

స్వాధీనీ-సప్టోబ్మామి: ఉద్దోగ భవిష్య నిది సంస్కరణలో నగదు ఉపసంహరణము మరింత సలభశతరం చేసింది. ఇక్కడ అన్నెన్నో నగదు విత్తద్రా దేసోలాపంటే.. క్షౌభింశు చేసిన వెక్కు ప్రోలో దేసే అవసరం లేదని స్వస్థం చేసింది. అలగే బ్యాంక్ అకోంట్సు యజమానులు ధృవీకరించాల్సిన అవసరం కూడా లేదని. ఈ షైఫ్ ట్రాక్ క్లెయమ్ సెలీల్మెంట్ ప్రతియి విల్ల దేశంలో ఎనిమిది కొట్ల మండికి ప్రయోజనం కలుగుతోందని తెలిపింది. ఈ మేరకు కార్బిక్ మంపలిత్తు కాశ గురువారం ఓ ప్రకటనలో వెల్లడించింది. ప్రత్యుత్తం ఉద్దోగ్ నుండి రఘువులో తమ కీమిక్ భాత్యాలో సగదు తీసుకోలాంటే.. అన్నెన్నో రఘువు చేయాలంటే.. యూప్లావ్ లేదా కీమిక్ నంబిలో లింగ్ అయిన బ్యాంక్ పాన్ యుక్కు సంబంధించిన వెక్కు పోలోనే అంటోడి చేయాలి.



ధనిక రాష్ట్రంలో 84శాతం పేదలా?

తెలంగాం ధనిక రాష్ట్రమని, తలని ఆదాయం లెక్కన దేశంలో మొదటిస్టాసంలో ఉండని మన నాయకులు గొప్పగా చెప్పుతుంచారు. అయితే ఇంపరట 90 లక్షల రేపెన్ కార్బులు మంజూరు కాగా, కొత్తగా ఇంకా 10 లక్షల కార్బులు ఇప్పటించున్నారు. ప్రథమత్తం ప్రకారం తెలంగాంలో 84శాతం జనాభాకు కొర్కుకరికి 6 కిలోల వొప్పును స్వియుం సరఫరా ఉండాడను అంటుంది. ఈ లెక్కన రాష్ట్ర జాభాలో 84శాతం మంది పేదవారే. స్వియుంత్యం వచ్చి దేశ విభజన జరిగినప్పుడు పంచాంబ్ రాష్ట్రలో మంచి పంచిలు పండి భూమిలు పాకిస్తానుకు వెళ్లాయి. దానిలో దేశంలో తీండిగింజల కొరట ఏర్పడింది. ముదచి పంచవర్ష ప్రాథాలిక్ లో వ్యవసాయ రంగానికి అధిక ప్రాథాన్యతనిన్ను భాక్రానంగలే వంటి ఒప్పుతో సమాచారమంతో ఆపోరధాన్యాల దిగుబడి పెరిగింది. అయినా, పెరుగుతున్న జనాభాకు అది సిలిపోక అపర కొరట నెలకొంది. అప్పటి పట్టిపుల్లు పేదలకు ఆపోరథిత కల్పించడానికి 1955లో ప్రజాపంచిచే వ్యవస్థ ఏప్పాటు చేసి, పేదలకు దేవోకిర్యల ద్వారా సింహిపై ఆపోరధాన్యాలు ఉపటి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిని ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిని ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిని ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిలో ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిలో ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిలో ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపోరధాన్యాలు సింహిపై అందించడానికి నేపసల్ పుడ్ సెక్యూరిటీ యాక్ట్ (హారీయ అపర భద్రత చట్టం) తీసుకొనింది. దీనిలో రాష్ట్రాలకు కావలసిన ఆపోరధాన్యాలు, కిరోనిన పంచిలి కేంద్ర ప్రభుత్వం సరఫరా చేస్తున్నది. %తెలంగాం ఏర్పడాక, రాష్ట్రానికి ప్రతినెలా ఒక లక్ష ఆర్యవేల టస్సుల బియ్యం, 4,300 టస్సుల గోధుమలు, 5 వేల టస్సుల కెక్కుల పంచిలి కేంద్రం ఇచ్చింది. 2015 ఏప్రిల్ నుంచి కేంద్రం ఇచ్చిన బియ్యం, గోధుమలకు అడవంగా రాష్ట్రం మరో 56 వేల టస్సుల బియ్యం, 8 వేల టస్సుల గోధుమలు ప్రతి పెగినా, పేదలకు ఆపోరధాన్యాలు సరిగా అందలేదు. దీనిలో ర్యాఫోలో ఉంచుకొని కేంద్ర ప్రభుత్వం 2013లో ప్రజలకు ఆపో



శ్రీరం పరికుట్టగా ఉండాలంటే స్నానం తప్పనిసరి. ప్రతిరోజు స్నాన పద్ధతిలో స్నానం చేయుని పశ్చంతో అనారోగ్య సుఖస్వయ ఎదురుపుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. స్నానం చేయాల్సిన విధానం గరించి జిల్లా తెలుగుప్పున్నారు.స్నానానికి మరీ వ్యాపార కలిగి విధంగా ఉండాలి. ఏ కాంటో స్నాన గోవెచ్చని నీటితో స్నానం చేయడం మంచిది.మందుగా ముఖం, కాళ్ళు, చేతులను నీటితో తడపాచి. తరవాత మిలిని శరర భాగాలు తడిసేలా నీరు పోసుకోవాలి.స్నానానికి సబ్బు తప్పనిసరి. అయినప్పుడికి కలిగాన్న ఎక్కువగా సబ్బుతో చెలకించుకుంటూ రొజ్జాలకు అంటిన పొంపును వదిలించాలి. తల మొల్లున్ని నీటితో పుట్టుచుంచుకుంటూ తరవాత మంచిది కాదు. వారిని రుద్దుకూడదు. అలా చేస్తే చర్చం పొడిజారుతుంది. మందుగా చేతులతో సబ్బు సురుగ తీసుకుని దాంతో

స్నానం ఎలా చేయాలి?

ముఖాన్ని రుద్దుకోని వెంటనే నీటితో పుట్టం చేసుకోవాలి. తరవాత మెడ, భుజాలు, చేతులు, ఛాతీ, వీపు, పొండులు సబ్బుతో రుద్దుకోవాలి. ముఖులు మీదనుంచి నీట్లు పోసుకుంటూ సబ్బు పూర్తిగా వదిలేలా శరీర భాగాలును తోముకోవాలి. చిపరగా కాళ్ళు, పాదాలు, వేషసు సబ్బుతో రుద్ది అది పూర్తిగా వదిలేవరకు నీట్లు పోసుకుంటూ తోముకోవాలి. తలస్థానం నీట్లు పోసుకుంటూ తోముకోవాలి. అలా కాంటో బట్టాపారిగా తలపై నీట్లు కుమ్మరించుకుంటే తలనొప్పి వస్తుంది. మందుగా తలకు పొంపు ప్రస్తుతి రెండం నిమిషాలు ఆయి. తరవాత తలపై నీట్లు చిలకించుకుంటూ రొజ్జాలకు అంటిన పొంపును వదిలించాలి. తల మొల్లున్ని నీటితో పుట్టుచుంచుకుంటే తరవాత శరీర భాగాలకు సబ్బు వట్టించాలి. ప్రతిరోజు తలస్థానం చేయడం మంచిది కాదు. వారిని

రిక్కణ ఒన్స్ వాట్ట్ మెలకలే



ఉద్యోగాలు విభిన్నిసి... మా స్పష్టంలం కృష్ణజీలు చినటగిరాల. అయితే నా చిన్నప్పుడే మా కుటుంబం బభ్రువు జిల్లా కంట్లీకి పెట్టిపోయింది. అమ్మ ధనల్లికి, నాన్న వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు. ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీఎస్స్ వెళ్లసు. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, నా పారశాల విద్యామ్యసం అతమం సంపాదు దెచ్చియ్యిల్ హైస్టోలోనే శాంగించి. ధార్మార్థాలో వీఎస్స్ శీట్జెస్ వదివాసు. గోల్ మెడల్ మెట్టుమొదల్ అయితే నా గ్రామాలో మొట్టమొదల్ గ్రామ్యయేసునే. సిల్వర్ సాధించాలన్న లక్ష్మితో, కోచింగ్ కోసం ధిర్చీ వెళ్లసు. మా అమ్మ ధనల్లికి మర్దుపు లేకపోతే అది సాధ్యమయ్యది కాదు.

ఎప్పణి మెయిన్ వరకు భేటును. కానీ అంటర్యూలో వీరపందరొపు... అమ్మరా వ్యవసాయం చేసేవారి. నాకు ఇచ్చరు అస్తులు, న

