చేయడం వివాదాస్పదంగా మారింది. దీనిపై ఉపాధ్యాయ సంఘాలు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నాయి. వెంటనే సస్పెన్షన్‌ను రద్దు చేయాలంటూ.. జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారులకు యూటీఎఫ్ ఆధ్వర్యంలో శనివారం వినతిపత్రం అందజేశారు. తనకు కంటి సంబంధిత సమస్య ఉండడంతో స్మార్ట్‌ఫోన్ వాడొద్దని వైద్యులు సూచించారని రమేష్ వివరణ ఇచ్చినా.. వ్యక్తిగత విషయాన్ని సాకుగా చూపిస్తూ సస్పెండ్ చేయడం ఏంటని వారు ప్రశ్నిస్తున్నారు. దీనిపై జిల్లా విద్యాశాఖాధికారి యు.వి.సుబ్బారావు మాట్లాడుతూ.. వాట్సప్ గ్రూపు నుంచి రమేష్ అకస్మాత్తుగా వెళ్లిపోవడం, విధినిర్వహణలో నిర్లక్ష్యంగా ఉండడం, కంటి సమస్య ఉన్నట్లు వైద్యులు సూచించిన ధ్రువీకరణ పత్రాలు సమర్పించాలని కోరినా స్పందించకపోవడం వల్లే ఆయనపై క్రమశిక్షణ చర్యలు తీసుకున్నట్లు తెలిపారు.

యాదాద్రిలో బారులు తీరిన భక్తులు

దర్శనానికి మూడు గంటలకు పైగా సమయం

ముందడుగు యాదాద్రి:

యాదగిరిగుట్ట లక్ష్మీ నరసింహస్వామి ఆలయానికి వివిధ ప్రాంతాల నుంచి భక్తులు పోటెత్తారు. దీంతో ఆలయ పరిసరాలు సందడిగా మారాయి. మెట్ల దారిలో రద్దీ నెలకొంది. స్వామివారి దర్శనానికి భక్తులు క్యూలైన్లలో బారులుదీరారు. తమ కోర్కెలు తీరాలని మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. స్వామివారి ఉచిత ప్రవేశ దర్శనానికి సుమారు 3 గంటలు, ప్రత్యేక దర్శనానికి గంన్నర సమయం పడుతోంది. ప్రసాద విక్రయ శాల, శ్రీసత్యనారాయణ స్వామి వ్రత మండపం, కొండ కింద విష్ణు పుష్కరిణి, కారు పార్కింగ్, బస్టాండ్‌లో భక్తుల రద్దీ నెలకొంది.

దయచేసి మా దేశాన్ని ఆదుకోండి

ధనిక దేశాలను కోరిన మాల్దీవుల అధ్యక్షుడు

ముందడుగు జాతీయం:

అంతర్జాతీయ సమాజం నుంచి తమ దేశానికి ఆర్థిక సాయం అందడం లేదని మాల్దీవుల అధ్యక్షుడు ముహమ్మద్ ముయిజ్జూ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. సముద్ర మట్టాలు రోజు రోజుకు పెరిగిపోతుండటంతో పాటు వాటి నుంచి రక్షణ కల్పించేందుకు తమకు ధనిక దేశాలు సహాయం అందించాలని కోరారు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా 0.003 ఉద్గారాలు మాత్రమే మాల్దీవుల నుంచి వెలువడుతున్నాయి.. కానీ పర్యావరణ సంక్షోభం, ప్రకృతి విపత్తులు సంభవించినప్పుడు తీవ్రంగా నష్టపోతున్న దేశాల్లో మాల్దీవులు తొలి స్థానంలో నిలుస్తుందని ముయిజ్జూ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ధనిక దేశాలు మానవతా దృక్పథంతో సాయం చేసి మాల్దీవుల లాంటి దేశాలను ఆదుకోవాలని వేడుకున్నారు. ధనిక దేశాల సాయం లేకుండా ఈ మొత్తాన్ని సమకూర్చుకోవడం తమకు తలకు మించిన భారమని మల్దీవుల అధ్యక్షుడు ముయిజ్జూ పేర్కొన్నారు. ఇక, పర్యావరణ మార్పుల నుంచి బయటపడేందుకు మాల్దీవులు అనేక చర్యలు చేపట్టింది. దాదాపు 30 వేల అపార్ట్మెంట్లతో రాస్ మాలే పేరిట ఓ కృత్రిమ ద్వీపాన్ని సైతం నిర్మాణం చేపట్టింది. ఇందులో అనేక నిర్మాణాలను డ్రాగన్ కంట్రీ చైనా సంస్థలకే కట్టబెట్టింది.

కల్తీ నూనెలు.. కాలం చెల్లిన వంట సామాగ్రి

మిరియాల పేరుతో పుప్పొడి విత్తనాలు ▪ కరీంనగర్ హోటళ్లపై ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు దాడులు

ముందడుగు కరీంనగర్:

ఫుడ్ ఆర్డర్ చేసే చాలా మంది పెద్ద పెద్ద రెస్టారెంట్లకే మొదటి ప్రాధాన్యత ఇస్తారు. పది రూపాయలకు మించి ఖరీదు చేసినా.. నాణ్యమైన, రుచికరమైన ఆహారాన్ని అందించడంలో పేరున్న రెస్టారెంట్లకే ప్రాధాన్యం ఇస్తారు. మరి రెస్టారెంట్లు, హోటళ్లు తమ కస్టమర్లకు నిజంగా కల్తీ లేని నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అందిస్తున్నాయా లేదా అన్నది ఇటీవల ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు జరిపిన పరిశోధనల్లో తేలింది. కరీంనగర్‌లోని పలు హోటళ్లపై ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు దాడులు చేశారు. వరంగల్ నుంచి వచ్చిన టాస్క్ ఫోర్స్ సేఫ్టీ విభాగం అసిస్టెంట్ ఫుడ్ కంట్రోలర్ అమృతశ్రీతో పాటు పలువురు అధికారులు ఈ తనిఖీలు నిర్వహించారు. ఆకస్మిక దాడులతో... ఒక్కసారిగా హోటళ్ల యజమానులు భయాందోళనకు గురయ్యారు.. హోటళ్లలోని కఠోర నిజాలు బయటపడ్డాయి. మిరియాల పేరుతో పుప్పొడి విత్తనాలు వ్యాపిస్తున్నట్లు గుర్తించారు. 202122 మధ్య కాలంలో పదార్థాలను సుగంధ ద్రవ్యాలుగా ఉపయోగించడంపై అధికారులకు అనుమానం వచ్చింది. ఇదంతా ఓ ప్రముఖ స్టార్ హోటల్‌లో వెల్లడైంది. కల్తీ నూనెలు, కాలం చెల్లిన వంట సామాగ్రి, మసాలాలు గుర్తించి హోటల్ యజమానులకు నోటీసులు ఇచ్చినట్లు అధికారులు తెలిపారు. మరిన్ని హోటళ్లలో సాయంత్రం వరకు ఈ తనిఖీలు చేస్తామని.. ఫుడ్ సేఫ్టీ చట్టాల ప్రకారం కూడా చర్యలు తీసుకుంటామని అమృతశ్రీ తెలిపారు.

స్కై ఫౌండేషన్ 253వ అన్నదాన కార్యక్రమం

ముందడుగు హైదరాబాద్:

తెలంగాణ రాష్ట్ర రాజధాని భాగ్యనగరంలో రోజు రోజుకు నిరాశ్రయులు పెరిగిపోతున్నారు, మండుతున్న వేసవిలో తలదాచుకోవడానికి ఆశ్రయం కరువై ఆకలితో అలమటిస్తూ రోడ్ల పక్కన ఫుట్‌పాత్ల మీదనే దయనీయస్థితులలో జీవనం సాగిస్తున్నారు. ఈ అభాగ్యులందరికి ఆశ్రయం కలిపించి ఆహారం వైద్యం అందించి స్వయం ఉపాధి కల్పించి నూతన జీవితాన్ని అందించాలని ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం. హైదరాబాద్ లోని ముఖ్య ప్రాంతాలలో వాహనంలో సంచరిస్తూ ఆకలితో ఉన్న అనాథలు, నిరాశ్రయులకు 253వ అన్నదాన కార్యక్రమము నిర్వహించారు. ఈ అన్నదాన కార్యక్రమంలో ప్రెసిడెంట్ వై.సంజీవ కుమార్, వైస్ ప్రెసిడెంట్ పావని .ఓ, సభ్యులు కుషికోమల్, హరీష్ కుమార్, అఖిల్, నరేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముందడుగు
సోమవారం, 27-5-2024, హైదరాబాద్

అంతర్జాతీయ నకిలీ కాల్స్‌ను

బ్లాక్ చేయాలి

టెలికాం ఆపరేటర్లకు ప్రభుత్వం ఆదేశం

ముందడుగు జాతీయం:

దేశీయ పౌరులకు స్థానిక నంబర్లతో మోసగాళ్లు అంతర్జాతీయ కాల్స్ చేస్తూ సైబర్ నేరాలు, ఆర్థిక మోసాలకు పాల్పడుతున్నట్లు తమ దృష్టికి వచ్చినట్లు టెలికాం విభాగం తెలిపింది. భారతీయ మొబైల్ నంబర్లతో వచ్చే అన్ని అంతర్జాతీయ నకిలీ కాల్‌స్‌ను బ్లాక్ చేయాలని టెలికాం ఆపరేటర్లను ప్రభుత్వం ఆదేశించింది. కాలింగ్ లైన్ గుర్తింపుని మార్చడం ద్వారా విదేశాల్లోని సైబర్ నేరస్థులు ఈ తరహా దుశ్చర్యలకు పాల్పడుతున్నారు. తద్వారా వర్చువల్ కిడ్నాప్‌లు, FedEx స్కామ్‌లు, కొరియర్‌లో మాదకద్రవ్యాల వంటి మోసాలకు తెరతీస్తున్నారు.

కొన్ని సందర్భాల్లో ప్రభుత్వ, పోలీసు అధికారులమంటూ పరిచయం చేసుకొని బెదిరింపులకు పాల్పడుతున్నారు. DoT లేదా TRAI అధికారులమని చెప్పి మొబైల్ నంబర్‌లను రద్దు చేస్తామని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇలాంటి ఘటనలు ఇటీవల దేశవ్యాప్తంగా వెలుగులోకి వస్తున్న నేపథ్యంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం అప్రమత్తమైంది. డీవోటీ, టెలికాం సర్వీస్ ప్రొవైడర్లు కలిసి అంతర్జాతీయ నకిలీ కాల్‌స్‌ను అరికట్టేందుకు ఓ వ్యవస్థను రూపొందించినట్లు కేంద్రం తెలిపింది. వాటిని అమల్లోకి తీసుకొచ్చేలా ఇప్పుడు ఆదేశాలు జారీ చేస్తున్నట్లు వెల్లడించింది. ఇప్పటికే ల్యాండ్‌లైన్ నంబర్లకు వచ్చే అలాంటి కాల్‌స్‌ను పూర్తిగా అరికట్టగలిగామని తెలిపింది. అయినప్పటికీ.. కొంత మంది ఇతర మార్గాల ద్వారా మోసాలకు పాల్పడుతున్నారని పేర్కొంది. అలాంటి వాటిని 'సంచార్ సాథీ' వెబ్‌సైట్‌లోని 'చక్షు'లో రిపోర్ట్ చేయాలని సూచించింది.

40 ఏళ్లు దాటితే

ఈ ఆహారం తప్పనిసరి

ఈ పోషకాహారం తీసుకోవాలి ■ రోగ నిరోధక శక్తిని పెంపొందించుకోవాలి

ముందడుగు ప్రత్యేకం:

మనిషి వయసు పెరుగుతూ ఉంటే బలహీనంగా తయారవుతారు. ఇది సహజంగానే జరిగే ప్రక్రియ. వయసుతో పాటు చర్మం, జుట్టు, ముఖంమారుతూ ఉంటుంది. వీటితో పాటు శరీరం లోపల కూడా చాలా మార్పులు జరుగుతుంటాయి. అవయవాల పనితీరుమందగిస్తుంది. రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. ఇలాంటి సమయంలో పోషకాహారం తీసుకోవాలి. ముఖ్యంగా 40 ఏళ్లు దాటిన వారు కొన్ని సూపర్ ఫుడ్స్ ని తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. 40 ఏళ్ల తర్వాత మహిళలు బోలు ఎముకల వ్యాధి, రొమ్ము క్యాన్సర్, రక్తహీనత, స్ట్రోక్, గుండె జబ్బులు, మధుమేహంతో బాధపడుతుంటారు. ఈ వ్యాధులన్నీ క్రమంగా శరీరాన్ని బలహీనంగా, నిర్జీవంగా మారుస్తాయి. వీటిని నివారించాలంటే మహిళలు తప్పనిసరిగా ఐరన్, క్యాల్షియం, విటమిన్ డి, ప్రొటీన్లు మొదలైనవి తీసుకోవాలి. వీటి కోసం ఎలాంటి ఆహార పదార్థాలు తీసుకోవాలో ఈ రోజు తెలుసుకుందాం.

ఆకుకూరలు

ఐరన్, విటమిన్లు, కాల్షియం, ప్రొటీన్లు పచ్చి ఆకు కూరల నుంచే లభిస్తాయి. కూరలు, చట్నీ రూపంలో వీటిని వండుకుని తినవచ్చు. ఇది మీ హిమోగ్లోబిన్, ఆర్బీసీ, డబ్ల్యూబీసీ కౌంట్ పెంచుతాయి.

యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఆహారం

డార్క్ చాక్లెట్, బ్లూబెర్రీస్, స్ట్రాబెర్రీలు మొదలైనవి యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందించే కొన్ని ఆహారాలు. ఇది రొమ్ము క్యాన్సర్‌కు కారణమయ్యే ఫ్రీ రాడికల్‌స్‌ను తొలగిస్తుంది. వీటిని తరచుగా తీసుకుంటూ ఉండాలి. ఈ డైట్ మెయింటెన్ చేస్తే కచ్చితంగా 40 ఏళ్ల తర్వాత కూడా హ్యాపీగా జీవించవచ్చు.

గుడ్డు

40 ఏళ్ల తర్వాత ఉడకబెట్టిన గుడ్డు కచ్చితంగా తినాలి. ఈ సూపర్ ఫుడ్ లో ప్రొటీన్, విటమిన్ డి, బయోటిన్, ఒమేగా ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ ఉంటాయి. ఉడకబెట్టిన కోడిగుడ్లను తినడం వల్ల కండరాలు తగ్గకుండా శరీరంలో బలంగా తయారువుతుంది.

పప్పు

మూంగ్ పప్పు, ఉరద్ పప్పు, చనా పప్పులో చాలా పోషకాలు దాగి ఉంటాయి. ప్రతిరోజు ఈ పప్పులతో వండిన వంటకాలను తీసుకోవాలి. ఇవి విటమిన్లు, మినరల్‌స్‌తో పాటు పెద్ద మొత్తంలో ఫైబర్‌ను శరీరానికి అందిస్తాయి. దీనివల్ల మలబద్ధక సమస్యను నివారించవచ్చు.

పెరుగు, మజ్జిగ

సరైన జీర్ణక్రియను నిర్వహించడానికి ప్రతిరోజు పెరుగు, మజ్జిగ తీసుకోవాలి. వీటిలో కాల్షియంతో పాటు ప్రోబయోటిక్స్ ఉంటాయి . ఇది జీర్ణక్రియకు అవసరమైన బ్యాక్టీరియా సంఖ్యను అందిస్తుంది. దీంతో జీర్ణక్రియ సులభంగా జరుగుతుంది.

కొండ చరియల కింద 670 మంది సమాధి

150 ఇళ్లు శిథిలాల కింద నేలమట్టం ■ పసిఫిక్ దేశం పపువా న్యూ గినియాలో దారుణం

ముందడుగు జాతీయం:

పసిఫిక్ దేశమైన పపువా న్యూ గినియాలోని ఎన్గా ప్రావిన్స్‌లో పెద్దఎత్తున కొండచరియలు విరిగిపడ్డాయి. శుక్రవారం నాటి ఈ ప్రకృతి విపత్తు కారణంగా తొలుత 100 మందికిపైగా మృతి చెందినట్లు వార్తలు వచ్చాయి. ఈ సంఖ్య భారీగానే ఉన్నట్లు ఐరాస తాజాగా అంచనా వేసింది. దాదాపు 670 మందికిపైగా ప్రాణాలు కోల్పోయి ఉండొచ్చని 'అంతర్జాతీయ వలసల సంస్థ' తెలిపింది. దాదాపు నాలుగు ఫుట్‌బాల్ మైదానాల మేర విస్తీర్ణంలో శిథిలాలు పరచుకున్నట్లు సమాచారం.

''ప్రమాద సమయంలో తొలుత 60 ఇళ్లు కొండచరియల కింద నేలమట్టమైనట్లు భావించాం. అయితే, స్థానిక అధికారుల లెక్కల్లో మొత్తం 150 ఇళ్లు శిథిలాల కింద కూరుకుపోయినట్లు తేలింది. దాదాపు 670 మంది సమాధి అయినట్లు వారు భావిస్తున్నారు. ఆరు నుంచి ఎనిమిది మీటర్ల లోతులో చిక్కుకుపోయిన వారు ప్రాణాలతో బయటపడే అవకాశం దాదాపు లేనట్లే'' అని వలసల సంస్థ అధికారులు వెల్లడించారు. ఆదివారం నాటికి కేవలం అయిదు మృతదేహాలు మాత్రమే వెలికితీసినట్లు సమాచారం. మరోవైపు.. ప్రాణాలతో బయటపడిన వారిని అధికారులు సురక్షితమైన ప్రదేశాలకు తరలిస్తున్నారు.

పపువా న్యూ గినియా రాజధాని పోర్ట్ మోర్స్బీకి 600 కిలోమీటర్ల దూరంలోని ఎన్గా ప్రావిన్స్‌లో ఈ విపత్తు సంభవించింది. స్థానిక కాలమానం ప్రకారం తెల్లవారుజామున 3 గంటలకు ప్రజలు నిద్రలో ఉన్న సమయంలో ఈ దుర్ఘటన చోటుచేసుకోవడంతో ప్రాణనష్టం భారీగా వాటిల్లింది. ఒకవైపు మరిన్ని కొండచరియలు విరిగిపడే ముప్పు పొంచివుండటం.. మరోవైపు ప్రావిన్స్ రాజధాని వాబాగ్ నుంచి ఘటనాస్థలానికి చేరుకునే మార్గంలో తెగల ఘర్షణల కారణంగా బాధితులకు సహాయక సామగ్రి చేరవేయడంలో ఆటంకాలు ఎదురవుతున్నాయని అధికారులు తెలిపారు. సహాయక కాన్వాయ్‌లకు సైనికులు భద్రత కల్పిస్తున్నారు.