సోమవారం

05-08-2024

ముందడుగు

దినపత్రిక

సంపుటి: 1, సంచిక: 415 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 పనిచెయోచ్చు.. మీ సమస్యలపై స్పందించండి..

Mundadugu whatsapp:
9491114616

email: mundadugu111@gmail.com

బంగ్లాదేశ్ ఆందోళనల్లో 99 మంది మృతి

- దేశవ్యాప్తంగా కర్ఫ్యూను ప్రకటించిన ప్రభుత్వం
- వారు విద్యార్థులు కాదు ఉగ్రవాదులని ఆరోపణ

ముందడుగు బంగ్లాదేశ్:

బంగ్లాదేశ్ రిజర్వేషన్లకు వ్యతిరేకంగా విద్యార్థులు భారీ నిరసనలు కొనసాగుతున్నాయి. ఈ క్రమంలో ప్రభుత్వం సాయంత్రం 6 గంటల నుంచి దేశవ్యాప్తంగా కర్ఫ్యూ ప్రకటించింది. ఆదివారం జరిగిన హింసాత్మక ఘటనల్లో 99 మంది ప్రాణాలు వదిలారు. ప్రధాని షేక్ హసీనా రాజీనామా చేయాలంటూ విద్యార్థులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు. ఓ నివేదిక ప్రకారం.. ఫెనిలో జరిగిన హింసలో ఐదుగురు ప్రాణాలు వదిలారు. సిరాజ్‌గంజ్‌లో నలుగురు, మున్షిగంజ్‌లో ముగ్గురు, బోగురాలో ముగ్గురు, మగురాలో ముగ్గురు, భోలాలో ముగ్గురు, రంగ్‌పూర్‌లో ముగ్గురు, పబ్నాలో ఇద్దరు, సిల్హెట్‌లో ఇద్దరు, కొమిల్లాలో ఒకరు, జైపూర్‌హాట్‌లో ఒకరు, ఢాకాలో ఒకరు, బారిసాల్‌లో ఒకరు, ఇలా పలు ప్రాంతాల్లో ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

దాంతో హోంమంత్రిత్వ శాఖ ఆదివారం సాయంత్రం దేశవ్యాప్తంగా కర్ఫ్యూను ప్రకటించింది. అలాగే, ఫేస్‌బుక్, వాట్సాప్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్, మొబైల్ ఇంటర్‌నెట్ సేవలను సైతం నిలిపివేశారు. ఆదివారం అవామీ లీగ్ మద్దతుదారులకు, నిరసనకారులకు మధ్య ఘర్షణల్లో 99 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయారు. షేక్ హసీనా తన వ్యక్తిగత నివాసం గణభబన్‌లో భద్రతా వ్యవహారాలపై జాతీయ కమిటీ సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసినట్లు సమాచారం. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ నిరసనల పేరుతో ప్రభుత్వ ఆస్తులను ధ్వంసం చేసే వారు విద్యార్థులు కాదు ఉగ్రవాదులని.. గట్టి సమాధానం ఇవ్వాలని దేశ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేస్తున్నానని అన్నారు.

2029లోనూ మోడీ అధికారంలోకి వస్తాడు

- విపక్షాలు ప్రతిపక్షంలో కూర్చోవాలి
- కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా గట్టిగా కౌంటర్

ముందడుగు జాతీయం:

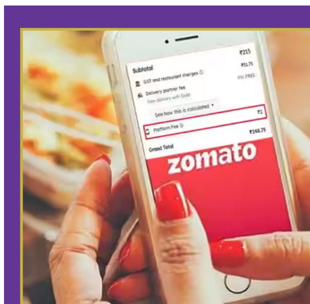
తమ కూటమి ఐదేళ్ల కాలాన్ని పూర్తి చేసుకోవడమే కాదు.. 2029లోనూ ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేస్తుందని కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా గట్టిగా కౌంటర్ ఇచ్చారు. చండీగఢ్‌లో 24x7 మణిమజ్ర నీటి సరఫరా ప్రాజెక్టును ప్రారంభించిన సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడారు. కేంద్రంలో ఎన్డీయే ప్రభుత్వ బలాన్ని ఉటంకిస్తూ విపక్షాలు చేస్తోన్న పలు వ్యాఖ్యలపై ఆయన సమాధానం చెప్పారు. "విపక్షాలను ఏమైనా అనుకోనివ్వండి.. మీరు (భాజపా శ్రేణులు) కంగారుపడొద్దు. 2029లోనూ ఎన్డీయే, నరేంద్ర మోడీ అధికారంలోకిt వస్తారని హామీ ఇస్తున్నా. కొంతమేర సాధించిన విజయంతో ప్రతిపక్షాలు గెలిచినట్లు భావిస్తున్నాయి. గత మూడు ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్‌కు ఎన్ని సీట్లు వచ్చాయో.. ఈ ఎన్నికల్లో (2024) బిజెపి అంతకన్నా ఎక్కువ సీట్లు గెలుచుకున్న సంగతి వారికి తెలియదు. విపక్ష కూటమి సాధించిన సీట్లు కన్నా.. ఎన్డీయేలోని ఒక పార్టీ(భాజపా)కి వచ్చిన సీట్లే అధికమని వారు గుర్తించడం లేదు. అనిశ్చితి సృష్టించాలని కోరుకొనే వారంతా ఈ ప్రభుత్వం నడవదని పదే పదే మాట్లాడుతున్నారు.

విపక్షాలకు చెందిన మిత్రులకు ఒక విషయం.. ఎన్డీయే ప్రభుత్వం ఐదేళ్లు పూర్తి చేసుకోవడమే కాదు.. మరోసారి కూడా అధికారంలోకి వస్తుంది. ప్రతిపక్షంలో కూర్చొనేందుకు సిద్ధంగా ఉండండి. విపక్షంలో సమర్థంగా ఎలా పనిచేయాలో నేర్చుకోండి" అని హితవు పలికారు.

ఎస్సీ మహిళపై ఖాకీల లాకప్ హింస

- బంగారు దొంగతనం చేసిందనే ఆరోపణలు
- షాద్‌నగర్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో దారుణ సంఘటన
- విచారణకు ఆదేశించిన పోలీస్ ఉన్నతాధికారులు

వివరాలు 2లో



జోమాటో ప్లాట్‌ఫామ్ ఫీజు రూ.83 కోట్లు

మిగతా 2లో

చిన్నారుల చదువులపై స్మార్ట్‌ఫోన్ల ప్రభావం

మిగతా 3లో

విజృంభిస్తున్న డెంగ్యూ జ్వరాలు..

మిగతా 4లో

రాత్రి పడుకునే ముందు... ఫోన్ ఎంత దూరంలో ఉండాలి

మిగతా 5లో

ముందడుగు
సోమవారం, 05-08-2024, హైదరాబాద్

హిమాచల్ ప్రదేశ్ వరదల్లో
11 మంది మృతి

- 40 మంది ఆచూకీ ఇంకా లభించలేదు
- 410 మందితో విస్తృతంగా గాలింపు చర్యలు

ముందడుగు హిమాచల్ ప్రదేశ్: హిమాచల్ ప్రదేశ్ లో ఆకస్మిక వరదల కారణంగా ఇప్పటివరకు 11 మంది చనిపోయినట్లు గుర్తించారు. ఇంకా 40 మంది ఆచూకీ లభించలేదు. గల్లంతైన వారి కోసం భారత సైన్యంతో పాటు ఎన్‌డీఆర్ఎఫ్, సీఐఎస్ఎఫ్, ఐటీబీపీ, ఎస్‌డీఆర్ఎఫ్‌కు చెందిన 410 మందితో గాలింపు చర్యలు విస్తృతంగా కొనసాగుతున్నాయి. జాగిలాలు, డ్రోన్లు సహా ఇతర పరికరాలతో రెస్క్యూ ఆపరేషన్ కొనసాగుతోంది.

భారీ వర్షా ల కారణంగా కులులోని నిర్మాండ్, సాయింజ్, మలానాతోపాటు మండీలోని పధార్, శిమ్లాలోని రాంపుర్ డివిజన్లలో వరదలు సంభవించాయి. మణికరన్ ప్రాంతంలోని మలానా-2 పవర్ ప్రాజెక్ట్‌లో 33 మంది చిక్కుకోగా వారిని రెస్క్యూ బృందాలు రక్షించాయి. శిమ్లాలోని రాంపుర్‌లో దాదాపు 20 నుంచి 25 ఇళ్లు కొట్టుకుపోగా, 30 మంది గల్లంతయ్యారు. మొత్తంగా 40మంది ఆచూకీ ఇంకా లభించలేదు. వరద నీరు కాస్త తగ్గడంతో రెస్క్యూ ఆపరేషన్‌ను ముమ్మరం చేశారు. మరోవైపు రాష్ట్రంలో రుతుపవనాలు ప్రవేశించిన నెల రోజుల్లోనే భారీ వర్షా ల కారణంగా దాదాపు రూ.662 కోట్ల నష్టం వాటిల్లినట్లు అధికారులు పేర్కొన్నారు. వర్ష సంబంధిత ఘటనల్లో ఇప్పటివరకు 79 మంది ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు తెలిపారు.

ఎస్సీ మహిళపై ఖాకీల
లాకప్ హింస

ముందడుగు హైదరాబాద్
ఒక ఎస్సీ మహిళపై ఖాకీల లాకప్ హింస మరోసారి చూపించారు. బంగారం దొంగతనం చేశారనే ఆరోపణలతో అదుపులోకి తీసుకున్న పోలీసులు ఎస్సీ మహిళను దారుణంగా కొట్టిన ఘటన ఆలస్యంగా వెలుగులోకి వచ్చింది. ఈ అమానుష చర్య సైబరాబాద్ కమిషనరేట్ పరిధిలోని షాద్‌నగర్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో చోటు చేసుకుంది. లాకప్ హింస ఘటనపై పోలీసు ఉన్నతాధికారులు విచారణకు ఆదేశించారు. విచారణ అనంతరం చర్యలు తీసుకుంటామని శంషాబాద్ డీసీపీ తెలిపారు. వివరాల్లోకి వెళితే.. గత నెల 24న షాద్‌నగర్ పట్టణంలోని అంబేడ్కర్ కాలనీకి చెందిన సునీత, భీమయ్య దంపతులు దొంగతనం చేశారని నాగేందర్ అనే వ్యక్తి పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఫిర్యాదు చేశాడు. కేసు నమోదు చేసుకున్న పోలీసులు సునీత, భీమయ్యతో పాటు వారి 13 ఏళ్ల కుమారుడిని స్టేషన్‌కు తీసుకెళ్లారు. అనంతరం భర్తను వదిలేసిన డిటెక్టివ్ సీఐ రామిరెడ్డి, అతని సిబ్బంది బాధితురాలు సునీతను కుమారుడి ముందే విచక్షణ రహితంగా కొట్టడంతో తీవ్రంగా గాయపడింది. దొంగతనం చేసినట్లు ఒప్పుకోవాలని సీఐ తీవ్రంగా కొట్టడంతో స్పృహ కోల్పోయానని, ఆ తర్వాత ఇంటికి పంపించారని బాధితురాలు వాపోయింది. 24 తులాల బంగారం, రూ.2 లక్షల నగదుకు గానూ కేవలం ఒక తులం బంగారం, రూ.4వేల నగదు రికవరీ చేశామని పోలీసులు చెబుతున్నారు.

మహిళపై నాన్ బెయిలబుల్ సెక్షన్ల కింద కేసు నమోదు చేసి పది రోజులు గడుస్తున్నా రిమాండ్ చెయ్యకుండా ఇంటికి పంపించడం వెనుక పోలీసులు కొట్టిన దెబ్బలకు మహిళ గాయపడటమే కారణంగా తెలుస్తోంది. పోలీసుల తీరుపై పెద్ద ఎత్తున విమర్శలు రావడంతో పోలీసు ఉన్నతాధికారులు స్పందించి విచారణకు ఆదేశించారు.

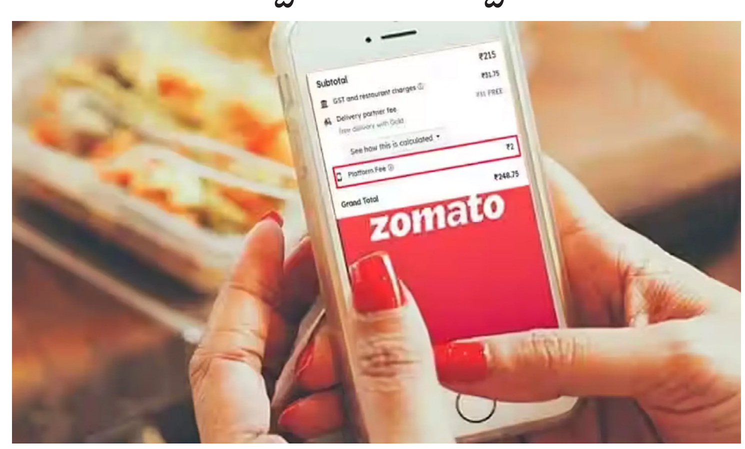
వృద్ధుల దర్శనంపై
తప్పుడు ప్రచారం

భక్తులకు టిటిడి విజ్ఞప్తి

ముందడుగు తిరుపతి:
సోషల్ మీడియాలో వృద్ధుల దర్శనంపై జరుగుతున్న తప్పుడు ప్రచారాన్ని నమ్మవద్దని భక్తులకు టిటిడి విజ్ఞప్తి చేసింది. రోజూ వెయ్యి మంది వృద్ధులు, దివ్యాంగులకు దర్శనం కల్పిస్తున్నామని తెలిపింది. మూడు నెలల ముందే ప్రతినెలా 23న ఆన్‌లైన్ కోటా విడుదల చేస్తున్నామని పేర్కొంది. తిరుమలలోని తిరుమల నంబి ఆలయానికి ఆనుకుని ఉన్న సీనియర్ సిటిజన్/పీహెచ్‌సీ లైన్ ద్వారా రోజూ మధ్యాహ్నం 3 గంటలకు శ్రీవారి దర్శనానికి అనుమతిస్తారని వెల్లడించింది. భక్తులు సరైన సమాచారానికి టిటిడి అధికారిక వెబ్‌సైట్‌ను మాత్రమే సంప్రదించాలని సూచించింది.

జొమాటో ప్లాట్‌ఫామ్
ఫీజు రూ.83 కోట్లు

ఈ ఏడాది మార్చి నాటికి వచ్చిన ఆదాయం

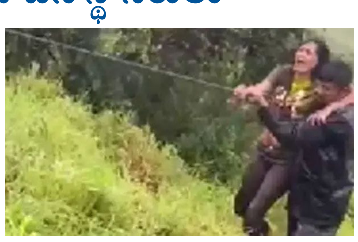


ముందడుగు జాతీయం:
ప్రముఖ ఫుడ్ డెలివరీ సంస్థ జొమాటో ప్లాట్‌ఫామ్ ఫీజు రూపంలో ఈ ఏడాది మార్చి నాటికి రూ.83 కోట్లు వసూలు చేసింది. గత ఏడాది ఆగస్టు నుంచి ఈ రుసుమును కస్టమర్ల ఆర్డర్లపై విధిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. గత ఆర్థిక సంవత్సరంలో కంపెనీ ఆదాయం పుంజుకోవడానికి ఈ ఫీజూ ఒక కారణమని కంపెనీ తెలిపింది. 2024 మార్చితో ముగిసిన ఆర్థిక ఏడాదిలో జొమాటో సర్దుబాటు చేసిన ఆదాయం 27 శాతం పెరిగి రూ.7,792 కోట్లకు పెరిగింది. గోల్డ్ కస్టమర్లకు ఇచ్చే ఉచిత డెలివరీ వల్ల కొంత రాబడి తగ్గింది.అయితే అధిక ఆదాయం ప్లాట్‌ఫామ్ ఫీజు, ఆర్డర్ల సంఖ్య పెరగడం సహా ఇతర మార్గాల ద్వారా సమకూరిందని జొమాటో తెలిపింది. మరోవైపు గత ఏడాదిలో రాత్రి పొద్దుపోయాక వచ్చిన ఆర్డర్లలో అత్యధికం ఢిల్లీ నుంచేనని తెలిపింది.
ఉదయం అల్పాహారం ఆర్డర్లు బెంగళూరు నుంచి ఎక్కువగా అందాయని వెల్లడించింది. జొమాటో గత ఏడాది ఆగస్టు నుంచి ఆర్డర్‌పై రూ.రెండుతో ప్లాట్‌ఫామ్ ఫీజు వసూలు చేయడాన్ని ప్రారంభించింది. క్రమంగా దాన్ని కీలక నగరాల్లో రూ.ఆరుకు పెంచింది. దీని ప్రత్యర్థి సంస్థ స్విగ్గీ సైతం ఈ తరహా రుసుము వసూలు చేస్తోంది. తద్వారా ఈ సంస్థలు తమ లాభదాయకతను పెంచుకునేందుకు యత్నిస్తున్నాయి.

సెల్ఫీ తీసుకుంటూ లోయలో పడ్డ యువతి

వెంటనే స్పందించి కాపాడిన స్థానికులు

ముందడుగు మహారాష్ట్ర:
ఓ యువతి సెల్ఫీ తీసుకుంటుండగా 100 అడుగుల లోయలోకి జారి పడిన ఘటన శనివారం చోటుచేసుకుంది. పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం మహారాష్ట్రలో ఇటీవల కురుస్తున్న వర్షా లకు పర్యాటక ప్రదేశం బోరాన్ ఘాట్‌లో అక్కడి జలపాతాలు పొంగిపొర్లుతుండటంతో పర్యటకులు భారీగా పోటెత్తారు. పుణెకు చెందిన ఓ పర్యటక బృందం బోరాన్ ఘాట్ సందర్శనకు వచ్చింది. బృందంలోని నస్రీన్ అమీర్ ఖురేషి అనే యువతి అక్కడ సెల్ఫీ తీసుకుంటుండగా జారి 100 అడుగుల లోతైన లోయలో పడిపోయింది. వెంటనే స్పందించిన హోంగార్డు, స్థానికుల సహాయంతో లోయలోకి దిగి ఆమెను కాపాడారు. యువతిని చికిత్స నిమిత్తం



సతారాలోని ఓ ప్రైవేట్ ఆస్పత్రిలో చేర్పించామని, పరిస్థితి విషమంగా ఉందని అధికారులు వెల్లడించారు. అధిక వర్షా ల వల్ల మట్టి జారుడుగా ఉండటంతో ఇటువంటి ప్రమాదాలు జరిగే అవకాశం ఉందని జిల్లా కలెక్టర్ జితేంద్ర డూడి పేర్కొన్నారు. జిల్లాలోని పర్యటక ప్రాంతాలను శనివారం నుంచి సోమవారం వరకు మూసివేయాలని ఆదేశించారు. పర్యటక ప్రాంతాల సందర్శనకు వచ్చిన యువత ప్రమాదకర ప్రదేశాల వద్ద జాగ్రత్తగా ఉండాలని కోరారు.

ముందడుగు
సోమవారం,
05-08-2024,
హైదరాబాద్

140 ఏళ్ల మర్రిచెట్టుకు రాఖీ కట్టిన మహిళలు

వృక్షాబంధన్ నిర్వహించిన ప్రకృతి ప్రేమికులు

ముందడుగు విశాఖపట్నం:
విశాఖలో ప్రకృతి ప్రేమికులు వృక్షా బంధన్ నిర్వహిస్తున్నారు. 140 ఏళ్ల చరిత్ర గల ఓ మర్రిచెట్టుకు రాఖీ కట్టి పర్యావరణాన్ని పరిరక్షణకు పిలుపునిచారు. పురాతన చెట్ల పరిరక్షణకు వినూత్న సందేశం ఇస్తున్నారు. విశాఖ రైల్వేస్టేషన్‌కు చేరువలో విశ్రాంత గృహం వద్ద ఉన్న వృక్షం ఇది. దీనికి చాలా ఏళ్ల చరిత్ర ఉంది. 1887లో బొంబాయి నాగపూర్ రైల్వే లైన్ నిర్మాణం సమయంలో కార్మికులకు నీడ కోసం నాటిన మొక్కల్లో ఇది ఒకటి. దాని వయసు దాదాపు140 ఏళ్ళు. ఇప్పటికే చాలా మొక్కలు ప్రకృతి విధ్వంసంలో కాలగర్భంలో కలిసిపోయాయి. ఇంకా ఇటువంటి వృక్షాలు కొన్ని మాత్రమే విశాఖలో మిగిలి ఉన్నాయి.

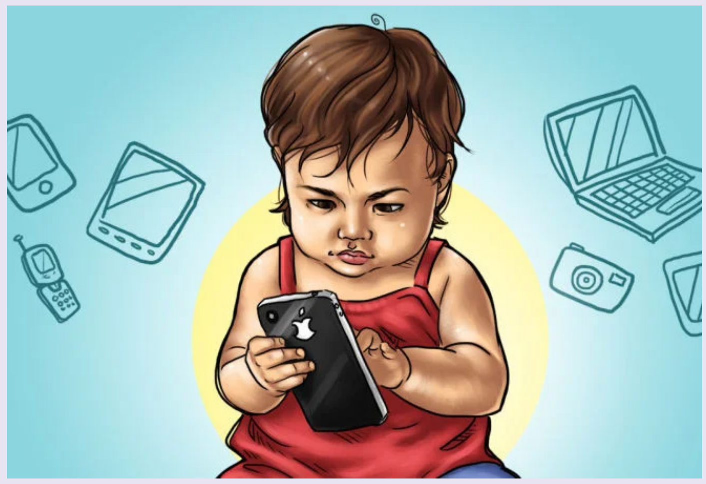
దీంతో వాటిని పరిరక్షించుకొని పర్యావరణ పరిరక్షణకు తోడ్పడాలని పిలుపునిస్తున్నారు ప్రకృతి ప్రేమికులు. ఇందులో భాగంగా ప్రతి ఏటా ఇటువంటి వృక్షాలకు వృక్షాబంధన్ నిర్వహిస్తుంటారు. గ్రీన్ క్లైమేట్ ఆధ్వర్యంలో ప్రకృతి ప్రేమికులు, విద్యార్థులు తరలివచ్చి వేడుకను ఉత్సాహంగా నిర్వహిస్తున్నారు. వృక్షాబంధన్‌కు రాఖీ కట్టి ఇటువంటి చెట్లను కాపాడుకుందాం అంటూ ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

చిన్నారుల చదువులపై స్మార్ట్‌ఫోన్ల ప్రభావం

- 14 దేశాల్లో స్మార్ట్‌ఫోన్ల వినియోగం నిషేధం
- యునెస్కో తాజా నివేదికలో వెల్లడి

ముందడుగు జాతీయం:
టెక్నాలజీపైనే తీవ్ర దృష్టి పెట్టడమనేది భారీ మూల్యం చెల్లించుకోవడమేనని, అభ్యసన ప్రక్రియకు అసరమైనప్పుడు మాత్రమే దాన్ని తరగతుల్లో ఉపయోగించాలని ఐక్యరాజ్యసమితి నివేదిక పేర్కొంది. ఈ క్రమంలోనే దాదాపు 14 దేశాలు పాఠశాలల్లో స్మార్ట్‌ఫోన్ల వినియోగాన్ని నిషేధించాయని తెలిపింది. 'విద్యలో సాంకేతికత' అనే అంశానికి సంబంధించి యునెస్కో తాజా నివేదికలో పలు విషయాలు వెల్లడించింది.

''మితిమీరిన సాంకేతికత వినియోగం, విద్యార్థుల పనితీరు మధ్య ప్రతికూల సంబంధాన్ని చూపిస్తుందని ప్రోగ్రామ్ ఫర్ ఇంటర్నేషనల్ స్టూడెంట్ అసెస్‌మెంట్ విశ్లేషణలో తేలింది. మొబైల్ డివైజ్‌లతో ఎక్కువ సమయం గడపడం వల్ల అభ్యసన ప్రక్రియలో ప్రతికూల ప్రభావాలు వచ్చినట్లు అనేక దేశాల నివేదికలు పేర్కొంటున్నాయి. ఈ క్రమంలో పాఠశాలల్లో స్మార్ట్‌ఫోన్ల వినియోగంపై ఇప్పటికే 14 దేశాలు నిషేధం విధించాయి'' అని తాజా నివేదిక



పేర్కొంది. తరగతి గది, ఇంట్లో చిన్నారుల చదువులపై స్మార్ట్‌ఫోన్లు, కంప్యూటర్లు తీవ్ర అంతరాయం కలిగిస్తాయని యునెస్కో అప్రమత్తం చేసింది. ''డిజిటల్ టెక్నాలజీని అలవరచుకోవడం వల్ల విద్య, అభ్యసన ప్రక్రియలో ఎన్నో మార్పులు వచ్చాయి. ప్రాథమిక నైపుణ్యాలను నేర్పే క్రమంలో అనేక సంపన్న దేశాలు డిజిటల్ సాంకేతికతను విస్తృతంగా వినియోగిస్తున్నాయి. పేపర్ స్థానంలో స్క్రీన్లు, పెన్నుల స్థానంలో కీబోర్డులు వచ్చేశాయి. కొవిడ్-19తో రాత్రికి రాత్రే విద్యావ్యవస్థలు ఆన్‌లైన్‌లోకి మారిపోయాయి'' అని ఐరాస విద్యా బృందానికి చెందిన ఓ నిపుణుడు పేర్కొన్నారు.

శునకానికి దినకర్మ చేసిన జంతు ప్రేమికుడు

ముందడుగు శ్రీకాకుళం:
ఉమ్మడి శ్రీకాకుళం జిల్లా పాలకొండ డివిజన్ కేంద్రంలోని సీతంపేట రోడ్‌లో నివాసం ఉంటున్న రిటైర్డ్ ఆర్మీ ఉద్యోగి చేబోతుల రాజు జంతు ప్రేమికుడు. తన ఇంటి ఆవరణలో అహ్లాదకరంగా ఓ పార్కులా నిర్మించుకుని అందులో కుటీరం ఏర్పాటు చేశాడు. ఇందులో సుమారు 50 శునకాలకు ప్రతిరోజు ఆహారం పెడుతున్నాడు. అందులో టైసాన్ అనే ఓ సునకం గత 15 ఏళ్లుగా అల్లారు ముద్దుగా పెంచుకున్నాడు. అయితే టైసాన్ ఇటీవల మరణించింది. తన శునకం మృతి చెందినప్పటి నుంచి రాజు నిద్రాహారాలు మానేసి ఎంతో వ్యధ అనుభవిస్తున్నాడు. తన బాధను ఇతరులకు చెప్పకోలేక గుండెల్లోనే దాచుకుంటూ కుమిలిపోయాడు.

తాజాగా చనిపోయిన శునకానికి దినకర్మ చేయాలని నిర్ణయించుకున్నాడు. ఆదివారం 9వ రోజు కావటంతో వందలాది శునకాలను తీసుకువచ్చి వాటికి ఆహారం ఇస్తూ, అలాగే బంధువులు, మిత్రులు సమీప గ్రామాల ప్రజలందరిని పిలిచి అదివారం వేద మంత్రాలతో శునకంకు ఖననం చేసిన చోట దినకర్మ చేశాడు. దీనిని చూసి ప్రతిఒక్కరూ ఔరా అని ముక్కున వేలేసుకున్నారు.

మార్చికల్లా దేశవ్యాప్తంగా బీఎస్ఎన్ఎల్ 4జీ సేవలు.. తేల్చి చెప్పిన కేంద్ర మంత్రి పెమ్మసాని

ముందడుగు జాతీయం:
దేశవ్యాప్తంగా వచ్చే ఏడాది మార్చికల్లా బీఎస్ఎన్ఎల్ 4జీ సేవలను యూజర్లకు అందుబాటులోకి తెస్తామని కేంద్ర టెలికమ్యూనికేషన్ల శాఖ సహాయ మంత్రి పెమ్మసాని చంద్రశేఖర్ చెప్పారు. గుంటూరు జిల్లా తాడికొండలో ఏర్పాటు చేసిన నూతన దేశీయ బేస్ బ్యాండ్ యూనిట్ ను ఆయన ప్రారంభిస్తూ.. పట్టణాలతోపాటు మారుమూల గ్రామాలకూ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందించడమే బీఎస్ఎన్ఎల్ లక్ష్యం అని చెప్పారు. దేశవ్యాప్తంగా 4500 టవర్ల ఏర్పాటుతో ప్రజలకు నాణ్యమైన 4జీ సేవలు అందుబాటులోకి తీసుకు వస్తామని పెమ్మసాని చంద్రశేఖర్ తెలిపారు. విద్యుత్ తోపాటు క్వాలిటీ ఇంటర్నెట్ సేవలూ ముఖ్యమేనన్నారు. లాభాపేక్షే ధ్యేయంగా పని చేసే ప్రైవేట్ సంస్థలు మారుమూల

గ్రామాలకు ఇంటర్నెట్ సేవలు అందించబోవన్నారు. కానీ మారుమూల పల్లె వాసులకూ లాభాపేక్ష లేకుండా బ్రాడ్ బాండ్ ఇంటర్నెట్ సేవలు అందించడమే ప్రధాని మోదీ లక్ష్యం అని అన్నారు. ప్రైవేట్ టెలికం సంస్థలు టారిఫ్ లు పెంచడంతో ప్రజలంతా బీఎస్ఎన్ఎల్ వైపు చూస్తున్నారని చెప్పారు.

ముందడుగు
సోమవారం,
05-08-2024,
హైదరాబాద్

మాదాపూర్‌లో అట్టహాసంగా

బోనాల సందడి

- భక్తుల కోలాహలం మధ్య పలారం బండి వేడుకలు
- ఎమ్మెల్యే అరికెపూడి గాంధీ, ఇతర ప్రముఖులు హజరు

ముందడుగు హైదరాబాద్: హైదరాబాద్ మాదాపూర్‌లోని అయ్యప్ప సొసైటీలో బోనాలు వేడుకలు అంగరంగవైభవంగా జరిగాయి. బోనాల అనంతరం ఇ. షణ్ముఖ్ యాదవ్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన పలారం బండి వేడుకల్లో 10,000 మందికి పైగా భక్తులు హాజరయ్యారు. భక్తుల కోలాహలంతో ఆ ప్రాంతమంతా సందడిగా మారింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే అరికెపూడి గాంధీ, వెంకటేష్ యాదవ్, స్థానిక అధికారులు పాల్గొన్నారు. షణ్ముఖ్ యాదవ్ వరుసగా ఆరవ సంవత్సరం బోనాల వేడుకలను అట్టహసంగా అదివారం నిర్వహించారు. మ్యూజికల్ బ్యాండ్‌లు మరియు తెలంగాణ స్థానిక కళారూపాలు ఈ ప్రాంతంలోని గొప్ప సాంస్కృతిక వారసత్వాన్ని ప్రదర్శిస్తూ వేడుకలను రంగులమయంగా మార్చారు.

తెలంగాణ సంస్కృతీ సంప్రదాయాలను ప్రదర్శించడంలో, ప్రచారం చేయడంలో షణ్ముఖ్ యాదవ్‌కు ఉన్న అంకితభావానికి ఈ పండుగ ప్రత్యేక నిదర్శనంగా నిలిచింది. ఈ బోనాలు, పలహార ఉత్సవాల్లో పాల్గొనేందుకు సుదూర ప్రాంతాల నుండి భక్తులు వేల సంఖ్యలో హజరయ్యారు. కొన్ని సంవత్సరాలుగా ఈ వేడుకలు ఊహించని రీతిలో నిర్వహిస్తున్నందుకు షణ్ముక్ యాదవ్ ను పలువురు ప్రముఖులు, నాయకులు అభినందనలతో ముంచెత్తారు.

పురుగుమందు తాగిన మరో రైతు

ముందడుగు

భూ వివాదం నేపథ్యంలో పురుగుమందు తాగి ఓ రైతు ఆత్మహత్యాయత్నానికి పాల్పడిన ఘటన ఖమ్మం రూరల్ మండలంలో ఆదివారం చోటుచేసుకున్నది. బాధిత రైతు కుటుంబ సభ్యుల కథనం ప్రకారం.. జాన్‌బాద్‌తండాకు చెందిన ఏలేటి వెంకటరెడ్డికి మూడు ఎకరాల భూమిని ఉన్నది. అతడి సోదరుడు భూపాల్‌రెడ్డి.. అదే గ్రామానికి చెందిన జాటోత్ వీరన్న దగ్గర కొంత అప్పు తీసుకుని తిరిగి చెల్లించకపోవడంతో ఆయన భూమిని వీరన్న స్వాధీనం చేసుకున్నాడు.

భూపాల్‌రెడ్డి భూమి పక్కనే వెంకటరెడ్డి భూమిని వీరన్న ఆక్రమించాడు. ఆదివారం వీరన్న ట్రాక్టర్‌తో వెంకటరెడ్డి పొలాన్ని దున్నుతుండగా.. వెంకటరెడ్డి దున్న వద్దంటూ వేడుకున్నాడు. అయినప్పటికీ

వినిపించుకోకపోవడంతో పోలీసుల చుట్టూ తిరిగినా న్యాయం జరగలేదు. ఎనిమిదేండ్లుగా ఇబ్బంది పడుతున్నానంటూ పొలం వద్ద సెల్ఫీ వీడియో తీసి సోషల్ మీడియాలో పోస్టుచేశాడు. ఆ తరువాత పురుగుల మందు తాగాడు. వెంకట్‌రెడ్డి ప్రస్తుతం దవాఖానలో చికిత్స పొందుతున్నట్టు ఖమ్మం రూరల్ ఎస్సై రామారావు తెలిపారు. కేసు దర్యాప్తు చేస్తున్నట్టు చెప్పారు.

విజృంభిస్తున్న

డెంగ్యూ జ్వరాలు..

- చుట్టు ప్రక్కల నీరు నిలిచి ఉంటే ప్రమాదం
- ఈ లక్షణాలు ఉంటే జాగ్రత్తపడాలి

ముందడుగు ఆరోగ్యం: వర్షా కాలం అంటేనే వ్యాధుల కాలం.. వర్షా కాలంలో చుట్టూ నీరు నిలిచి దోమల బెడద ఎక్కువగా ఉంటుంది. దానితో పాటు డెంగ్యూ వ్యాప్తి కూడా పెరుగుతోంది. ఈ కాలంలో జ్వరంతోపాటు శరీర నొప్పులు ఉంటే, ముందుగానే జాగ్రత్తగా ఉండాలి. అందుకే జ్వరం రాగానే ముందుగా డెంగ్యూ సోకిందో లేదో నిర్ధారించుకోవాలి. డెంగ్యూ జ్వరం వస్తే 101 నుండి 102 డిగ్రీల వరకు ఉష్ణోగ్రత ఉంటుంది. నిరంతరం జ్వరంగా ఉంటుంది.

ద్రవ పదార్థాలు వాడాలి

అలాగే తలనొప్పి, కళ్ల వెనుక నొప్పి, చర్మంపై ఎర్రటి దద్దుర్లు డెంగ్యూ లక్షణాలు కావచ్చు. వికారం, తీవ్రమైన ఎముకలు, కండరాల నొప్పి కూడా సంభవించవచ్చు. రెండు రోజులైనా జ్వరం తగ్గకపోతే ముందుగా వైద్యులను సంప్రదించాలి. ఈ సమయంలో వీలైనంత ఎక్కువగా నీరు త్రాగాలి. అలాగే అధికంగా ద్రవం శరీరానికి అందించాలి. కొబ్బరి నీళ్లు, నిమ్మరసం తాగడం ఇష్టం లేకుంటే కనీసం పండ్ల రసం అయినా తాగవచ్చు. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం పారాసెటమాల్ గరిష్ట మోతాదు రోజుకు నాలుగు గ్రాముల వరకు తేసుకోవచ్చు. కానీ కాలేయం, గుండె, మూత్రపిండాలకు సంబంధించిన ఏవైనా వ్యాధులు ఉంటే పారాసెటమాల్ తీసుకునే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మర్చిపోకూడదు. అయితే తలనొప్పికి ఆస్పిరిన్ తీసుకోకపోవడమే మంచిది. ఎందుకంటే ఇది రక్తస్రావం సమస్యలను కలిగిస్తుంది.

డెంగ్యూలో మూడు రకాలు..

డెంగ్యూలో 'ఎ', 'బి', 'సి' అనే మూడు రకాలు ఉంటాయి. సాధారణంగా డెంగ్యూ 'ఎ' సోకితే ఆందోళన చెందాల్సిన పనిలేదు. అయితే డెంగ్యూ 'బి' సోకితే కడుపునొప్పి, వాంతులు వంటి సమస్యలు కనిపిస్తాయి. డెంగ్యూ 'సి' వ్యాధి సోకితే అధ్వాన్నమైన పరిస్థితికి చేరుకుంటారు. డెంగ్యూ జ్వరం ఏడిస్ దోమ ద్వారా వ్యాపిస్తుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. ఈ దోమలు రాత్రిళ్లు కుట్టవు. ఏడిస్ దోమలు ఉదయం, సాయంత్రం వేళల్లో చురుగ్గా ఉంటాయి.

ఏడిస్ దోమతో ఇబ్బందే..

అలాగే ఇంటి చుట్టూ ఎక్కడా నీరు పేరుకుపోకుండా చూసుకోవాలి. ఏడిస్ దోమ పరిశుభ్రమైన నీటిలో గుడ్లు పెడుతుంది. ఏడిస్ దోమలు ఇంటి పైకప్పు మీద, బాల్కనీలోని పూల టబ్‌లో, నిర్మాణంలో ఉన్న భవనంలోని వివిధ ప్రదేశాలలో, రహదారి పక్కన పడి ఉన్న టైర్లు వంటి ఇతర కంటైనర్లలో వర్షం వల్ల చేరిన నీటిలో వృద్ధి చెందుతాయి. కాబట్టి ఈ విషయంలో జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

ముందడుగు
సోమవారం, 05-08-2024, హైదరాబాద్

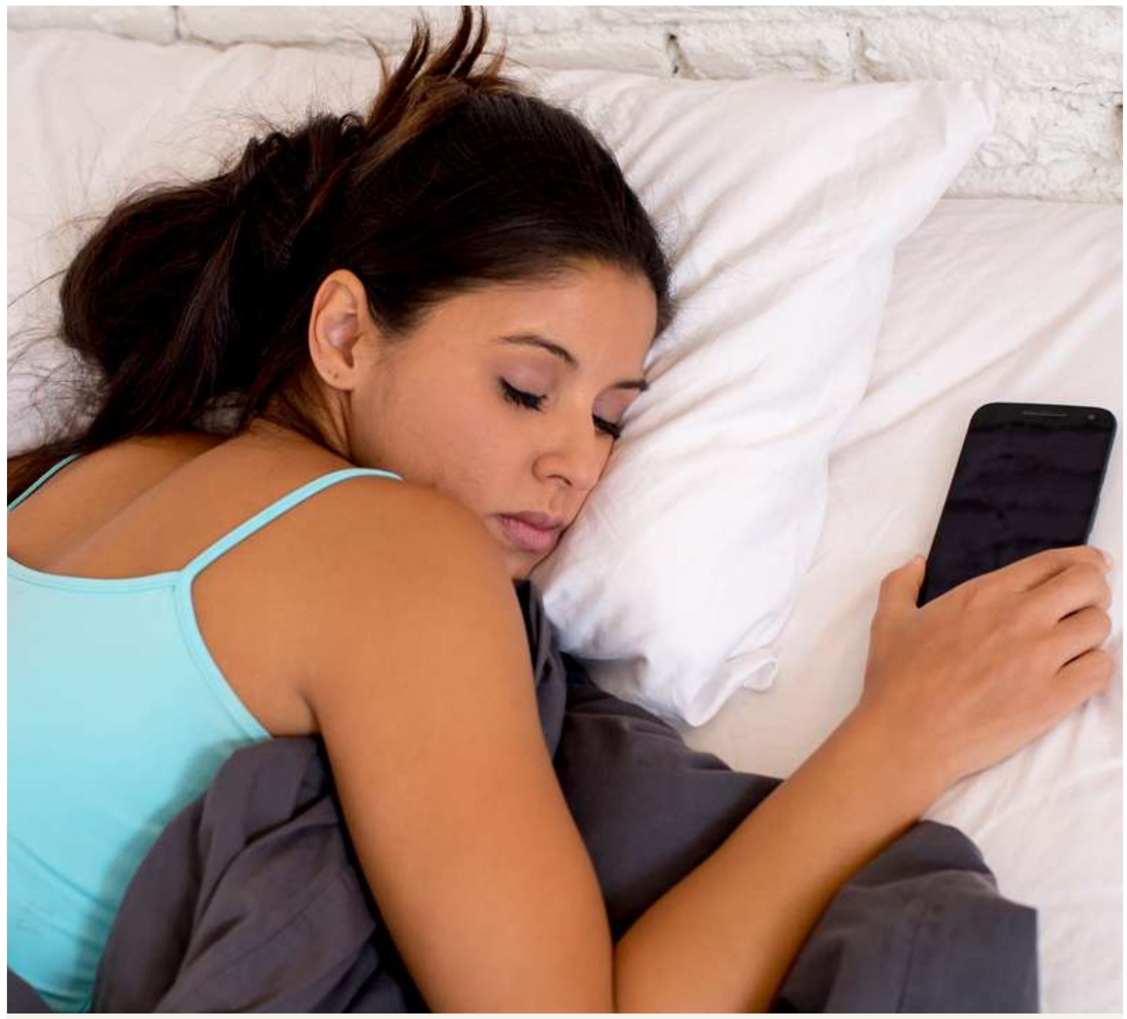
స్పైనల్ మస్కులర్ అట్రోఫీపై

అవగాహన వాక్

గచ్చిబౌలిలో పాల్గొన్న 1500 మందికి పైగా ఔత్సాహికులు

ముందడుగు హైదరాబాద్:
స్పైనల్ మస్కులర్ అట్రోఫీపై అవగాహన పెంచడానికి అంకితమైన ప్రముఖ ఎన్జీఓ క్యూర్ ఎస్ఎమ్ఎ ఇండియా అదివారం ఉదయం హైదరాబాద్‌లోని గచ్చిబౌలి ఇండోర్ స్టేడియం ప్రాంగణం వద్ద 5k/10k "రన్/రైడ్ ఫర్ ఎస్ఎమ్ఎ" అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించింది. ఉదయం 6.30 గంటలకు ప్రారంభమైన ఈ కార్యక్రమంలో ఎస్ఎమ్ఎ యోధుల తల్లిదండ్రులు, వయోజన ఎస్ఎమ్ఎ రోగులు మరియు అనేక మంది ఈ అరుదైన వ్యాధిపై వెలుగునిచ్చేందుకు అవగాహన నిర్వహించారు.

ఈ కార్యక్రమంలో హైదరాబాద్ జోనల్ ఆఫీస్ డిప్యూటీ డ్రగ్స్ కంట్రోలర్ డాక్టర్ ఎ రామ్‌కిషన్, రెయిన్‌బో చిల్డ్రన్స్ హాస్పిటల్ సీనియర్ పీడియాట్రిషియన్ కన్సల్టెంట్ డాక్టర్ రాధా రమా దేవి, ప్రముఖ ఫార్మాస్యూటికల్, బయోటెక్ మరియు క్లినికల్ రీసెర్చ్ సంస్థల సలహాదారులు డాక్టర్ మారుతీ సాయి, తెలంగాణ సోషల్ ఇంపాక్ట్ గ్రూప్, సిఎస్ఆర్ వింగ్ డైరెక్టర్ అర్చన సురేష్, మేజర్ జనరల్ (రిటైర్డ్) డాక్టర్ ఎవికె మోహన్, న్యూరాలజిస్టులు డాక్టర్ లోకేష్ లింగప్ప, డాక్టర్ రమేష్ కోనంకి ప్రత్యేక అతిథులుగా పాల్గొని ఈ కార్యక్రమన్ని ప్రారంభించారు. క్యూర్ ఎస్ఎమ్ఎ వ్యవస్థాపకురాలు శ్రీలక్ష్మి ఎస్ఎమ్ఎ రోగుల జీవితాలను మెరుగుపర్చడానికి తన వ్యక్తిగత నిబద్ధతను ప్రతిజ్ఞ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్యూర్ ఎస్ఎమ్ఎ ఇండియా ఫైనాన్స్ అండ్ కంప్లయన్స్ డైరెక్టర్ అనూప్ పాండా, క్యూర్ ఎస్ఎమ్ఎ ఇండియా పేషెంట్ అడ్వకేసీ కో-ఫౌండర్ మరియు డైరెక్టర్ అర్చన పాండా, రీజినల్ కోఆర్డినేటర్ సతీష్ పాల్గొన్నారు.



రాత్రి పడుకునే ముందు...

ఫోన్ ఎంత దూరంలో ఉండాలి

దిండు పక్కన ఫోన్ ఉంటే జరిగే అనర్థాలు ఏంటి

ముందడుగు ప్రత్యేకం:
మనిషి ఫోన్ లేకపోతే బతకలేని పరిస్థితిలో ఉన్నాడు.. ఇప్పుడు ప్రతి పనికి నిత్యావసర వస్తువుగా మారిపోయింది. స్మార్ట్‌ఫోన్‌లతో నిత్యం వినియోగదారులు హడావిడిగా ఉంటారు. రాత్రి పడుకునేటప్పుడు కూడా స్మార్ట్‌ఫోన్లు తమ దగ్గరే ఉంచుకునే వారు చాలా మంది ఉంటారు.

రాత్రిపూట కాల్ వస్తే లేచి బల్ల దగ్గరకు వెళ్లి సమాధానం చెప్పాల్సిన అవసరం లేదని, నిద్రకు ఆటంకం కలగదని వారి నమ్మకం. కానీ మొబైల్ వినియోగదారులకు రాత్రిపూట మొబైల్ తమ వద్ద ఉంచుకోవడం లేదా ఫోన్ దిండు కింద పెట్టుకుని పడుకోవడం వల్ల అనేక అనర్థాలు కలుగుతాయని తెలియదు. మీరు ఈ ప్రతికూలతలను నివారించాలనుకుంటే మీరు నిద్రపోయేటప్పుడు స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను 3 నుండి 4 అడుగుల దూరంలో ఉంచాలి. ఫోన్‌ను పక్కనే ఉంచుకొని పడుకోవడం వల్ల కలిగే నష్టమేమిటో చూద్దాం.

నిద్ర భంగం:

స్మార్ట్‌ఫోన్‌ల నుండి వచ్చే నీలి కాంతి మెలటోనిన్ ఉత్పత్తికి అంతరాయం కలిగిస్తుంది. నిద్ర నాణ్యతను తగ్గిస్తుంది. ఇది కాకుండా, ఫోన్ నోటిఫికేషన్‌లు, హెచ్చరికలు కూడా నిద్రకు భంగం కలిగిస్తాయి.

అగ్ని ప్రమాదం:

స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను దిండు కింద ఉంచడం వల్ల హీట్ అక్యుమ్యులేషన్‌కు కారణమవుతుంది. ఇది ఫోన్ వేడెక్కడానికి, అగ్ని ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. ఇది కాకుండా ఫోన్ నోటిఫికేషన్‌ల వైబ్రేషన్ మిమ్మల్ని మేల్కొల్పుతుంది. మానసిక దూరాన్ని కూడా కలిగిస్తుంది.

మానసిక ఒత్తిడి:

స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను నిరంతరం ఉపయోగించడం వల్ల మానసిక ఒత్తిడి, ఆందోళనకు గురవుతారు. రాత్రిపూట మీ దగ్గర ఉంచుకోవడం వల్ల మీ మనసుకు పూర్తి విశ్రాంతి లభించదు. అటువంటి పరిస్థితిలో మీరు చిరాకుగా మారవచ్చు. అలాగే రోజంతా ఒత్తిడికి గురవుతారు.

ఆరోగ్య సమస్యలు:

ఎక్కువ సేపు స్మార్ట్‌ఫోన్‌కు దగ్గరగా ఉండటం వల్ల కంటి ఇరిటేషన్, తలనొప్పి, చెవి నొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయి. రాత్రిపూట మీ స్మార్ట్‌ఫోన్‌ను దూరంగా ఉంచడం వల్ల మీ నిద్ర మెరుగుపడటమే కాకుండా మీ ఆరోగ్యంపై కూడా సానుకూల ప్రభావం ఉంటుంది. అందువల్ల మంచి నిద్ర, ఆరోగ్యం కోసం మీ మంచం నుండి దూరంగా ఉంచడం మంచిది.