ఊరట దక్కినా ఇంకా జైల్లోనే!

ఈడీ కేసులో కేజ్రీవాల్‌కు మధ్యంతర బెయిల్

సీబీఐ కేసులో 25 వరకు కస్టడీ పొడిగింపు

న్యూఢిల్లీ, జూలై 12: ఢిల్లీ మద్యం పాలసీకి సంబంధించిన మనీ లాండరింగ్ కేసులో ఢిల్లీ సీఎం కేజ్రీవాల్‌కు సుప్రీంకోర్టు శుక్రవారం మధ్యంతర బెయిల్ మంజూరు చేసింది. అయితే అవినీతి ఆరోపణల కేసులో కస్టడీ పొడిగింపు వల్ల ఇంకా ఆయన జైల్లోనే ఉండాల్సి వచ్చింది. ఈ నేపథ్యంలో సీఎంగా కొనసాగాలా, వద్దా అనే విషయాన్ని కేజ్రీవాల్‌కే వదిలిపెడుతున్నామని కోర్టు తెలిపింది. మూడు నెలలకు పైగా ఆయన జైలు జీవితంతో ఇబ్బందులు పడుతున్న విషయం తమకు తెలుసని చెప్పింది. ఆయన అరెస్ట్ చట్టబద్ధతపై తలెత్తిన ప్రశ్నల విచారణను విస్తృత ధర్మాసనానికి సిఫారసు చేస్తున్నామంది. కాగా, అవినీతి ఆరోపణల కేసులో ఢిల్లీ కోర్టు ఈ నెల 25 వరకు కేజ్రీవాల్ కస్టడీని పొడిగించింది.

'ఇండియా పోస్టు' పేరుతో ఫేక్ సందేశాలు

డాటా చోరీకి సైబర్ నేరగాళ్ల యత్నాలు

న్యూఢిల్లీ: పౌరుల వ్యక్తిగత, బ్యాంకు సంబంధిత వివరాల డాటా చోరీకి సైబర్ నేరగాళ్లు అనేక అడ్డదారులు తొక్కుతున్నారు. ఇందులో భాగంగా 'ఇండియా పోస్టు' పేరుతో ఎస్ఎంఎస్ పంపుతూ తాజాగా మరో మోసానికి తెరలేపారు. మీ ప్యాకేజీ వేర్ హౌస్‌కు వచ్చిందని, డెలివరీ చేసేందుకు 48 గంటల్లోగా పూర్తి చిరునామా వివరాలు ఇవ్వాలని, లేకుంటే పార్సిల్ వెనక్కు వెళ్లిపోతుందని ఒక లింక్ పంపుతున్నారు. అయితే దీనిపై ప్రెస్ ఇన్ఫర్మేషన్ బ్యూరో(పీఐబీ) పౌరులకు హెచ్చరికలు చేసింది. ఆ లింక్‌ను క్లిక్ చేస్తే వ్యక్తిగత సమాచారం చోరీకి గురవుతుందనిమీ ఫోన్ యాక్సెస్ పొందుతారని పేర్కొన్నది. ఇండియా పోస్టు అలాంటి సందేశాలు, లింకులు పంపదని పీఐబీ స్పష్టం చేసింది.

గుదిబండలా గ్యారెంటీలు!

- **నిధులన్నీ వాటికే ఖర్చవుతున్నాయి**
- **అభివృద్ధి పనులకు కేటాయింపుల్లేవు**
- **కర్ణాటక సీఎం సలహాదారు వ్యాఖ్యలు**

బెంగళూరు, జూలై 12: ఎన్నికల్లో గెలుపే లక్ష్యంగా ఓటర్లను ఆకర్షించేందుకు కర్ణాటకలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన ఐదు గ్యారెంటీలు ఇప్పుడు ప్రభుత్వానికి గుదిబండగా మారుతున్నాయి. గ్యారెంటీలు అమలు చేసేందుకే సర్కారు ఖజానా ఖాళీ అవుతుండటంతో అభివృద్ధి పనులు అటకెక్కాయి. ఈ విషయాన్ని కాంగ్రెస్ నేతలే బాహాటంగా అంగీకరిస్తున్నారు. తాజాగా కొప్పల్ జిల్లాలోని యెల్బర్గ ఎమ్మెల్యే, ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్యకు ఆర్థిక సలహాదారుడు బసవరాజ్ రాయరెడ్డి తన నియోజకవర్గంలో ఒక చెరువు పనుల ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో మాట్లాడుతూ.. 'ముఖ్యమంత్రి నన్ను ఆర్థిక సలహాదారుగా నియమించుకున్నారు. నేను ఆయనతో రోజూ మాట్లాడతా. ఈ పనికి(చెరువు) డబ్బులు వచ్చాయి. రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి పని ఇదొక్కటే. నిధులన్నీ గ్యారెంటీలే ఖాళీ చేసేస్తున్నాయి. రూ.60-65 వేల కోట్లు గ్యారెంటీలకు ఖర్చవుతున్నాయి. ఇది ఎంత కష్టమో నాకు తెలుసు' అంటూ వ్యాఖ్యానించారు.

పునరాలోచన చేయండి: కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు కర్ణాటకలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడి ఏడాది దాటిపోయింది. అప్పటి నుంచి అభివృద్ధి పూర్తిగా నిలిచిపోయిందని ప్రతిపక్ష బీజేపీ, జేడీఎస్ నేతలు ఆరోపిస్తున్నాయి. ఇటీవల పలువురు కాంగ్రెస్ నేతలు కూడా ఇవే వ్యాఖ్యలు చేస్తున్నారు. ఇటీవల బాగల్‌కోట్ కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే జేటీ పాటిల్ కూడా గ్యారెంటీలపై మరోసారి పునరాలోచన చేయాలని ముఖ్యమంత్రి సిద్ధరామయ్యను కోరారు. మరో కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే బాలకృష్ణ, ఆ పార్టీ సీనియర్ నేత లక్ష్మణ్ కూడా గ్యారెంటీలకు వ్యతిరేకంగా మాట్లాడారు. కాగా, రాయరెడ్డి తాజా వ్యాఖ్యలు చర్చనీయాంశం కావడంతో ఉప ముఖ్యమంత్రి, పీసీసీ అధ్యక్షుడు డీకే శివకుమార్ స్పందించారు. ఎలాంటి ఆర్థిక ఇబ్బందులు లేవని, తాము అన్నింటినీ ఓ దారికి తీసుకొస్తున్నామని, గ్యారెంటీలను కొనసాగిస్తామని వివరణ ఇచ్చుకున్నారు.

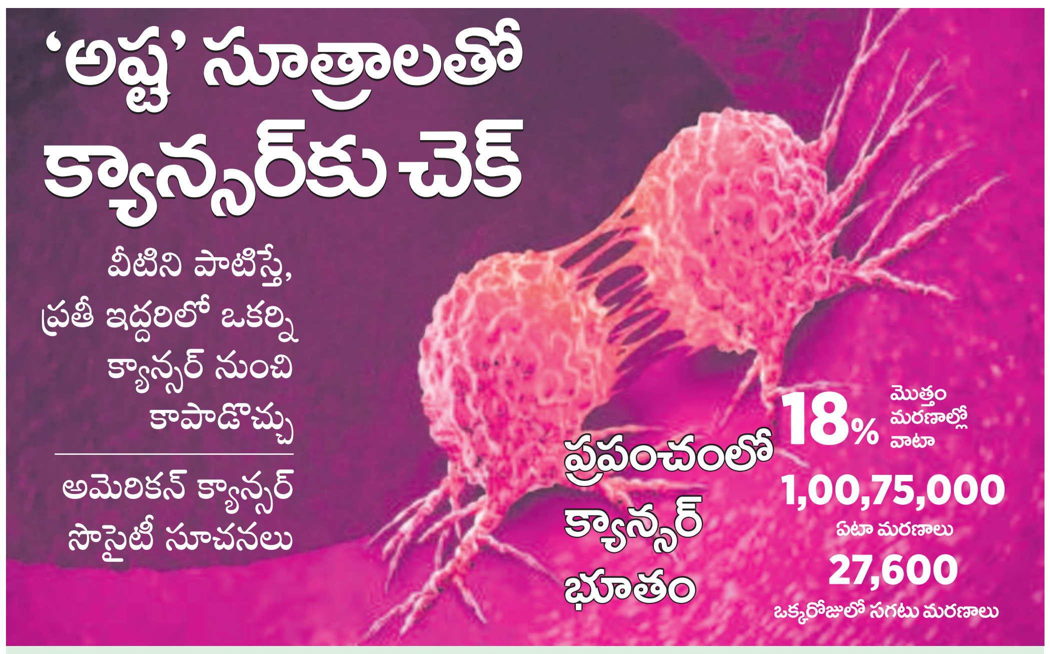
ప్రజలపై పన్నుల మోత

ఖజానా మొత్తం గ్యారెంటీలకే ఖర్చు అవుతున్న నేపథ్యంలో ఆదాయ సమీకరణకు కాంగ్రెస్ సర్కారు ప్రజలపై పన్నుల మోత మోగిస్తున్నది. గైడెన్స్ వ్యాల్యూ ట్యాక్స్, అదనపు ఎక్సైజ్ డ్యూటీ, రవాణా వాహనాలపై అదనపు సెస్, ఈవీలపై లైఫ్ టైమ్ ట్యాక్స్, పెట్రోల్, డీజిల్‌పై సేల్స్ ట్యాక్స్‌ను పెంచేసింది. బస్సు చార్జీలు కూడా పెంచే యోచనలో ఉన్నది.

ఏడాదిలో కర్ణాటకలో పన్నుల వాత ఇలా..

- పెట్రోల్, డీజిల్‌పై సేల్స్ ట్యాక్స్ - 4 శాతం పెంపు
- గైడెన్స్ వ్యాల్యూ ట్యాక్స్ - 15 నుంచి 30% పెంపు
- దేశీయ లిక్కర్‌పై అదనపు ఎక్సైజ్ డ్యూటీ - 20 శాతం పెంపు
- బీర్లపై అదనపు ఎక్సైజ్ డ్యూటీ - 175 నుంచి 185 శాతం పెంపు
- కొత్తగా రిజిస్టరైన రవాణా వాహనాలపై అదనపు సెస్ - 3 శాతం పెంపు
- రూ.25 లక్షల పైబడిన ఎలక్ట్రికల్ వాహనాలపై లైఫ్‌టైమ్ ట్యాక్స్ విధింపు.

'అష్ట' సూత్రాలతో క్యాన్సర్‌కు చెక్



(స్పెషల్ టాస్క్ బ్యూరో)

హైదరాబాద్, జూలై 12 (నమస్తే తెలంగాణ): క్యాన్సర్ మహమ్మారితో ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఏటా కోటి మందికి పైగా మృత్యువాత పడుతున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో 'ప్రివెన్షన్ బెటర్ దాన్ క్యూర్' అనేది క్యాన్సర్ విషయంలో సరిగ్గా సరిపోతుందని అమెరికన్ క్యాన్సర్ సొసైటీ (ఏసీఎస్) పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. వ్యాధి సోకిన తర్వాత చికిత్స తీసుకోవడం కంటే, వ్యాధి రాక ముందే నివారణ చర్యలు ఆరంభించడం కీలకమని పేర్కొంటున్నారు. అందుకే, క్యాన్సర్ దరిచేరకుండా ఉండేందుకు 8 సూత్రాలను ఏసీఎస్ పరిశోధకులు ప్రకటించారు.

క్యాన్సర్ రాకుండా అష్ట నియమావళి

ధూమపానం వద్దు

ధూమపానం కారణంగా దాదాపు 16 రకాల క్యాన్సర్లు సోకే ప్రమాదమున్నది. ఊపిరితిత్తుల క్యాన్సర్, పెద్దపేగు క్యాన్సర్ ఇందులో ప్రధానమైనవి. ధూమపానం వల్ల పొగ తాగే వారికే కాకుండా ఆ పొగను పీల్చే వారి కుటుంబసభ్యులకూ ప్రమాదమే.

స్థూలకాయమా? చూసుకోండి!

బరువు పెరగడమూ క్యాన్సర్ సోకడానికి ఓ కారణంగా మారింది. కొవ్వు అధికంగా చేరడం, రక్తంలో ఇన్సులిన్ స్థాయిల్లో మార్పుతో అండాశయ క్యాన్సర్, కొలొరెక్టల్ క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉన్నది. మహిళల్లో 11 శాతం కేసులు, పురుషుల్లో 5% కేసులు ఈ క్యాటగిరీవే.

మద్యపానంతో ఇలా..

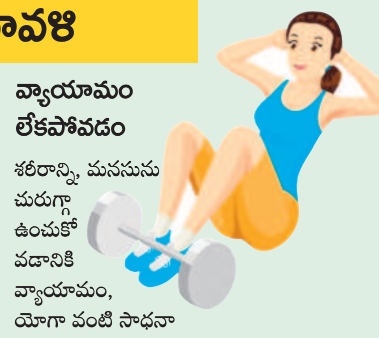
క్యాన్సర్ కొత్త కేసుల్లో 5.5%, మరణాల్లో 5.8% వాటా మద్యానిదే. మద్యం సేవించడం వల్ల కాలేయంతో పాటు డీఎన్ఏ కణాలు నాశనమవుతాయి. హార్మోన్ల సమతౌల్యం దెబ్బతింటుంది. ఫలితంగా నోటి క్యాన్సర్, అన్నవాహిక క్యాన్సర్, కాలేయ క్యాన్సర్, రొమ్ము క్యాన్సర్, ఉదర క్యాన్సర్ రావొచ్చు.

ప్రాసెస్డ్ మాంసం వద్దు..

మాంసం నిల్వ ఉంచడానికి కొన్ని రసాయనాలను కలుపుతారు. ఇవి క్యాన్సర్ కారకాలుగా పనిచేస్తాయి. అలాంటి ప్రాసెస్డ్ ఫుడ్‌ను తీసుకోకపోవడమే మంచిది.

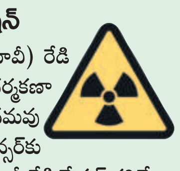
కూరగాయలు, పండ్లు తింటున్నారా?

ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండే ఆకు పచ్చని కూరగాయలు, తాజా పండ్లు, కాల్షియం లభించే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం మరిచిపోవద్దు. వీటిని విస్మరిస్తే శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు అందకపోవడంతో ఇమ్యూనిటీ తగ్గిపోతుంది. ఇది క్యాన్సర్ కణాల వృద్ధికి కారణమవ్వొచ్చు.



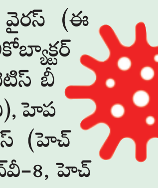
వ్యాయామం లేకపోవడం

శరీరాన్ని, మనసును చురుగ్గా ఉంచుకోవడానికి వ్యాయామం, యోగా వంటి సాధనాలను చేయాలి. క్యాన్సర్ కట్టడిలో ఇవి కూడా కీలకపాత్ర పోషిస్తాయి.



యూవీ రేడియేషన్

ఆల్ట్రావయోలెట్ (యూవీ) రేడియేషన్ కారణంగా చర్మకణాల్లోని డీఎన్ఏ నాశనమవుతుంది. ఇది చర్మ క్యాన్సర్‌కు కారణం కావొచ్చు. యూవీ రేడియేషన్ తగిలే ప్రాంతాలకు దూరంగా ఉండాలి.



ఈ వైరస్‌లూ ప్రమాదమే

ఎప్‌స్టీన్-బార్ వైరస్ (ఈబీవీ), హెలికోబ్యాక్టర్ పైలోరీ, హెపటైటిస్ బీ వైరస్ (హెచ్‌బీవీ), హెపటైటిస్ సీ వైరస్ (హెచ్‌సీవీ), హెచ్‌హెచ్‌వీ-8, హెచ్ఐవీ, హెచ్‌పీవీ తదితర వైరస్‌ల బారినపడ్డ వారికీ క్యాన్సర్ సోకే ప్రమాదం ఉన్నది. ఇవి రాకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.

2054 నాటికి 170 కోట్లు

తర్వాత 12 శాతం తగ్గే అవకాశాలు

భారత జనాభాపై ఐరాస అంచనాలు

యునైటెడ్ నేషన్స్: ప్రపంచంలోనే అత్యధిక జనాభా గల దేశంగా చైనాను దాటేసి భారత్ ఇప్పటికే అగ్రస్థానానికి చేరుకున్నది. 2054 నాటికి దేశ జనాభా దాదాపు 170 కోట్లకు చేరుకొంటుందని ఐక్యరాజ్యసమితి తాజాగా అంచనా వేసింది. ఆ తర్వాత 12 శాతం(దాదాపు 20 కోట్లు) తగ్గుదల ఉంటుందని, అయినప్పటికీ, ఈ శతాబ్దం అంతా ప్రపంచంలోనే అత్యధిక జనాభా కలిగిన దేశంగా భారత్ కొనసాగుతుందని ఐరాస ఆర్థిక, సామాజిక వ్యవహారాల విభాగం(డీఈఎస్ఏ) 'వరల్డ్ పాపులేషన్ ప్రాస్పెక్ట్స్-2024' నివేదికలో తెలిపింది. ఇదే సమయంలో జననాల రేటు తగ్గుదలతో చైనాలో జనాభా భారీగా పడిపోతుందని, 2025 నాటికి 121 కోట్లకు, ఈ శతాబ్దం చివరి నాటికి ఏకంగా 63.3 కోట్లకు దిగి వస్తుందని అంచనా కట్టింది.

ప్రపంచ జనాభా పెరుగుదల

2024- 820 కోట్లు
2080- 1,030 కోట్లు(అంచనా)
2100- 1,020 కోట్లు(అంచనా)

భారత్ జనాభా పెరుగుదల

2024- 145 కోట్లు
2054- 170 కోట్లు(అంచనా)
2,100 -150 కోట్లు(అంచనా)

భారీగా తగ్గనున్న చైనా జనాభా

2024- 141 కోట్లు
2054- 121 కోట్లు(అంచనా)
2,100- 63.3 కోట్లు(అంచనా)

65 కోట్ల ఫీజు తిరిగి ఇచ్చేయండి

10 ప్రైవేట్ స్కూళ్లకు మధ్యప్రదేశ్ ప్రభుత్వం ఆదేశాలు

జబల్‌పూర్: ఏళ్ల తరబడి విద్యార్థుల నుంచి అధికంగా వసూలు చేసిన ఫీజును వారికి తిరిగి ఇచ్చేయాలని మధ్యప్రదేశ్‌లోని జబల్‌పూర్ జిల్లా అధికారులు 10 ప్రైవేట్ విద్యా సంస్థలను ఆదేశించారు. చట్టాన్ని ఉల్లంఘించి కొన్ని ప్రైవేట్ విద్యా సంస్థలు మొత్తం ఏడు విద్యా సంవత్సరాలలో 81 వేల మంది విద్యార్థుల నుంచి 65 కోట్ల రూపాయలు అదనంగా ఫీజుల రూపంలో వసూలు చేశాయని జబల్‌పూర్ డీఈఓ ఘనశ్యామ్ సోని తెలిపారు. వీటిని ఆయా స్కూళ్ల విద్యార్థులకు తిరిగి ఇచ్చేయాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. అధిక ఫీజుల వసూలుపై జిల్లా స్థాయి కమిటీ విద్యాసంస్థల లెక్కలను పరిశీలించింది.

ముంబై, జూలై 12: ఆసియాలోనే అత్యంత ధనవంతుడైన ముఖేశ్ అంబానీ చిన్న కుమారుడు అనంత్ అంబానీ వివాహం తన చిన్ననాటి స్నేహితురాలు రాధిక మర్చంట్‌తో వైభవంగా జరిగింది. ముంబైలో శుక్రవారం జరిగిన ఈ వేడుకకు రాజకీయ, సినీ, క్రీడా రంగాలకు చెందిన ప్రముఖులు హాజరయ్యారు. యూకే మాజీ ప్రధాని టోని బ్లెయిర్, నటీనటులు జాన్ సీనా, అమితాబ్ బచ్చన్, షారూఖ్ ఖాన్, సల్మాన్ ఖాన్, అజయ్ దేవగన్, రణ్‌బీర్ కపూర్, ఆలియా భట్, టైగర్ ష్రాఫ్, వరుణ్ ధావన్, రజినీకాంత్, రామ్ చరణ్, మహేశ్ బాబు, క్రీడాకారులు సచిన్ టెండుల్కర్, ధోని, తదితరులు వివాహ వేడుకకు హాజరయ్యారు.

సెంట్రీ విధులకే అగ్నివీర్లు!

- **వారికిస్తున్నది అరకొర శిక్షణే**
- **సాంకేతికతను ఎక్కువగా వాడే ఎయిర్‌ఫోర్స్, నేవీకి సరిపడరు**
- **అగ్నిపథ్ పథకంతో యుద్ధ సన్నద్ధత కుంటుపడుతుంది**
- **సంస్కరణలకు మిలిటరీ ఏమీ 'ల్యాబ్' కాదు: మాజీ నేవీ చీఫ్‌లు**

న్యూఢిల్లీ: అగ్నిపథ్ పథకంపై సర్వత్రా విమర్శలు వ్యక్తమవుతున్న వేళ భారత నేవీ మాజీ చీఫ్ అడ్మిరల్ అరుణ్ ప్రకాశ్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. అగ్నివీరులకు అరకొర శిక్షణ ఇస్తున్నారని, వీరు సెంట్రీ విధులకు మాత్రమే సరిపోతారని అభిప్రాయపడ్డారు. ఓ ఇంటర్వ్యూలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. అగ్నిపథ్ పథకం యుద్ధ సన్నద్ధతను తగ్గిస్తుందని, ఈ ప్రభావాన్ని గుర్తించకుండా అగ్నిపథ్‌ను అమలు చేయడం తొందరపాటు చర్య అని పేర్కొన్నారు. సంస్కరణలు చేసేందుకు మిలిటరీ ఏమీ ప్రయోగశాల కాదని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ప్రాణాంతక ఆయుధాలు, సంక్లిష్టమైన యంత్రాల నిర్వహణ బాధ్యతలు ఇవ్వాలంటే ముందుగా ఎవరికైనా కనీసం ఐదారేండ్లు శిక్షణ ఇవ్వాల్సి ఉంటుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. అగ్నివీర్‌లకు ఇచ్చే ఆరు నెలల శిక్షణ నేవీకి సంబంధించినంత వరకు ఏమాత్రం సరిపోదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. పదాతిదళం ఎక్కువగా ఉండే ఆర్మీకి అగ్నివీర్‌లు ఉపయోగపడొచ్చని కానీ సాంకేతికతను ఎక్కువగా వినియోగించే నేవీ, ఎయిర్‌ఫోర్స్‌కు వీరి ఉపయోగం తక్కువేనని అన్నారు. మాజీ నేవీ చీఫ్ అడ్మిరల్ కరంబీర్ సింగ్ కూడా ఇవే తరహా వ్యాఖ్యలు చేశారు. పెన్షన్ల బిల్లు తగ్గించుకోవడం మాత్రమే అగ్నిపథ్ పథకాన్ని నడిపిస్తున్న ప్రేరణ అని పేర్కొన్నారు.

మొదట ఉన్న ప్రతిపాదన వేరే: నరవణె

ఆర్మీ మాజీ చీఫ్ ఎంఎం నరవణె కూడా ప్రచురణ కావాల్సి ఉన్న తన పుస్తకంలో అగ్నివీర్ పథకంపై కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. అగ్నివీర్‌లను కేవలం ఆర్మీలోకి మాత్రమే తీసుకోవాలని, వీరిలో 75% మందిని పూర్తిస్థాయి విధుల్లోకి తీసుకోవాలనేది ముందు ఉన్న ప్రతిపాదన అని ఆయన రాశారు. పీఎం కార్యాలయంలో ఈ పథకంలో మార్పులు జరిగాయని, ఆ తర్వాత ఒకేసారి ఆర్మీతో పాటు నేవీ, ఎయిర్‌ఫోర్స్‌లోనూ దీనిని అమలు చేశారన్నారు. కాగా, ఈ పుస్తకం ఏప్రిల్‌లోనే ప్రచురితం కావాల్సి ఉంది. అయితే, ఇటీవల ఆయన పీటీఐకి ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ఈ పుస్తకంలోని కొన్ని విషయాలను బయటకు వెల్లడించగా, అవి వివాదాస్పదం అయ్యాయి. దీంతో పుస్తకంలోని కంటెంట్‌ను ఒకసారి సమీక్షించాలని కేంద్రం నిర్ణయించడంతో పుస్తక ప్రచురణ నిలిచిపోయింది.

సైనికులు, అగ్నివీర్‌లకు చాలా తేడాలు

అగ్నివీర్‌లు, ఇతర జవాన్‌లకు మధ్య శిక్షణ, సర్వీసు కాలం మాత్రమే కాకుండా ఇంకొన్ని కీలకమైన తేడాలు ఉన్నాయని అరుణ్ ప్రకాశ్ పేర్కొన్నారు. అగ్నివీర్‌లు అందుకునే సౌకర్యాల్లోనూ తేడా ఉందని, వీరికి ఎలాంటి ర్యాంక్ ఉండదని తెలిపారు. ఇది సాయుధ బలగాల మధ్య ఉండాల్సిన సోదరభావం, బంధంపై ప్రభావం చూపుతుందన్నారు. మరణించిన అగ్నివీర్ అజయ్ కుమార్ కుటుంబానికి అందిన రూ.98 లక్షలు ఇన్సూరెన్స్ డబ్బులేనని, ఎక్స్‌గ్రేషియా కాదని స్పష్టం చేశారు. సాధారణ జవాన్ మరణిస్తే కొన్ని వారాల్లోనే ఎక్స్‌గ్రేషియా అందుతుందని, అజయ్ కుమార్ కుటుంబానికి ఆరు నెలలుగా ఎందుకు అందలేదో అర్థం కావడం లేదన్నారు.

మహాయుతికి 9.. ఎంవీఏకు 2

మహారాష్ట్ర ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల ఫలితాల వెల్లడి

ముంబై, జూలై 12: మహారాష్ట్రలో 11 ఎమ్మెల్సీ స్థానాలకు జరిగిన ఎన్నికల్లో బీజేపీ, శివసేన, ఎన్సీపీతో కూడిన మహాయుతి కూటమి పోటీ చేసిన తొమ్మిది స్థానాలనూ కైవసం చేసుకుంది. బీజేపీ ఐదు స్థానాలు గెలుచుకోగా, శివసేన(షిండే) రెండు స్థానాలు, ఎన్సీపీ(అజిత్ పవార్) రెండు స్థానాలు దక్కించుకున్నాయి. ఇక, మహావికాస్ అఘాడీ మూడు స్థానాలకు పోటీ చేయగా రెండింటిని గెలుచుకుంది. శివసేన(ఉద్ధవ్) నుంచి ఒకరు, కాంగ్రెస్ నుంచి ఒకరు గెలవగా, శరద్ పవార్ మద్దతుతో పోటీ చేసిన పీడబ్ల్యూపీ అభ్యర్థి జయంత్ పాటిల్ ఓడిపోయారు.

కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేల క్రాస్ ఓటింగ్

ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో ఏడుగురు కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు క్రాస్ ఓటింగ్‌కు పాల్పడ్డట్టు తెలుస్తున్నది. కాంగ్రెస్‌కు రాష్ట్రంలో 37 మంది ఎమ్మెల్యేలు ఉన్నారు. అయితే ఏడుగురు కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులు క్రాస్ ఓటింగ్‌కు పాల్పడ్డారనే ప్రచారం జరుగుతున్నది.

జూన్ 25.. రాజ్యాంగ హత్యా దినం

ఎమర్జెన్సీపై కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రకటన

న్యూఢిల్లీ, జూలై 12: కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హయాంలో ప్రధానిగా ఇందిరా గాంధీ 1975, జూన్ 25న విధించిన 'ఎమర్జెన్సీ' రోజును ఇకపై 'రాజ్యాంగ హత్యా దినం'గా పాటించనున్నట్టు కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. ఈ మేరకు కేంద్ర హోం శాఖ శుక్రవారం గెజిట్ నోటిఫికేషన్ విడుదల చేసింది. ఎమర్జెన్సీ రోజుల్లో అనేక ఇబ్బందులకు గురైన లక్షలాది మందిని స్మరించుకొనేందుకు, అణచివేత ప్రభుత్వంలో పెద్దయెత్తున హింసను ఎదుర్కొంటూ దేశ ప్రజాస్వామ్యాన్ని పునరుద్ధరించేందుకు పోరాడిన వారి స్ఫూర్తిని గౌరవించేందుకు ఈ నిర్ణయం తీసుకొన్నట్టు కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్‌షా తెలిపారు. 'సంవిధాన్ హత్యా దివస్'ను పాటించడం వలన వ్యక్తి స్వేచ్ఛ, ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ జ్వాల దేశంలోని ప్రతి ఒక్క పౌరుడిలో సజీవంగా ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. 1975, జూన్ 25న ఎమర్జెన్సీ విధింపుతో ఎలాంటి తప్పు లేకుండా లక్షలాది మందిని జైళ్లలో వేశారని ఆరోపించారు.

గత పదేండ్లలో అప్రకటిత ఎమర్జెన్సీ: కాంగ్రెస్

కేంద్ర ప్రభుత్వం జూన్ 25వ తేదీని 'ప్రజాస్వామ్య హత్యా దివస్'గా ప్రకటించడంపై కాంగ్రెస్ ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. గత పదేండ్లుగా దేశంలో ప్రధాని మోదీ అప్రకటిత ఎమర్జెన్సీని నడుపుతున్నారని కాంగ్రెస్ ప్రధాన కార్యదర్శి జైరామ్ రమేశ్ విమర్శించారు. ఇటీవల 2024, జూన్ 4న విడుదలైన లోక్‌సభ ఎన్నికల ఫలితాల్లో దేశ ప్రజలు మోదీకి వ్యక్తిగత, నైతిక ఓటమి ఇచ్చారని, జూన్ 4వ తేదీ చరిత్రలో 'మోదీ ముక్తి దివస్'గా నిలుస్తుందని ఎక్స్ పోస్టులో అన్నారు.

చంద్రుడిపై వేగంగా గడుస్తున్న సమయం

నాసా అధ్యయనంలో వెల్లడి

న్యూయార్క్: భూమితో పోల్చినప్పుడు చంద్రుడిపై సమయం వేగంగా గడుస్తున్నట్టు నాసా గుర్తించింది. నాసాకు చెందిన జెట్ ప్రొపల్షన్ ల్యాబొరేటరీ పరిశోధకులు చంద్రుడిపై సమయాన్ని అధ్యయనం చేసి.. భూమితో పోలిస్తే చంద్రుడిపై సమయం రోజుకు 0.0000575 సెకన్లు వేగంగా గడుస్తున్నట్టు తేల్చారు. చంద్రుడిపై గురుత్వాకర్షణ శక్తి తక్కువ ఉండటమే దీనికి కారణంగా భావిస్తున్నారు. ఇది చాలా చిన్న తేడానే అనిపించినప్పటికీ అంతరిక్ష ప్రయోగాలు, నావిగేషన్ వ్యవస్థలకు సంబంధించి ఈ సూక్ష్మ తేడాను కూడా పరిగణనలోకి తీసుకోవాల్సి ఉంటుందని చెప్పారు.

గరళంగా భూగర్భ జలం

- ***2100 నాటికి తాగడానికి పనికి రాదు***
- ***3.5 డిగ్రీలు పెరుగనున్న నీటి ఉష్ణోగ్రత***
- **విషతుల్యమైన మూలకాలతో కలుషితం**
- **ప్రపంచంలో 60 కోట్ల మందిపై ప్రభావం**

(స్పెషల్ టాస్క్ బ్యూరో)

హైదరాబాద్, జూలై 12 (నమస్తే తెలంగాణ): ప్రపంచంలోని ప్రతీ నలుగురిలో ఒకరి దాహార్తిని తీర్చేది భూగర్భజలమే. అలాంటి ప్రాణజలం.. రానున్న కాలంలో గరళంగా మారనున్నది. వాతావరణ మార్పులు, భూకాలుష్యం, గ్లోబల్ వార్మింగ్ వెరసి 2,100నాటికి భూగర్భజలాల ఉష్ణోగ్రతలు 3.5 డిగ్రీల సెంటిగ్రేడ్ మేర పెరుగనున్నట్టు అంతర్జాతీయ పరిశోధకులు అంచనా వేశారు. నీటిలో ఆక్సిజన్ స్థాయి తగ్గుముఖం పడుతుందని పైగా ప్రమాదకమైన క్రిములకు ఆ నీరు ఆవాసంగా మారుతుందని పేర్కొన్నారు. ఇది దాదాపు 60 కోట్ల మందిపై తీవ్ర ప్రభావం చూపించవచ్చని హెచ్చరిస్తున్నారు. ఈ వివరాలు 'నేచర్ జియోసైన్స్'లో ప్రచురితమయ్యాయి.

ఆర్థిక వ్యవస్థపైనా ప్రభావం: *భూగర్భ జలాలు వేడెక్కడంతో దేశాల ఆర్థిక వ్యవస్థలపై కూడా పెను ప్రభావం పడొచ్చని అంచనా వేస్తున్నారు. రసాయనాలతో కూడిన ఈ కలుషితమైన వేడి నీరు వ్యవసాయానికి, తయారీ రంగానికి, విద్యుదుత్పత్తికి ఏమేరకు పనికొస్తుందో కూడా అనుమానమేనని చెబుతున్నారు.*

'విశ్వాసం'లో ప్రచండ ఓటమి

కాఠ్మాండు, జూలై 12: నేపాల్ ప్రధాని పుష్పకమల్ దహల్ 'ప్రచండ' పార్లమెంట్‌లో శుక్రవారం తనపై ప్రవేశపెట్టిన విశ్వాసపరీక్షలో ఓడిపోయారు. ప్రభుత్వానికి సీపీఎన్-యూఎంఎల్ పార్టీ మద్దతు ఉపసంహరించుకుంది. దీంతో మరోసారి కేపీ శర్మ ఓలి నేపాల్ ప్రధాని పీఠం ఎక్కనున్నారు. నేపాల్ పార్లమెంట్‌లోని ప్రతినిధుల సభలో 275 మంది సభ్యులుండగా.. ప్రచండకు మద్దతుగా 63 ఓట్లు మాత్రమే వచ్చాయి. 2022 డిసెంబర్ 25న ప్రధాని పదవిని చేపట్టిన ప్రచండ గత రెండేండ్లలో నాలుగుసార్లు విశ్వాస పరీక్షను ఎదుర్కొన్నారు. సభలో అతిపెద్ద పార్టీగా ఉన్న నేపాలీ కాంగ్రెస్‌తో కలిసి కేపీ ఓలీ కొత్త ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటుచేయనున్నారు.

మూత్రాన్ని నీటిగా మార్చేసే స్పేస్‌సూట్

వ్యోమగాముల కోసం తయారుచేసిన పరిశోధకులు

న్యూయార్క్, జూలై 12: మూత్రాన్ని ఐదు నిమిషాల్లో ఫిల్టర్ చేసి నీటిగా మార్చేసే స్పేస్‌సూట్లను పరిశోధకులు తయారుచేశారు. వెయిల్ కార్నెల్ మెడిసిన్‌కు చెందిన సోఫియా ఎట్లిన్ ఈ స్పేస్‌సూట్‌ను తయారుచేశారు. మూత్రాన్ని సేకరించేందుకు వ్యోమగాములకు ముందు సిలికాన్‌తో చేసిన ఒక కలెక్షన్ కప్‌ను జననేంద్రియాల వద్ద ఏర్పాటుచేస్తారు. వ్యోమగామి మూత్రవిసర్జన చేయగానే ఇది మూత్రాన్ని స్పేస్‌సూట్‌లోని ఫిల్టర్ చేసే వ్యవస్థకు పంపిస్తుంది. 87 శాతం సమర్థతతో ఇది మూత్రాన్ని ఫిల్టర్ చేసి నీటిగా మారుస్తుందని 2025 నాటికి అందుబాటులోకి వస్తుందని చెప్తున్నారు.

పెందలాడే భోజనం ఎంతో మేలు

- **రాత్రి తొమ్మిదింటికి చేసే భోజనం.. ఆరింటికే చేస్తే ఆరోగ్యానికి మంచిది**
- **గుండె జబ్బులు, డయాబెటిస్ రావు**
- **బెంగళూరు వైద్య నిపుణుల వెల్లడి**

(స్పెషల్ టాస్క్ బ్యూరో)

హైదరాబాద్, జూలై 12 (నమస్తే తెలంగాణ): రాత్రి పెందలాడే భోజనం తింటే ఆరోగ్యానికి మంచిదని బెంగళూరుకు చెందిన ఫోర్టిస్ దవాఖాన వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. రాత్రి 9 గంటలకు చేసే భోజనాన్ని సాయంత్రం ఆరింటికే పూర్తి చేయడం వల్ల గుండెపోటు, టైప్-2 డయాబెటిస్ వంటి రోగాలు వచ్చే ప్రమాదం ఉండదని చెబుతున్నారు.

కారణాలు ఇవి..

పడుకొన్నప్పుడు శారీరక శ్రమ ఉండదు. కాబట్టి, నిద్రపోయే ముందు మితంగా ఆహారాన్ని తీసుకోవాలంటారు. ఆ ఆహారాన్ని కూడా నిద్రకు నాలుగైదు గంటల ముందుగానే తీసుకొంటే మంచిదని పరిశోధకులు చెప్తున్నారు. దీనిద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు స్థిరంగా ఉంటాయి. ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తి క్రమబద్ధం అవుతుంది. తద్వారా టైప్ 2 డయాబెటిస్ ముప్పు ఉండదని పరిశోధకులు చెప్తున్నారు. రాత్రి తొమ్మిదింటికి బదులు సాయంత్రం ఆరింటికే భోజనం ముగిస్తే.. రక్తపోటు వంటి గుండె జీవక్రియల మీద మెరుగైన ప్రభావాన్ని చూపించి గుండెజబ్బుల ముప్పు కూడా తగ్గుతుందని పేర్కొంటున్నారు. భోజనాన్ని ముందే ముగించడంతో రాత్రిళ్లు మంచి నిద్ర పడుతుందని.. ఇది శారీరక, మానసిక ప్రశాంతతకు దోహదం చేస్తుందని గుర్తు చేస్తున్నారు.