



అన్నివర్గాలకు మేలుచేసేలా బడ్జెట్

- టిపిసీసీ చిఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్
- డ్రగ్స్ కార్యకలాపాల్లో కేటీఆర్ టీమ్

02

భట్టి బడ్జెట్ బోగస్ బడ్జెట్

- హరీశ్ రావు విమర్శలు

02

భట్టి బడ్జెట్ అంకెల గారడీ

- ఒక ఫెయిల్డ్, ఫాల్స్, ఫ్యాన్సీ బడ్జెట్
- బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాంచందర్ రావు పైర్

02

కనిపించిన నెలవంక.. నేడే రంజాన్

శుభాకాంక్షలు తెలిపిన సీఎంఎల రేవంత్ రెడ్డి, చంద్రబాబు

హైదరాబాద్, మహా: ముస్లింల పవిత్ర పండుగ రంజాన్ (ఈద్ ఉల్ ఫిత్ర్) కు వేగైంది. భారత్ లో శుక్రవారం సాయంత్రం నెలవంక కనిపించింది. దీంతో దేశవ్యాప్తంగా శనివారం (మార్చి 21న) రంజాన్ పండుగను నిర్వహించు కునేందుకు ముస్లిం సోదరులు సన్నద్ధమవుతున్నారు. పవిత్ర దివ్య ఖురాన్ అవతరించిన ఈ మాసంలో కఠిన ఉపవాస దీక్షల అనంతరం ఈ వేడుకను జరుపుకోవచ్చునని ముస్లిం సోదరులు. మనీషిలోని చెడు భావనల్ని, అధర్మాన్ని ద్వేషాన్ని రాపుమాపి గొప్ప పండుగ 'ఈద్ ఉల్ ఫిత్ర్' అని ముస్లింలు భావిస్తారు. కాగా పవిత్ర రంజాన్ (ఈద్ ఉల్ ఫిత్ర్) పండుగ సందర్భంగా రాష్ట్రముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ముస్లిం సోదరులకు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ముస్లిం సోదర సోదరీమణులు తమ కుటుంబ సభ్యులు.

రూ.3,24,234 కోట్లతో తెలంగాణ బడ్జెట్

శాసనసభలో భట్టి కౌన్సిల్ లో ఉత్తమ్.. ఆరోగ్యం.. ఆరు గ్యారంటీలకు పెద్దపీఠ బడ్జెట్ లో కొత్త పథకాలు.. అందరికీ జీవిత భీమా ధీమా

బడ్జెట్ అంటే సంఖ్యల చుట్టూ తిరిగే అంకెలు కాదు. ప్రజల చుట్టూ తిరిగే సంఖ్యలు. బడ్జెట్ ప్రజల జీవనస్థితిగతుల మార్పుకు దోహదపడే లెక్కలు. తెలంగాణ ప్రజల ఆశలు ఆశయాలు నిజం చేసే సంకల్ప పత్రమే ఈ బడ్జెట్. రాష్ట్ర సమగ్ర అభివృద్ధికి అద్దం పట్టేలా దీన్ని రూపొందించాము. గొప్పల కోసం మేము అబద్ధాలు చెప్పం ఈ ప్రభుత్వం వాస్తవాల పునాదుల మీద పనిచేస్తున్నది.

- బడ్జెట్ ప్రసంగంలో భట్టి విక్రమార్క

హైదరాబాద్, మహా: తెలంగాణ ప్రభుత్వం వార్షిక బడ్జెట్ ను ప్రవేశపెట్టింది. శాసనసభలో ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క బడ్జెట్ ప్రవేశపెట్టి ప్రసంగాన్ని ప్రారంభించారు. రూ.3,24,234 కోట్లతో రాష్ట్ర బడ్జెట్ ను ప్రవేశపెట్టారు. ప్రతి పౌరుడికి సామాజిక ఆర్థిక న్యాయం అందించడమే తమ లక్ష్యమని పేర్కొన్నారు. అంబేద్కర్ అడుగు జాడల్లోనే పాలన సాగిస్తున్నట్లు తెలిపారు. రెండు గంటల పాటు భట్టి బడ్జెట్ ప్రసంగం సాగింది. అటు శాసనమండలిలో ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి బడ్జెట్ ను ప్రవేశపెట్టారు. ఉత్తమ్ బడ్జెట్ ప్రసంగం ఛార్జిగా ఇంగ్లీష్ లో సాగింది. బడ్జెట్ లో కొత్త పథకాలు కూడా ప్రవేశపెట్టారు. అందరికీ జీవితభీమా హామీనిచ్చారు.



| బడ్జెట్ కేటాయింపులు (శాఖల వారీగా) | |
|-----------------------------------|---------------|
| వ్యవసాయానికి | 23,179 కోట్లు |
| సివిల్ సప్లై శాఖకు | 7,366 కోట్లు |
| పశు సంవర్ధక శాఖకి | 1529 కోట్లు |
| విద్యుత్ శాఖకు | 21,285 కోట్లు |
| విద్యా శాఖకి | 26,674 కోట్లు |
| వైద్య ఆరోగ్య శాఖకు | 13,679 కోట్లు |
| కాలక్రమ శాఖకు | 998 కోట్లు |
| మహిళా శిశు సంక్షేమ శాఖకి | 3,143 కోట్లు |
| షెడ్యూల్ కులాలకు | 11,784 కోట్లు |
| షెడ్యూల్ తెగలకు | 7,937 కోట్లు |
| వనక బడి తరగతులకు | 12511 కోట్లు |
| మైనార్టీ సంక్షేమానికి | 3,769 కోట్లు |
| రాజీవ్ యువ వికాసంకు | 6 వేల కోట్లు |
| గృహ నిర్మాణానికి | 7,430 కోట్లు |
| ఇటీ శాఖకు | 875 కోట్లు |
| పరిశ్రమల శాఖకి | 3,490 కోట్లు |
| చేనేత శాఖకు | 258 కోట్లు |
| పంచాయతీ రాజ్ శాఖకు | 33,688 కోట్లు |
| ఇరిగేషన్ కు | 22,615 కోట్లు |
| రవాణా రోడ్డు భవనాల శాఖకి | 12,789 కోట్లు |
| న్యాయ శాఖకు | 2367 కోట్లు |
| పురపాలక పట్టణాభివృద్ధి శాఖకు | 17,907 కోట్లు |
| హోం శాఖకు | 11,907 కోట్లు |
| గోదావరి పుష్కరాలకు | 500 కోట్లు |
| పర్యాటక శాఖకు | 1224 కోట్లు |



మూసీపై ముందుకే నష్టపోయేవారిని ఎలా ఆదుకోవాలో చర్చిస్తున్నాం

- మంత్రివర్గ విస్తరణపై ఊహాగానాలొద్దు
- విద్యారంగంలో సమూలమార్పులు..
- బీఆర్ఎస్ హయాంలో ఆరువేల ఫోన్లు ట్యాప్
- తెలంగాణ బడ్జెట్.. రైజింగ్ లక్ష్యానికి పెద్దపీఠ
- మీడియాతో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చిట్ చాట్

హైదరాబాద్, మహా: కేబినెట్ విస్తరణపై ప్రస్తావన వచ్చి నష్టపోయేవారిని ఆదుకోవాలని అవసరం లేదని, మంత్రి వర్గ విస్తరణపై ఊహాగానాలు చేయవద్దని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. శుక్రవారం బడ్జెట్ అనంతరం ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ కేబినెట్ విస్తరణ ఎప్పుడు చేయాలో తనకు తెలుసని, డిప్యూటీ స్పీకర్ ఎన్నిక అవసరం ఉన్నప్పుడు చేస్తానని వెల్లడించారు. తెలంగాణ బడ్జెట్ పూర్వచరిత్ర బడ్జెట్ అని, అభివృద్ధి, సంక్షేమానికి సమాన ప్రాధాన్యమివ్వాలన్నారు. రాష్ట్ర అభివృద్ధి, భవిష్యత్ ఆర్థిక వృద్ధి ని దృష్టిలో పెట్టుకొని మౌలిక వసతుల కల్పనకు సరిపడే నిధుల కేటాయింపు

జగన్ ఇప్పటికైనా చెల్లెలుకు న్యాయం చేయాలని కోరుకుంటున్నా...

వైఎస్ విజయమ్మ అడ్యకేట్ నోటిరి నిజం ఏమిటో దేవుడికి, నా కొడుక్కి తెలుసు

భక్తికి పరమార్థం, పవిత్రతకు ప్రతీక, సేవా భావానికి, మత సామరస్యానికి చక్కటి నిర్వచనం రంజాన్ పండుగ. అల్లాహ్ మీ అందరి జీవితంలో శాంతి, సుఖం, ఆరోగ్యం విశ్వరూపం నింపాలని మనస్ఫూర్తిగా ఆకాంక్షిస్తూ పవిత్ర రంజాన్ పర్వదినం సందర్భంగా ముస్లిం సోదరీ, సోదరులందరికీ..

రంజాన్ పర్వదిన శుభాకాంక్షలు

కంది శ్రీనివాస రెడ్డి
కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆదిలాబాద్ అసెంబ్లీ నియోజక వర్గ ఇంచార్జి

Sid Mubarak Ramadan



తెలంగాణలో బీసీ రిజర్వేషన్ల సమస్య

EDITORIAL
సంపాదకీయం

భా రతదేశంలో 140 కోట్ల జనాభాలో సుమారు 80 కోట్లు మంది బీసీ వర్గాలకి చెందినవారు. ఈ విస్తృత జనాభా సమస్యలను పట్టించుకోకుండా, కొంతమంది దీనిని చిన్న సమస్యగా భావించడం చాలా దురదృష్టకరం. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఎన్నికల సమయంలో ప్రభుత్వం బీసీలకు స్థానిక సంస్థల్లో 42% రిజర్వేషన్లు చట్టబద్ధంగా కల్పిస్తామని హామీ ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చింది. అయితే, రెండేళ్ల గడిచినప్పటికీ, ఈ హామీలను అమలు చేయడానికి ఎటువంటి నిర్ణయక చర్యలు తీసుకోలేదు. బీసీల ఓట్లు మాత్రమే సేకరించడానికి, కులగణనలో తప్పులు చూపించడం, బీసీల జనాభాను తగ్గించడం, రిజర్వేషన్లను 9వ షెడ్యూల్లో చేర్చడానికి వాగ్దానం చేసి కేంద్రానికి పంపి తర్వాత చర్యలేకుండా పదిలేయడం జరుగుతోంది.

చేర్చడంపై కూడా విమర్శలు చేస్తున్నారు. 9వ షెడ్యూల్లో చేర్చినంత మాత్రాన రక్షణ ఉంటుందా అనే సందేహాలు ఉంటాయి. నిజానికి, 2007లో కోహిలి కేసులో జ్యుడిషియల్ రిజర్వేషన్లు జరిగింది. కానీ తరువాత 9వ షెడ్యూల్లో చేర్చితే అది కేంద్ర హక్కులను భంగం చేయదు. ప్రైవేట్ బిల్లులు, జీవోలు ద్వారా బీసీల హక్కులను మళ్లీ మళ్లీ పెట్టడం, మోస పుచ్చడం అనవసరం. కొంతమంది కోర్టులు కొట్టేస్తాయి అని చెబుతున్నారు, కానీ ప్రభుత్వ జీవోలను స్వీచ్ చేయించడం ద్వారా మోసాలు జరగకుండా చర్యలు తీసుకోవచ్చు. తెలంగాణలో బీసీల సమస్యలను పట్టించుకుని, తక్షణమే చట్టపరమైన, సమగ్ర మరియు సంక్షిప్త చర్యలు చేపట్టడం సమాజానికి, రాష్ట్రానికి అవసరం.

జీసీలకు చట్టబద్ధ రక్షణ అవసరం
తెలంగాణ రాష్ట్రంలో బీసీలు అత్యధిక సంఖ్యలో ఉన్న వర్గం. 2014 సమగ్ర కుటుంబ సర్వే ప్రకారం బీసీలు రాష్ట్ర జనాభాలో 61%, ఇటీవల రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేసిన సర్వే ప్రకారం 56.33% ఉంటాయి. ఇతర రాష్ట్రాలలో పోలిస్తే, తెలంగాణలో బీసీ జనాభా అత్యధికంగా ఉంది. అయితే, ఇంత పెద్ద జనాభా ఉన్నప్పటికీ, బీసీలు రాజకీయ, ఆర్థిక, సామాజిక, విద్యా, ఉద్యోగ రంగాలలో సరైన ప్రాతినిధ్యం పొందలేదు. హోస్టిల్లు, కాలేజీలు, వ్యాపారం, రాజకీయాలు, సినిమా పరిశ్రమలో కొన్ని ఆధిపత్య కులాలు మాత్రమే ప్రధాన పాత్రలు పోషిస్తూ, బీసీల వర్గాన్ని అణిచివేస్తున్నాయి. ప్రస్తుతానికి బీసీ రిజర్వేషన్లు, విద్యా, ఉద్యోగ అవకాశాల్లో చట్టబద్ధ రక్షణ లేకపోవడం గమనించదగిన విషయం. బీసీ వర్గంపై వివక్ష, మోసాలు, ప్రాధాన్యం లేకపోవడం కొనసాగుతోంది. భారత రాజ్యాంగం 15వ, 16వ, 46వ అభివరణల ద్వారా వివిధ కుల వర్గాలకు SC, ST, OBC వారిని సమాన అవకాశాలతో ముందుకు తీసుకువచ్చే విధంగా రిజర్వేషన్లు కల్పిస్తుంది. బీసీ వర్గానికి రాష్ట్ర స్థాయిలో రిజర్వేషన్లు ఉన్నప్పటికీ, వీటి అమలు మరియు రక్షణకు ప్రత్యేకంగా "బీసీ రక్షణ చట్టం" లేదు. ఎన్టీఎస్సీ వర్గాలకు "చట్టం ఉన్నప్పటికీ, బీసీ వర్గం కోసం అలాంటి చట్టం లేదు. దాంతో ఏదైనా వివక్ష, హింస, అసమానత పుటలపై సాధారణ ఐసీసీ మరియు రిజర్వేషన్ల అమలు మాత్రమే మార్గం

అవుతుంది. తెలంగాణలో బీసీ జనాభా ఉన్నప్పటికీ, వారు రాజకీయ, సామాజిక, విద్యా మరియు ఉద్యోగ రంగాలలో తగిన ప్రాతినిధ్యం పొందలేకపోతున్నారు. వారి హక్కులను, ప్రతినిధిత్వాన్ని భద్రపరచడానికి ప్రత్యేక చట్టం లేకపోవడం పెద్ద సమస్యగా ఉంది. అందుకే బీసీ సమాజం తరఫున, SC/ST రక్షణ చట్టం వంటిది బీసీ వర్గానికి కూడా రూపొందించాలని డిమాండ్ ఎక్కువగా ఉంది.



- బనాద నందన్ యాదవ్
7032132593

తెలంగాణలో బీసీ మహిళల కోసం సబ్-కోటా అవసరం
తెలంగాణలో బీసీ మహిళలు రాజకీయ ప్రాతినిధ్యం, రిజర్వేషన్ల పరంగా తరచుగా మోసపోతున్నారు. బీసీ మహిళలు సాధారణంగా ప్రముఖ వర్గాల ఆక్రమణ కారణంగా కోటా అవకాశాల్లో మోసపోతున్నారు. ఇది రాజకీయ, సామాజిక మరియు ఆర్థిక శక్తి సమతుల్యాన్ని బద్దం చేస్తుంది. అందువల్ల మహిళా బిల్లులో బీసీ సబ్-కోటా అమలు చేయడం అత్యవసరం. ఇది బీసీ మహిళలకు నిర్బంధమైన రిజర్వేషన్ల హక్కు కల్పిస్తుంది. స్థానిక మరియు రాష్ట్ర స్థాయిలో సమగ్ర ప్రాతినిధ్యం పెంచుతుంది. సామాజిక, ఆర్థిక, రాజకీయ రంగాల్లో బీసీ మహిళల శక్తి సమానంగా ఉపయోగపడుతుంది. తెలంగాణలో బీసీ మహిళలు ఇంకా రాజకీయంగా, రిజర్వేషన్ల పరంగా మోసపోతున్నా. ఈ పరిస్థితిని అర్థం చేసుకుని, మహిళా బిల్లులో బీసీ సబ్-కోటా అమలు చేయడం సమాజంలో సమానత్వాన్ని, సామాజిక న్యాయాన్ని, బీసీ వర్గాల శక్తివృద్ధికి కీలకం.

కొత్త పథకాలు.. కోటి ఆశలు

రచనలకు ఆహ్వానం
ప్రతిరోజు ప్రచురితమయ్యే ఎడిట్ పేజీకి దేశ, రాష్ట్ర రాజకీయాలు, అంతర్జాతీయ పరిణామాలు, ప్రభుత్వాల తీరుతెన్నులు, వివిధ రంగాలపై విశ్లేషణలు, వ్యాసాలు, తాజా అంశాలపై అభిప్రాయాలు పంపండి.
మీ రచనలు పంపాలిస్తే చిరునామా: mahaapatrika@gmail.com
whatsapp: 74369 39999



తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కొత్త పథకాలతో.. కోటి ఆశలు కల్పించింది. ఇంకా ప్రారంభం కాని పథకాలు ఊరిస్తున్నా.. కొత్త పథకాలు ఎంతో కొంత మేలుచేసేవిగా ఉన్నాయని, ప్రధానంగా విద్య, ఆరోగ్య రంగాలకు పెద్దపీఠ లభించినప్పటికీ విశేషాలు భట్టి విక్రమార్క పద్ధతిపై ఉన్నాయి.

ఇందిరమ్మ కుటుంబ జీవిత బీమా :
రాష్ట్రంలోని ప్రజలందరి సంక్షేమం కోసం పేద, ధనిక అనే తేడా లేకుండా 1.15 కోట్ల కుటుంబాలకు ఈ పథకం ద్వారా రూ.5 లక్షల జీవిత బీమాను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అందించనుంది. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆది రాష్ట్రం దినోత్సవం జూన్ 2వ తేదీ నుంచి ఈ కొత్త పథకం అమల్లోకి రానుంది. సామాజిక అంతరాల తొలగింపుకు దోహదం చేస్తుంది. పేద, ధనిక అనే తేడాలు చూడకుండా అందరికీ ఈ పథకాన్ని పరిపూర్ణంగా ని భట్టి విక్రమార్క తెలిపారు.

చేయూత :
"చేయూత" పథకం కింద కొత్తగా 2 లక్షల పెన్షన్లను అమోదించినట్లు బడ్జెట్ సమావేశాల సందర్భంగా డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్క ప్రకటించారు. దీనికి బడ్జెట్లో రూ.14,861 కోట్ల కేటాయింపు ఉంది.

తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూళ్లు :
202627 విద్యా సంవత్సరం నుండి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 100 నియోజకవర్గాల్లో అత్యాధునిక వసతులతో "తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్స్" ఏర్పాటు కు బడ్జెట్లో ఆమోదం లభించింది. ఎంపిక చేసిన ప్రస్తుత ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ఆధునిక, డిజిటల్, మౌలిక సదుపాయాలను పెంచి తీవ్ర శిక్షణ ఇవ్వడం దీని ముఖ్య ఉద్దేశం. ప్రీమియర్ నుండి ఇంటర్ వరకు విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్య ను అందించేందుకు తీసుకొచ్చిన ఈ స్కీమ్ కు బడ్జెట్లో రూ.500 కోట్ల కేటాయింపు ఉంది.

విద్యార్థులకు బ్రేక్ ఫాస్ట్ :
ప్రీమియర్ నుండి ఇంటర్మీడియట్ వరకు విద్యార్థులకు నాణ్యమైన పోషకాలతో కొత్తగా బ్రేక్ ఫాస్ట్ స్కీమ్ అమలు కానుంది. ప్రతీ విద్యార్థికి వారానికి మూడు రోజులు పాలు, మిగిలిన రోజుల్లో రాగి జావ ఇస్తారు. రానున్న విద్యా సంవత్సరం నుంచి ఈ విధానం అమల్లోకి రానుంది. బడ్జెట్లో రూ.800 కోట్ల కేటాయింపు జరిగింది.

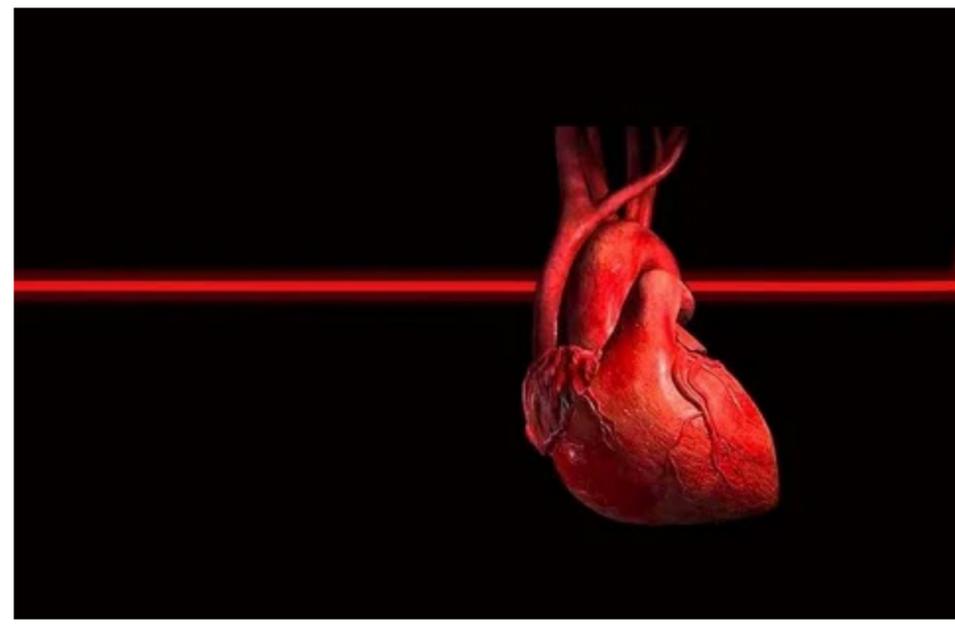
ఇంటర్ విద్యార్థులకు మిడ్-డే మీల్ :
ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలల్లో ఇంటర్మీడియట్ విద్యార్థులకు ఇక మధ్యాహ్న భోజన సదుపాయం. బడ్జెట్లో రూ.100 కోట్ల కేటాయింపు ఉంది.

నగదు రహిత ఆరోగ్య భద్రత పథకం :
ఉద్యోగులు, పెన్షనర్లు, వారిపై ఆధారపడిన దాదాపు 23.51 లక్షల మందికి నగదు రహిత ఆరోగ్య భద్రత పథకం అమలు కానుంది. రాజీవ్ ఆరోగ్య శ్రీ ట్రస్టు ద్వారా అమలు. ప్రభుత్వ ఆసుపత్రులతో పాటు ప్రైవేట్ కార్పొరేట్ ఆసుపత్రులలో 1,998 వ్యాధులకు చికిత్స. ప్రతీ ఉద్యోగికి డిజిటల్ హెల్త్ కార్డు ఇస్తారు.

ఉద్యోగుల ప్రమాద బీమా పథకం :
ఉద్యోగుల భద్రత కోసం దేశంలోనే తొలిసారిగా సమగ్ర ప్రమాద బీమా పథకంను భట్టి విక్రమార్క ప్రకటించారు. ఈ స్కీమ్ ద్వారా ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు, పెన్షనర్లు ప్రమాదపాతక మరణిస్తే 1.20 కోట్ల ప్రమాద బీమా వస్తుంది. 60 ఏండ్ల వరకు రూ. 10 లక్షల టర్మిన్డ్ ఇన్సూరెన్స్ ఉంటుంది. విమాన ప్రమాదంలో మరణిస్తే రూ. 2 కోట్ల అదనపు కవరేజీ ఇవ్వబడుతుంది. సుమారు 7.57 లక్షల ఉద్యోగులు, పెన్షనర్లకు ఈ స్కీమ్ ద్వారా సినిఫిట్ అందుతుంది. బడ్జెట్లో దీనికి రూ. 1.056 కోట్ల కేటాయింపు జరిగింది.

సీఎం ఓవర్సీస్ ఎంప్లాయిమెంట్ ప్రోగ్రాం :
యువతకు వివిధ రంగాలలో తగిన నైపుణ్య శిక్షణ ను, వారికి ఉపాధి లభించిన దేశాల్లో భాషా జ్ఞానంలో శిక్షణ ఇవ్వడం, వీసా అప్లైస్, విదేశీ ప్రయాణ ఏర్పాట్లు, విదేశాలలో ఆరోగ్య సేవలు, హాస్పిటాలిటీ, నిరాణం పనులు, లాజిస్టిక్స్ వంటి రంగాల్లో ఉద్యోగ అవకాశాలు కల్పించేందుకు 'సీఎం ఓవర్సీస్ ఎంప్లాయిమెంట్ ప్రోగ్రాం' తీసుకొచ్చారు. బడ్జెట్లో ఈ స్కీమ్ కు రూ.1,056 కోట్ల కేటాయింపు జరిగింది.

బీసీ ట్రైనిలకు స్కాలర్ షిప్ :
ఈ స్కీమ్ ద్వారా ఎటీసీ (బీసీ)లలో శిక్షణలో ఉన్న ట్రైనిలకు ప్రతి నెల రూ. 2 వేల ఐచ్ఛిక స్కాలర్ షిప్ ఇవ్వబడుతుంది. బడ్జెట్లో రూ.80 కోట్ల కేటాయింపు ఉంది.



హర్యానాలో గుండెపోట్లు

ఆరోగ్యంలో 18 వేల మంది యువత మృతి.. మీ వయసు 18-45 మధ్య ఉంటే జాగ్రత్త

హర్యానాలో గత ఆరోగ్యలో 18-45 ఏళ్ల వయసున్న సుమారు 18,000 మంది గుండెపోటుతో మరణించినట్లు అసెంబ్లీ గణాంకాలు వెల్లడించాయి. యువతలో పెరుగుతున్న ఈ ప్రాణాంతక ముప్పును అరికట్టడానికి వైద్య నిపుణులు ఇప్పుడు కీలక సూచనలిచ్చి.

గుండె జబ్బులు అంటి కేవలం వృద్ధులకు మాత్రమే వచ్చేవి అనే పాత నమ్మకాన్ని హర్యానాలో నమోదైన గణాంకాలు పటాపంచలు చేస్తున్నాయి. రాష్ట్ర ఆస్పత్రిలో బుధవారం వెల్లడైన ఒక నివేదిక ఆరోగ్య రంగంలో కలకలం లేపుతోంది. గత ఆరోగ్య కాలంలో హర్యానాలో 18 నుంచి 45 ఏళ్ల మధ్య వయసున్న సుమారు 18,000 మంది గుండెపోటు లేదా హార్ట్ ఫెయిల్యూర్ కారణంగా ప్రాణాలు కోల్పోయారు.

కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే అడిగిన ప్రశ్నకు ప్రభుత్వం ఇచ్చిన లిఖితపూర్వక సమాధానంలో ఈ దిగ్భ్రాంతి కర లిఖితాలు వెలుగుచూశాయి. 2020 తర్వాత యువతలో గుండె సంబంధిత మరణాలు పెరగడానికి కోవిడ్ 19 అనేకమైన లేదా వ్యాక్సినేషన్ సైడ్ ఎఫెక్ట్ కారణమా? అని ఎమ్మెల్యే ప్రశ్నించారు. దీనిపై ఇప్పటివరకు ఎలాంటి అధికారిక సర్వే లేదా పరిశోధన జరగలేదని ప్రభుత్వం స్పష్టం చేసింది.

పిం చెబుతున్నాయి అధ్యయనాలు :
2025లో ఎయిమ్స్ (AIIMS), ఐసీఎంఆర్ (ICMR) సంయుక్తంగా నిర్వహించిన అధ్యయనం ప్రకారం.. భారత్లో 1845 ఏళ్ల మధ్య వయసున్న ఆరోగ్యవంతుల అకస్మాత్తుగా మరణించడానికి ప్రధాన కారణం 'గుండె' అని గుండె జబ్బులే. ఈ తరహా మరణాల్లో 42.6 శాతం గుండె సమస్యల వల్లే జరుగుతున్నాయి. మిగిలిన కేసుల్లో పంచపాఠసర్వంగా వచ్చే గుండె

సమస్యలు (Inherited electrical disorders) ఉండవచ్చని నిపుణులు భావిస్తున్నారు.

వయసును బట్టి గుండెను కాపాడుకోండి ఇలా..
ప్రముఖ కార్డియాలజిస్ట్ డాక్టర్ బిమల్ ఛాజర్ అభిప్రాయం ప్రకారం.. 20 లేదా 30 ఏళ్లలో ఉన్నప్పుడు 'మాకేం కాదులే' అనే అతివిశ్వాసం ప్రమాదకరం. అందుకే ప్రతి దశలోనూ గుండెను కాపాడుకోవడానికి ప్రత్యేక శ్రద్ధ అవసరమని ఆయన సూచిస్తున్నారు.

20 ఏళ్ల వయసులో: ఆరోగ్యానికి వునాది
ఈ వయసులో అలవాటు చేసుకునే జీవనశైలి మీ గుండె భవిష్యత్తును నిర్ణయిస్తుంది.

ఆహారం
తృణధాన్యాలు, తాజా పండ్లు, తక్కువ కొవ్వు ఉండే ప్రోటీన్ తీసుకోవాలి. ఇంక ఫైబర్, అధిక ఉప్పు, వేపుళ్లకు దూరంగా ఉండాలి.

వ్యాయామం
వారానికి కనీసం 150 నిమిషాల పాటు వేగంగా నడవడం. ఈ క్రమంలోనే గుండె స్పెక్టిం వంటి వ్యాయామాల తప్పనిసరి.

మానసిక ఆరోగ్యం
కెరీర్ ప్రారంభంలో వచ్చే ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి ధ్యానం లేదా స్వామి వ్యాయామాల అలవాటు చేసుకోవాలి.

30, 40 ఏళ్ల వయసులో: నిత్యం అప్రమత్తత
ఈ వయసులో కుటుంబం, ఉద్యోగ బాధ్యతల వల్ల శారీరక శ్రమ తగ్గుతుంది. ఇక్కడే హైబీ, కొలెస్ట్రాల్ వంటి 'సైలెంట్ కిల్లర్స్' ప్రవేశిస్తాయి. 'చాలామంది కెరీర్ బీజీ'లో పది వ్యాయామాలపై వ్యక్తం పెడుతున్నారు. నిజానికి ఈ సమయంలోనే గుండెకు కదలిక చాలా అవసరం" అని డాక్టర్ ఛాజర్ పేర్కొన్నారు.

ఆయన ఇచ్చిన కీలక సలహాలివే:
సరీకలు:
బీజీ, కొలెస్ట్రాల్, షుగర్ లెవెల్స్ ను క్రమం తప్పకుండా పరీక్షించుకోవాలి. సమస్యలు ముందుగా గుర్తించే ప్రమాదాన్ని నివారించవచ్చు.

కదలిక:
జిమ్ కు వెళ్లి సమయం లేకపోతే ఇంట్లోనే యోగా చేయడం లేదా ఇంటి పనుల ద్వారా శరీరానికి శ్రమ కలిగించడం ద్వారా గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు. ముంబైలోని హీరానందని హాస్పిటల్ కన్సల్టెంట్ కార్డియాలజిస్ట్ డాక్టర్ ప్రతీక్ గిరి కూడా యువ భారతీయుల్లో గుండెపోటు ముప్పు పెరగుతోందని అందోళన వ్యక్తం చేశారు. ఆధునిక జీవనశైలి మార్పులే దీనికి ప్రధాన కారణమని ఆయన విశ్లేషించారు. గుండె ఆరోగ్యం అనేది జీవితకాల నిబద్ధత. హర్యానా గణాంకాలు మనకు ఒక చచ్చిపోత లాంటివి. 'యువకులం కదా మాకు గుండె జబ్బులు రావు' అనే శ్రమ నుంచి బయటపడి నేటి నుంచే జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం అవసరం.

తరచుగా ఆందోళన పుట్టే ప్రశ్నలు
1. యువతలో అధికమైన పెరగడానికి కారణమేంటి?
ప్రధానంగా మారిన జీవనశైలి, శారీరక శ్రమ లేకపోవడం, ఇంక ఫైబర్, ఒత్తిడి, గుర్తించని జన్యుపరమైన గుండె సమస్యలు కారణమవుతున్నాయి.
2. హర్యానాలో ఆరోగ్యంలో ఎంత మంది చనిపోయారు?
18 నుంచి 45 ఏళ్ల మధ్య వయసున్న సుమారు 18,000 మంది మరణించినట్లు ప్రభుత్వ గణాంకాలు చెబుతున్నాయి.
3. వారానికి ఎంత వ్యాయామం అవసరం?
కనీసం 150 నిమిషాల పాటు మోస్తూ తీవ్ర శ్రమ గల వ్యాయామం (బ్రీస్ వాకింగ్ వంటివి) గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.



ధురంధర్-2 ఫస్ట్ డే కలెక్షన్స్..

మొదటి సినిమాగా రికార్డ్

'ధురంధర్ 2' ఫస్ట్ డే బాక్సాఫీస్ వద్ద కలెక్షన్స్ సునామి సృష్టించింది. శ్రీ 2, జవాన్, యానిమల్ పంటి చిత్రాల రికార్డులను బద్దలు కొట్టి, బాలీవుడ్ లో అత్యధిక వసూళ్లు సాధించిన చిత్రంగా నిలిచింది. రజపీర్ సింగ్ హీరోగా, అదిత్య ధర్ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ మూవీ మార్చి 18 నుంచే ప్రీమియర్ షోలో థియేటర్స్ లోకి వచ్చేసింది. ఫస్ట్ డే 'ధురంధర్ 2' కలెక్షన్స్ దుమ్మురేపింది. భారతీయ చిత్ర పరిశ్రమలో 'పుష్ప 2' తర్వాత భారీ ఓపెనింగ్స్ రాబట్టిన సినిమాగా ధురంధర్ 2 నిలిచింది. గతేడాదిలో విడుదలైన 'పార్ట్ 1' తొలిరోజు కలెక్షన్లు రూ.28.60 కోట్ల (నెట్) రాబట్టిన విషయం తెలిసిందే. ట్రేడ్ అనలిస్ట్ వెబ్ సైట్ సక్సెస్ ఫ్రకారం ధురంధర్ 2 ఫస్ట్ డే, ప్రీమియర్ షో కలిసి ప్రపంచ వ్యాప్తంగా రూ. 172.63 కోట్ల గ్రాస్ రాబట్టింది. నెట్ పరంగా అయితే రూ. 145.55 కోట్లు అని

ఆ సంస్థ పేర్కొంది. ఈ క్రమంలో నెట్ కలెక్షన్స్ లో రూ.100 కోట్లు దాటిన మొదటి హిందీ సినిమాగా ధురంధర్ 2 నిలిచింది. కేవలం హిందీ నుంచే ఈ సినిమాకు రూ.103 కోట్ల నెట్ కలెక్షన్లు రావడం విశేషం. ఇప్పుడు వరస సెలవులు ఉండటంతో ఫస్ట్ వారంలోనే రూ. 700 కోట్ల మార్కెట్ ను సులువుగా దాటుతుందని అంచనా వేస్తున్నారు. 'ధురంధర్: ది రివెంజ్' ప్రీమియర్ షోనే హిట్ టాక్ తెచ్చుకోవడం ఆపై ఉగాది, రంజాన్ వంటి పండుగల సెలవులు ఉండటంతో ఈ మూవీకి కలిసిపోయింది. ఈ మూవీలోని యాక్షన్ సన్నివేశాలు ప్రేక్షకులను అలరిస్తున్నాయి. మాదవన్, సంజయ్ దత్, అర్జున్ రాంపాల్ వంటి స్టార్ యాక్షన్ ఈ మూవీకి మరింత బలాన్ని చేకూర్చింది. ప్రస్తుతం 'ధురంధర్ 2'కు పన్ను ఆదరణ చూస్తుంటే కలెక్షన్స్ పరంగా మరిన్ని రికార్డులు సృష్టించే అవకాశాలు కనిపిస్తున్నాయి.



నటికి చేదు అనుభవం..

హైవేపై తాగుబోతుల వేధింపులు

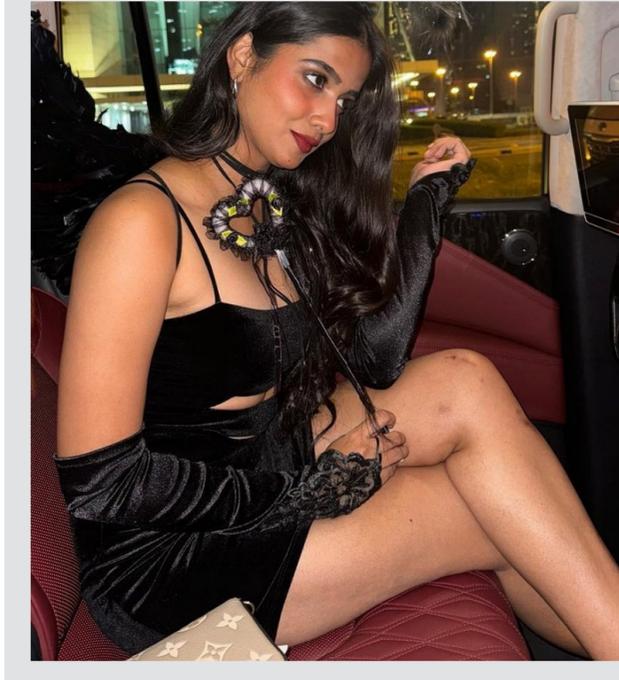
బాలీవుడ్ నటి నిమిషా నాయర్ కు చేదు అనుభవం ఎదురైంది. ముంబై బాంద్రాలో క్యాబ్లో వెళ్తున్న సమయంలో గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు తనను ఇబ్బందిపెట్టారంటోంది. ఈ మేరకు ఓ వీడియోను సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేసింది. ఉదయం 4.50 గంటల సమయంలో నేను క్యాబ్లో వెళ్తున్నాను. ఆ సమయంలో డ్రైవర్ ఓ ఓపెన్ టోప్ క్యాబ్. అ బైక్ పై ఉన్నవారు బాగా తాగినట్లున్నారు. వాళ్లను దాటేసినందుకు కోపంతో ఊగిపోయాను.

కొట్టడానికే రిడే.. క్యాబ్ డ్రైవర్ కు గుణపాఠం చెప్పాలనుకున్నారు. హైవే వైపు వచ్చే మధ్యలో మా కారును అడ్డుకున్నారు. కారు ఎదుటి బైక్ నిలిపి ముందుకు వెళ్లనియకుండా చేశారు. అవేళంతో ఎగబడ్డారు, దుర్భాషలాడారు. డోర్స్ తెరిచేందుకు ప్రయత్నించారు. నన్ను విండో



ఈ హీరోయిన్ ఎవరో గుర్తుపట్టారా..?

పైన కనిపిస్తున్న బాలీవుడ్ హీరోయిన్ ఎవరో గుర్తుపట్టారా..? ఆజాగా ఈ అమ్మడు ఇన్ స్టాలో షేర్ చేసిన ఫోటోస్ అందరి దృష్టిని ఆకర్షిస్తున్నాయి. ఇంతకీ ఆమె ఎవరంటే.. ఒకప్పుడు ఇండస్ట్రీలో అందరి దృష్టిని ఆకర్షించిన హీరోయిన్ నైరా బెనర్జీ. ఇంతకీ ఇప్పుడు ఆ ముద్దుగుమ్మ మీకు గుర్తొచ్చిందా..? దాదాపు రెండు దశాబ్దాల క్రితం ఆ ఒక్కడు సినిమాలో తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయం అయ్యింది. ఆ సినిమా ఆశించిన స్టాయిల్ ఆడకపోయిన మెప్పించింది. మొదటి సినిమాతోనే అందం, అభినయంతో ఫోటోయింగ్ సంపాదించుకుంది. ఆ తర్వాత పలు సినిమాల్లో కథానాయికగా, క్యారెక్టర్ ఆర్టిస్టుగా కనిపించింది. ఆ తర్వాత చాలా కాలంగా సినిమాలకు దూరంగా ఉండిపోయింది. దాదాపు 5 ఏళ్ల గ్యాప్ తర్వాత ఈ ఏడాది ఒక హిందీ సినిమాలో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. ఆ సినిమా నిరాశ పరిచినప్పటికీ ఈ బ్యూటీ కొత్త సినిమా ఆఫర్స్ కోసం ఎదురుచూస్తుంది. ఇప్పటికే ఆమె ముందుకు రెండు సినిమా అవకాశాలు వెళ్లాయని టాక్. మరోవైపు సోషల్ మీడియాలో గ్రామర్ ఫోజులతో మెంటలిటీకిస్తుంది ఈ వయ్యారి. ఈ మధ్య వరుసగా ఫోటోషూట్స్ నెట్టింట షేర్ చేస్తూ కుర్రాళ్లను కట్టిపడేస్తుంది. తాజాగా ఇన్ స్టాగ్రామ్ లో షేర్ చేసిన ఈ ఫోటోలు వైరలవుతున్నాయి. ఇందులో ఆమె చాలా కూల్ గా, అందంగా కనిపిస్తున్నారంటూ కామెంట్స్ చేస్తున్నారని నటిజన్స్.



తెలుగు హీరోలపై ఎందుకంత కోపం?

హీరోయిన్ రియాక్షన్ ఇదే.. తమిళ టాప్ మ్యూజిక్ డైరెక్టర్ జీవీ ప్రకాష్ కుమార్ హీరోగా నటించిన చిత్రం హ్యాపీ రాజ్. శ్రీ గౌరీ ప్రియం హీరోయిన్ గా నటించింది. ఒకప్పటి హీరో అబ్బాస్ దాదాపు పదేళ్ల తర్వాత వెండితెరపై రిఎంట్రీ ఇస్తున్నాడు. అవ్టూడే సినిమాకు ప్రదీప్ రంగనాథన్ వద్ద అసలు నాకు ఎవరి మీదా కోపం లేదు. ఆ సహాయ దర్శకుడిగా పని చేసిన మరొక రాజ్ (మరియ ఇళంజెళియన్) దర్శకత్వం వహించారు. ఈ సినిమా తమిళంలో హిట్ అయి తెలుగులోనూ విడుదల కానుంది. మార్చి 27న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. తెలుగు హీరోలపై ఎందుకంత కోపం? ఈ క్రమంలో శుక్రవారం నాడు హ్యాపీ రాజ్ తెలుగు డైలర్ రిలీజ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో హీరోయిన్ శ్రీ గౌరీ ప్రియంకి చింత ప్రశ్న ఎదురైంది. మీరు సినిమాలో తమిళ హీరోలతో రొమాంటిక్ గా ప్రవర్తిస్తారు. అదే తెలుగు హీరోలతో యారొగంటాగా ప్రవర్తిస్తున్నారు. అంటే వాళ్లను కొడతారు. తెలుగు హీరోలపై ఎందుకంత కోపం? అని ఓ విలేకరి ప్రశ్నించారు. నేనేమైనా కంకణ కట్టుకున్నానా? ఆ ప్రశ్న విని గౌరీ ప్రియం అవాక్కయింది. నేను ఒక్క సినిమాలోనే హీరోను కొట్టాను. నేనేమైనా హీరోలను కొట్టాలని కంకణం కట్టుకున్నానా? అసలు నాకు ఎవరి మీదా కోపం లేదు. ఆ లెక్కన చూస్తే.. నేను అన్ని సినిమాల్లో ఎదుస్తానని అంటారు. తమిళ సినిమాల్లో ఎదుస్తుంది. తెలుగు మూవీస్ లో మాత్రం సంతోషంగా నవ్వుతుండటం అంటారు. అవేమీ నిజం కాదు.. సినిమాలో నా పాత్ర అలా డిజైన్ చేస్తున్నారు అని బదిలి చ్చింది. సినిమా తెలుగువారు అయిన శ్రీ గౌరీ ప్రియం.. లవర్, మ్యాడ్, మెయిల్ వంటి సినిమాల్లో నటించింది. మ్యాడ్ మావీల్ ఈమె.. హీరో రామ్ నిలిన్ చెంప చెళ్లమనిపిస్తుంది. ఆ క్లిప్పింగ్ సోషల్ మీడియాలో తెగ వైరలయింది. ప్రస్తుతం ఆమె చేతిలో వింటా రా సరదాగా, చెన్నై లవ్ స్టోరీ వి త్రాలున్నాయి.



బుల్లితెరపై గ్లామర్ అరాచకం..

జబర్దస్త్ వర్క.. బుల్లితెర ప్రేక్షకులకు ప్రత్యేకంగా పరిచయం అక్కర్లేని పేరు. జబర్దస్త్ జామెడి షో డ్వారా రెండు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో మంచి పేరు సంపాదించుకుంది ఈ భామ. అలాగే బుల్లితెరపై సీరియల్స్ సృజించింది. అయితే తనకు సినిమాలో హీరోయిన్స్ ఛాన్స్ వచ్చినా లిజెక్ట్ చేశానంటూ గతంలో ఓ ఇంటర్వ్యూలో చెప్పుకొచ్చింది ఈ ముద్దుగుమ్మ. జబర్దస్త్ డేట్స్, టీవీ షేడ్యూల్స్ ముందే ఖరారు కావడం వల్ల సినిమా డేట్స్ సర్దుబాటు చేయలేక అసో, ఆఫర్స్ వదులుకున్నట్లు అసలు విషయాలు చెప్పుకొచ్చింది. ప్రస్తుతం తనకు టీవీలో వస్తున్న గుర్తింపు, సంతోషం డిస్టర్బ్ చేసుకోవడం ఇష్టం లేదని తెలిపింది. కొన్ని రోజుల తర్వాత సినిమాల గురించి ఆలోచిస్తానని అన్నారు. సంక్రాంతి ఈ మొట్టె సమయంలో ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకు ఎండలో పనిచేయడం వల్ల అస్వస్థకు గురయ్యానని.. వెంటనే చికిత్స తీసుకున్నట్లు తెలిపింది. సినిమాల్లో తనకు మెయిన్ రీడ్స్, హీరోయిన్ పాత్రలు చేయడం ఇష్టం లేదని.. ఇంట్లో స్వామి లో ఉండే వదిని. అక్క, చెల్లి పాత్రలు ఎక్కువ ఆసక్తి అని అన్నారు. తనకు అలాంటి క్యారెక్టర్ సంతోషాన్నిస్తాయని అన్నారు. ఎన్టీఆర్ చెల్లిగా, రామ్ చరణ్ సినిమాలో కీలకపాత్రలో, అల్లు అర్జున్ గర్లెన్డ్రెస్ గా నటించాలని ఉందని తెలిపింది. ప్రస్తుతం సోషల్ మీడియాలో యాక్టివ్ గా ఉంటుంది వర్క. తాజాగా సీరియం చీరకట్టులో మతిపోగొట్టే ఫోజులతో నెట్టింట మెప్పించే చేస్తుంది ఈ వయ్యారి.