

సునీతను ఏమైనా చేస్తారనే భయం నాలతో ఉంది

• వివేక హత్య కేసులోని నిందితులు ఒక్కొక్కరుగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారన్న పర్మిల

• అవినాష్ బెయిల్ పై ఉండటం వల్లే సునీతకు న్యాయం జరగడం లేదని వ్యాఖ్య



• హత్య జరిగినప్పుడు అక్కడ అవినాష్ రెడ్డి ఉన్నారన్న పర్మిల
అమరావతి: మాజీ మంత్రి వైఎస్ వివేకానందరెడ్డి హత్య కేసు గురించి ఏపీ కాంగ్రెస్ టీఫ్ పర్మిల కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ కేసులో

నిందితుడిగా ఉన్న వైసీపీ ఎంపీ అవినాష్ రెడ్డి బెయిల్ పై బయట ఉంటూ సాక్షులను బెదిరిస్తున్నారని అన్నారు. వివేక హత్య కేసులోని సాక్షులు ఒక్కొక్కరుగా ప్రాణాలు కోల్పోతున్నారని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. **మిగతా 2లో**



చెన్నైలో కార్ల మార్ఫ్ విగ్రహం: సీఎం స్టాలిన్ కార్ల మార్ఫ్ కాలంలోనే లేబర్ ఉద్యమం ఓ శతాబ్దం పాటు సాగింది
అసెంబ్లీలో రూల్ 110 కింద సుమోటో ప్రకటన ప్రపంచ నేత కార్ల మార్ఫ్ కు ప్రవిడ మోడల్ ప్రభుత్వం నివాళి

వక్స్ సవరణ బిల్లుకు లోక్ సభ ఆమోదం

వక్స్ సవరణ బిల్లు-2025 లోక్ సభ ఆమోదం!

• అందరూ అంగీకరించాల్సిందే: అమిత్ షా

• యూపీఏ ప్రభుత్వ తప్పిదమే కారణం: కిరెన్ రిజిజా

• ఈ బిల్లుకు అనుకూలంగా 288 మంది సభ్యులు ఓటు వేయగా, 232 మంది వ్యతిరేకించారు

• ఈ బిల్లుపై దాదాపు 12 గంటల పాటు సుదీర్ఘమైన చర్చ జరిగింది. ఈ బిల్లు రాజ్యాంగ విరుద్ధమని విపక్ష ఇండియా కూటమి ఆరోపించగా, ప్రభుత్వం మాత్రం పారదర్శకత కోసమే ఈ బిల్లును తీసుకువచ్చామని సమర్థించుకుంది. మధ్యాహ్నం 12 గంటల నుండి అర్ధరాత్రి 12 గంటల వరకు జరిగిన వాడివేడి

• ఢిల్లీ: సరేంద్ర మోడి ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా భావిస్తున్న వక్స్ (సవరణ) బిల్లు - 2025 లోక్ సభలో ఆమోదం పొందింది. ఈ బిల్లుకు అనుకూలంగా 288 మంది సభ్యులు ఓటు వేయగా, 232 మంది వ్యతిరేకించారు. అంతకుముందు ఈ బిల్లుపై దాదాపు 12 గంటల పాటు సుదీర్ఘమైన చర్చ జరిగింది. ఈ బిల్లు రాజ్యాంగ విరుద్ధమని విపక్ష ఇండియా కూటమి ఆరోపించగా, ప్రభుత్వం మాత్రం పారదర్శకత కోసమే ఈ బిల్లును తీసుకువచ్చామని సమర్థించుకుంది. మధ్యాహ్నం 12 గంటల నుండి అర్ధరాత్రి 12 గంటల వరకు జరిగిన వాడివేడి

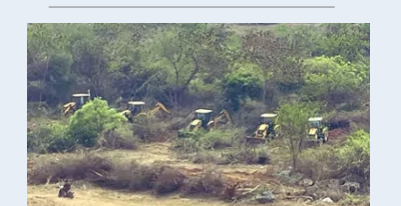
• చర్చలో ముస్లింల ప్రయోజనాలను దెబ్బతీసేందుకు మోడి ప్రభుత్వం కుట్ర వన్నెందని విపక్షాలు తీవ్రంగా విమర్శించాయి. హైదరాబాద్ కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న ఎంపీ అనంద్ దీప్ ఓపై ఈ బిల్లును వ్యతిరేకిస్తూ సభలోనే బిల్లు కాపీని చించేశారు. అధికార ఎన్ డీయే కూటమి ఎంపీలు మాత్రం ఈ బిల్లును సమర్థించారు. విపక్షాలు ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాల చేస్తున్నాయని వారు ఆరోపించారు. వక్స్ సవరణ బిల్లు గురువారం రాజ్యసభ ముందుకు రానుంది. ఎగువ సభలో ఢిల్లీ చర్చ కోసం 8 గంటల **మిగతా 2లో**



ఇది హెచ్ సీయూ విద్యార్థుల విజయం..

• కంచ గచ్చిబౌలి భూములపై సుప్రీం తీర్పుపై కేటీఆర్

• విద్యార్థుల నిస్వార్థ నిరంతర సూర్యపంథమైన పోరాటం వల్లనే ఈ సానుకూల తీర్పు



• 400 ఎకరాల్లో చెట్ల సరికివేత పనులు ఆపాలని దాఖలైన పిటిషన్లపై హైకోర్టు స్టే విధిస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ **2లో**

‘గతంలో చంద్రబాబు బిల్లి రావుకు అప్పనంగా 400 ఎకరాలు కట్టబెట్టాడు...

• హెచ్ సీయూ విద్యార్థులపై కేసులు ఎత్తివేస్తాం

• వర్మిటిలో విద్యార్థులపై పోలీసులు దుండుడుకుగా వ్యవహరించవద్దు

• హెచ్ సీయూకు సంబంధించిన ఇంచు భూమిని కూడా ప్రభుత్వం తీసుకోదని స్పష్టం



దుండుడుకుగా వ్యవహరించవద్దని సూచనలు చేశారు. అలాగే, హెచ్ సీయూకు సంబంధించిన ఇంచు భూమిని కూడా ప్రభుత్వం తీసుకోదని స్పష్టం చేశారు. ఢిల్లీలో సీఎం భట్టి విక్రమార్క ఢిల్లీలో మాట్లాడుతూ.. గతంలో చంద్రబాబు బిల్లి రావుకు అప్పనంగా 400 ఎకరాలు కట్టబెట్టాడు. భారత్ ఐఎంజీ బోగస్ **మిగతా 2లో**

థాయ్ లాండ్ పర్యటనకు వెళ్లిన ప్రధాని మోదీ

థాయ్ లాండ్ పర్యటనను ముగించుకొని ప్రధాని ఏప్రిల్ 4న శ్రీలంక వెళ్తారు ఏప్రిల్ 6వ తేదీ వరకూ ఆ దేశంలో పర్యటన ఏప్రిల్ 4వ తేదీన బ్యాంకాక్ లో జరగనున్న ‘బే ఆఫ్ బెంగాల్ ఇనిషియేటివ్ ఫర్ మల్టీ సెక్టర్ కలెక్షన్ అండ్ ఎకనామిక్ కోఆపరేషన్’ కూటమి సమావేశం

• ఢిల్లీ: ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా భావిస్తున్న వక్స్ (సవరణ) బిల్లు - 2025 లోక్ సభలో ఆమోదం పొందింది. ఈ బిల్లుకు అనుకూలంగా 288 మంది సభ్యులు ఓటు వేయగా, 232 మంది వ్యతిరేకించారు. అంతకుముందు ఈ బిల్లుపై దాదాపు 12 గంటల పాటు సుదీర్ఘమైన చర్చ జరిగింది. ఈ బిల్లు రాజ్యాంగ విరుద్ధమని విపక్ష ఇండియా కూటమి ఆరోపించగా, ప్రభుత్వం మాత్రం పారదర్శకత కోసమే ఈ బిల్లును తీసుకువచ్చామని సమర్థించుకుంది. మధ్యాహ్నం 12 గంటల నుండి అర్ధరాత్రి 12 గంటల వరకు జరిగిన వాడివేడి

• చర్చలో ముస్లింల ప్రయోజనాలను దెబ్బతీసేందుకు మోడి ప్రభుత్వం కుట్ర వన్నెందని విపక్షాలు తీవ్రంగా విమర్శించాయి. హైదరాబాద్ కు ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న ఎంపీ అనంద్ దీప్ ఓపై ఈ బిల్లును వ్యతిరేకిస్తూ సభలోనే బిల్లు కాపీని చించేశారు. అధికార ఎన్ డీయే కూటమి ఎంపీలు మాత్రం ఈ బిల్లును సమర్థించారు. విపక్షాలు ఓటు బ్యాంకు రాజకీయాల చేస్తున్నాయని వారు ఆరోపించారు. వక్స్ సవరణ బిల్లు గురువారం రాజ్యసభ ముందుకు రానుంది. ఎగువ సభలో ఢిల్లీ చర్చ కోసం 8 గంటల **మిగతా 2లో**



చైనా ఆక్రమిస్తోందన్న రాపాల్..

ఒక్క ఇంచు పోలేదన్న ఎంపీ రాకూర్

భారత భూభాగానికి చెందిన 4 వేల చదరపు కిలోమీటర్ల స్థలాన్ని చైనా ఆక్రమించింది అమెరికా విధిస్తున్న దిగమతి సుంకాల పల్ల భారతీయ ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిగా దెబ్బతింటుంది



అందుకే రెడ్ బుక్ పేరెత్తాను

• మంగళగిరిలో పట్టాల పంపిణీ కార్యక్రమం

• పాల్గొన్న మంత్రి నారా లోకేశ్

• రెడ్ బుక్ పేరు చెబితే వైసీపీ నేతలు బెంబేలెత్తుతున్నారని ఎడ్డెవా **2లో**

కంచుకోటగా మార్చుతూ ఇచ్చిన మాట ప్రకారమే పేదలకు ‘పట్టా’భిషేకం

• పేదలకు ఉచితంగా శాశ్వత గృహ పట్టాలు

• గోవిందు అనే వ్యక్తి కుటుంబానికి స్వయంగా పట్టా అందించిన మంత్రి లోకేశ్

• ముఖ్యమైన హామీని నెరవేర్చడం సంతోషంగా ఉందని వెల్లడి



హామీని నెరవేర్చడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. మంగళగిరి నియోజకవర్గంలో అటవీ, దేవాలయ, రైల్వే, ఇరిగేషన్ భూముల్లో ఎన్నో ఏళ్ళు నివసిస్తున్న ప్రజల కష్టాలను చూశానని, వారికి శాశ్వత పట్టాలు ఇవ్వాలని నిర్ణయించానని తెలిపారు. ప్రభుత్వ భూముల్లో నివసిస్తున్న పేదలకు మూడు విధతలుగా శాశ్వత పట్టాలు ఇవ్వాలని నిర్ణయించామని, మొదటి విధతలో 150 గజాల్లోపు పేదలకు ‘పట్టా’భిషేకం చేస్తున్నామని, ముఖ్యమైన, **మిగతా 2లో**

మమతా బెనర్జీకి కోర్ట్ లో గట్టి ఎదురుదెబ్బ

• నియామక ప్రక్రియ పూర్తిగా అపకతపకలతో

• నిందిపోయిందని ధర్యాసనం స్పష్టం

• కలకత్తా హైకోర్టు రద్దు చేసిన 25,753 ఉపాధ్యాయ నియామకాలను సుప్రీం కోర్టు కూడా ప్రకటించింది **2లో**

• మూడు నెలల్లోగా కోర్టు నియామక ప్రక్రియ చేపట్టి పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని సుప్రీం ఆదేశం

ఆరోపణలు నిరూపిస్తే రాజీనామా చేస్తా

• అనురాగ్ రాకూర్ చేసిన ఆరోపణలు తన ప్రతిష్టను దెబ్బతీశాయి

• నిరాధారమైన ఆరోపణలను నిరూపించాలని లేకుంటే రాకూర్ రాజీనామా చేయాలి **2లో**

• వక్సీబోర్డులు అవినీతి కేంద్రాలుగా మారాయని, వాటిని మార్చాల్సిన సమయం ఆసన్నమైంది

వక్స్ బిల్లును లోక్ సభలో ‘బుల్ డోజ్’ చేశారు



• వక్స్ బిల్లు విషయంలో తమ పార్టీ వైఖరి స్పష్టంగా ఉంది

• 12 గంటల పాటు చర్చించినప్పటికీ ప్రతిపక్షాల సభ్యులకు ఎక్కువగా మాట్లాడే అవకాశం ఇవ్వలేదు

• ఈ బిల్లు దేశ ప్రయోజనాలు, ప్రజాస్వామ్యానికి మాయని మచ్చగా మారుతుందంటూ ఆందోళన వ్యక్తం

• రాజ్యాంగాన్ని కేవలం కాగితానికి పరిమితం చేస్తూ మోడి ప్రభుత్వం దేశాన్ని అగాధంలోకి నెడుతోంది

• ఢిల్లీ: వక్స్ బిల్లును లోక్ సభలో ‘బుల్ డోజ్’ చేశారని కాంగ్రెస్ అగ్రనేత్ర సోనియా గాంధీ విమర్శించారు. వివాదాస్పద పరిస్థితులు, ఉద్రిక్త వాతావరణం మధ్య లోక్ సభలో వక్స్ సవరణ బిల్లు - 2024 ఆమోదం పొందిందని అన్నారు. వక్స్ బిల్లు విషయంలో తమ పార్టీ వైఖరి స్పష్టంగా ఉందని సోనియా తెలిపారు. ఈ బిల్లును రాజ్యాంగంపై దారుణమైన **మిగతా 2లో**

రాజ్యసభలో వక్స్ సవరణ బిల్లు ప్రవేశపెట్టిన కేంద్రమంత్రి కిరెన్ రిజిజు

రాజ్యసభలో వక్స్ సవరణ బిల్లు

వక్స్ అస్తుల నిర్వహణపై కేంద్ర మంత్రి రిజిజు స్పష్టీకరణ

వక్స్ బోర్డులలో మహిళలకు ప్రాధాన్యం

గిరిజన అస్తులకు రక్షణ కల్పిస్తూ వక్స్ బిల్లు సవరణ

ఇప్పటికే లోక్ సభలో వక్స్ సవరణ బిల్లుకు ఆమోదం

• ఢిల్లీ: కేంద్ర మైనారిటీ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి కిరెన్ రిజిజు నేడు రాజ్యసభలో వక్స్ లోర్డు చట్ట సవరణ బిల్లును ప్రవేశపెట్టారు. లోక్ సభలో 12 గంటల సుదీర్ఘ చర్చ అనంతరం ఆమోదం పొందిన మరుసటి రోజే ఈ బిల్లును రాజ్యసభలో ప్రవేశపెట్టారు. వక్స్ అస్తులను **మిగతా 2లో**

చైనా ఆక్రమిస్తోందన్న రాపహల్..

ఒక్క ఇంచుమ పోలేదన్న ఎంపీ రాకూర్

న్యూఢిల్లీ: భారత భూభాగానికి చెందిన 4 వేల చదరపు కిలోమీటర్ల స్థలాన్ని చైనా ఆక్రమించినట్లు రాహాల్ గాంధీ ఆరోపించారు. లోక్‌సభలో ఆయన మాట్లాడుతూ... అమెరికా విధిస్తున్న దిగుమతి సుంకాల వల్ల భారతీయ ఆర్థిక వ్యవస్థ పూర్తిగా దెబ్బతిననున్నట్లు తెలిపారు. ఈ అంశాలపై ప్రభుత్వం సమాధానం ఇవ్వాలని రాహూల్ డిమాండ్ చేశారు. జీరో ఆవర్లో ఎంపీ అనురాగ్ తాకూర్ మాట్లాడుతూ... ఢిల్లీపీ పాలనలో చైనాకు ఇంచు స్థలాన్ని కూడా ఇవ్వలేదన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ హయాంలోనే భారత భూభాగాన్ని చైనా ఆక్రమించినట్లు ఆరోపించారు. భారత్, చైనా మధ్య జరుగుతున్న 75వ దేశ్ వ్యాధికోత్సవ సంబరాలను రాహూల్ గాంధీ తప్పుపట్టారు. 4 వేల చదరపు కిలోమీటర్ల భారత భూభాగంపై చైనా అదుగు వేసినదని, చైనన్ అంబాసిడర్తో కలిసి విదేశాంగ కార్యదర్శి విక్రమ్ మిశ్ర కేకే కటింగ్ కార్యక్రమంలో పాల్గొనడం పాక్షకు గురిచేసినదని, చైనా ఆక్రమించిన ఆ స్థలంలో ఏం జరుగుతోందని రాహూల్ గాంధీ ప్రశ్నించారు. మన భూభాగాన్ని మనం వెనక్కి తీసుకోవాల్సివారు. అమెరికా విధిస్తున్న సుంకాల వల్ల ఆలో, స్పాన్సర్ వ్యవసాయ పరిశ్రమలపై ప్రభావం పడనున్నట్లు చెప్పారు. చైనా ఆక్రమించిన భూమి గురించి కానీ, అమెరికా విధిస్తున్న సుంకాల గురించి కానీ ఎటువంటి నిర్ణయాలు తీసుకుంటున్నదో ప్రభుత్వం వెల్లడించాలని రాహూల్ ఆడిగారు. రాహూల్ గాంధీ వ్యాఖ్యలకు ఢిల్లీపీ ఎంపీ అనురాగ్ తాకూర్ కౌంటర్ ఇచ్చారు. ఎవరి హయాంలో ఆక్రాయ్ చిన్ ప్రాంతాన్ని చైనా ఆక్రమించిందని ప్రశ్నించారు. హిందీ-చీనీ భాయ్ భాయ్ అంటూనే వెన్నుపోటు పొడిచిందెవరని ప్రశ్నించారు. దోక్తాపీ సమయంలో చైనన్ ఆధికారంలో నూపే తాగిందెవరని అడిగారు. చైనా నుంచి డబ్బులు తీసుకున్న ఫౌండేషన్ ఎవరిదని ప్రశ్నించారు. రాజీవ్ గాంధీ ఫౌండేషన్‌కు ఆ డబ్బు వెల్లెండా లేదా తెలియదన్నారు. మోదీ సర్కారు .. దోక్తాపీ వివాదానికి గడ్డి సమధానం ఇచ్చినదన్నారు. ఇండియన్ ఆర్మీ ఎదురుదాడి చేసినదన్నారు. సరిహద్దుకు వెళ్లి ప్రధాని ఆత్మకీ బలగాల్లో ముకోడైర్లని నింపారన్నారు. రక్షణ మంత్రి కూడా వెళ్లినట్లు చెప్పారు. ఇంచు స్థలం కూడా ఎవరూ ఆక్రమించలేదన్నారు. రాజకీయ లబ్ధి కోసం చైనాతో కుమ్మక్కై కొందర తప్పును ఆరోపణలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

చెన్నైలో కార్న్ మార్న్ల విగ్రహం: సీఎం స్టాలిన్

చెన్నై: జర్మన్ తత్వవేత్త, సోషలిస్టు నేత కార్న్ మార్న్ల విగ్రహాన్ని చెన్నైలో ప్రతిష్ఠించనున్నట్లు తమిళనాడు సీఎం ఎంకే స్టాలిన్ తెలిపారు. రాష్ట్ర అసెంబ్లీలో ఆయన మాట్లాడుతూ ఈ విషయాన్ని వెల్లడించారు. కార్న్ మార్న్ల కాలంలోనే లేబర్ ఉద్యమం ఓ తజాబం పాటు సాగింది. ఆల్ ఇండియా ఫార్మర్స్ ఖాక్ సభ్యుడు పీకే మూకియా ఢివర్ స్మారక భవనాన్ని ముద్రణ జిల్లాలో నిర్మించనున్నట్లు సీఎం స్టాలిన్ చెప్పారు. అసెంబ్లీలో రూల్ 110 కింద సుమోలో ప్రకటన చేశారు. ప్రపంచ నేత కార్న్ మార్న్లకు ప్రవిడ మోడల్ ప్రభుత్వం నివాళి అర్పించనున్నట్లు తెలిపారు. మార్క్స్ ఓ విజనర్ నేత అని, ఉద్యమకారుడని, కమ్యూనిజం ఫిలాసఫీని రూపొందించారని, ప్రపంచ కార్మికులను ఏకం చేశారని ఆయన అన్నారు.

థాయ్‌లాండ్ పర్యటనకు వెళ్లిన ప్రధాని మోదీ

ఢిల్లీ: ప్రధాన మంత్రి నరేంద్ర మోదీ థాయ్‌లాండ్ పర్యటనకు వెళ్లారు. రెండు రోజుల పర్యటన నిమిత్తం థాయ్ రాజధాని బ్యాంకాక్ చేరుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధానికి ఆత్మక ఎయిర్‌పోర్ట్‌లో ఘన స్వాగతం లభించింది. థాయ్‌లాండ్ ప్రధాని పీల్‌వోంగాట్ పిన్‌విత్ర ఆహ్వానం మేరకు ప్రధాని మోదీ థాయ్ పర్యటన వెళ్లారు. ఆ దేశంలో పర్యటించనున్నారు. ఈ సందర్భంగా పీల్‌వోంగాట్‌తో భేటీ కానున్నారు. ఏప్రిల్ 4వ తేదీన బ్యాంకాక్‌లో జరగనున్న 'బీ ఆఫ్ బెంగాల్ ఇన్‌షియేషన్ ఫర్ మల్టీ సెక్టోరల్ టెక్నికల్ అండ్ ఎకనామిక్ కోఆపరేషన్' కూలమి సమావేశంలో పాల్గొంటారు. ఈ సమావేశంలో వాణిజ్య, పెట్టుబడులు, నైపుణ్యాభివృద్ధి వంటి అంశాలపై దేశాధినేతలతో చర్చించనున్నారు. ఇక థాయ్‌లాండ్ పర్యటనను ముగించుకొని ప్రధాని ఏప్రిల్ 4న శ్రీలంక వెళతారు. ఏప్రిల్ 6వ తేదీ వరకూ ఆ దేశంలో పర్యటించనున్నారు. ఆ దేశాల్లోక్షుడు అనురకుమార దీనయతానే గతేడాది భారత్‌లో పర్యటించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ సందర్భంగా ఆయన ఆహ్వానం మేరకు మోదీ శ్రీలంక పర్యటనకు వెళ్తోతున్నారు. మోదీ తన పర్యటనలో రెండు దేశాల మధ్య కుదిరిన పలు ఒప్పందాలపై చర్చించనున్నారు.

కంచ గచ్చిబౌలి భూముల వ్యవహారంపై

విచారణ ఏప్రిల్ 7వ తేదీకి వాయిదా

హైదరాబాద్: హైదరాబాద్ నగరంలోని కంచ గచ్చిబౌలి భూములపై తదుపరి విచారణను తెలంగాణ హైకోర్టు ఏప్రిల్ 7వ తేదీకి వాయిదా వేసింది. 400 ఎకరాల భూములపై ప్రభుత్వానికి, హైదరాబాద్ కేంద్రియ విశ్వవిద్యాలయం (హెచ్‌సీయూ)కు మధ్య వివాదం నెలకొన్న విషయం విదితమే. ఈ భూములపై పలు ఫౌండేషన్, హెచ్‌సీయూ విద్యార్థులు ప్రజాప్రయోజన వ్యాజ్యం దాఖలు చేశారు. ఈ పిటిషన్‌లలో ఏకైకంగా ఉన్న వాదనలు విన్న హైకోర్టు, ఒక్కరోజు పనులను నిలిపివేయాలంటూ ప్రభుత్వానికి ఆదేశాలు జారీ చేసింది. విచారణను నేటికి వాయిదా వేసింది. ఈ పిటిషన్లకు ఈరోజు మరోసారి విచారణ చేపట్టింది. ఈ కేసుకు సంబంధించి దాఖలైన ప్రజా ప్రయోజన వ్యాజ్యాలపై కొంటంటి దాఖలు చేసేందుకు గడువు కావాలని ఆదేశాల్తో జనరల్ న్యాయస్థానాన్ని కోరారు. ఆద్యోజితో జనరల్ విజ్ఞప్తి మేరకు తదనుసరి విచారణను ఏప్రిల్ 7వ తేదీకి వాయిదా వేసింది. అప్పటి వరకు కంచ గచ్చిబౌలి భూముల్లో ఎలాంటి పనులు చేపట్టవద్దని నిన్ను జారీ చేసిన మధ్యంతర ఉత్తర్వులను పొడిగిస్తూ ఆదేశాలు జారీ చేసింది.

హైదరాబాద్ సహా తెలంగాణ అంతటా దంచికొడుతున్న వానలు

హైదరాబాద్: తెలంగాణలో పలు జిల్లాలలో వాతావరణం ఒక్కసారిగా మారింది. గురువారం మధ్యాహ్నం నుంచి ఉరుములతో, మెరుపులతో భారీగా వర్షం ఎడతెరిపి ఇవ్వడండా దంచికొడుతోంది. దింకో రోడ్లపై నీరు ఏరుల్లి పారుతోంది. భారీ వర్షం కారణంగా ప్రజలు ఉక్చప్రాతే నుంచి ఊరట పొందుతున్నప్పటికీ.. ఆకాల వర్షంతో రైతన్నలు మాత్రం తీవ్ర ఇబ్బందులను పడుతున్నారు. హైదరాబాద్‌లోని అన్ని ప్రాంతాల్లో భారీ వర్షం పడుతుండగా.. సంగారెడ్డి, సిద్దిపేట, నిజామాబాద్‌నూ కుంభవృష్టి కురిసింది. హైదరాబాద్‌లో భారీ వర్షం కారణంగా రోడ్డు నీట మునిగాయి. పంజాగుల్ల-ఖైరతాబాద్ ప్రధాన రహదారిపై మధ్య రాకపోకలకు తీవ్ర అంతరాయం కలుగుతోంది. మెదక్కుల్లో హేలల్‌లో వర్ష ఓ కారుపై చెట్టు కూలిపోయింది. అయితే ఈ ప్రవాదం నుంచి ఇవ్వర మహిళలు సురక్షితంగా బయటపడ్డారు. భూ ఉపరితలం చేరకముందు, ద్రోణీ ప్రభావంతో కృష్ణమలో నింజన్ మేఘాలు ఏర్పడి వర్షాలు ఉంటాయని వాతావరణ శాఖ ముందస్తు ప్రకటన చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమంలోనే ఉత్తర తెలంగాణతో పాటు పలు జిల్లాల్లో వానలు పడుతున్నాయి. నిజామాబాద్ జిల్లాలో చాలా చోట్ల ఏకదాక్షిణిక రెండు గంటలపాటు వాన కురవడంతో ప్రజలు ఇబ్బంది పడ్డారు. శ్రీశైలంలోనూ నాన్ స్టాటిక్ వానపడడంతో భక్తులు ఇబ్బంది పడ్డారు. మరోవైపు నాగర్‌కర్నూల్‌లో పిడుగు ధాటికి ఇద్దరు మహిళలు మృతి చెందారు. మరో మూడు నుంచి నాలుగు రోజులపాటు వర్షాలు కొనసాగుతాయని వాతావరణ తేలిద్రవం తెలిపింది. అయితే కృష్ణమలో నింజన్ కారణంగా.. ఉత్తర తెలంగాణకు వడగండప్ప, ఉరుములు మెరుపులతోనూ వానలు పడోచ్చని హెచ్చరిస్తోంది. ఆకాల వర్షాల కారణంగా అప్రమత్తంగా ఉండాలని రైతులకు అధికారిలు ముందస్తు సూచనలు చేశారు. అయినప్పటికీ కొన్ని చోట్ల ప్రభుత్వ నాశనం కాగా, కల్లాల్లో ధాన్యం తడిసి ముద్దైవట్లు తెలుస్తోంది.

ఆరోపణలు నిరూపిస్తే రాజీనామా చేస్తా

న్యూఢిల్లీ : బిజెపి ఎంపి అనురాగ్ తాకూర్ తనపై చేసిన భూకభ్రా ఆరోపణలు నిరూపిస్తే.. తాను రాజీనామా చేస్తానని రాజ్యసభ ప్రతిపక్షనేత మహారాష్ట్రసభ్య్ నహల్ బిరౌతారు. అనురాగ్ తాకూర్ చేసిన ఆరోపణలు తన ప్రతిష్ఠను దెబ్బతీశాయనీ.. తనపై చేసిన నిరాధారాలను ఆరోపణలను నిరూపించాలని లేకుంటే తాకూర్ రాజీనామా చేయాలని ఖర్చీ డిమాండ్ చేశారు. కాగా, బిజెపి ఎంపి అనురాగ్ తాకూర్ వక్క సవరణ బిల్లుపై లోక్‌సభలో చర్చ సందర్భంగా కాంగ్రెస్‌ను తీవ్రంగా విమర్శించారు. వక్కోద్యోులు అవినీతి కేంద్రాలుగా మారాయని, వాటిని మార్చాల్సిన సమయం ఆసన్నమైందని ఆయన అన్నారు. భూముల్ని కాంగ్రెస్ వక్కోద్యోులకు అప్పగించి అప్పగించదని రాకూర్ విమర్శించారు. జాతాగా ఈ అంశంపై కాంగ్రెస్ మరోసారి దేశంలో గందరగోళ వాతావరణాన్ని సృష్టిస్తోందని ఆరోపించారు.

ఇరువతా బెనర్జీకి కోర్ట్ లో గట్టి ఎదురుదెబ్బ

ఢిల్లీ: పశ్చిమ బెంగాల్ ఉపాధ్యాయ నియామక కుంభకోణం కేసులో మమతా బెనర్జీ సర్కారుకు సుప్రీంకోర్టు భారీ పాక్ ఇచ్చింది.ఆ కేసులో దాఖలైన పిటిషన్లపై విచారణ చేపట్టిన సర్వోన్నత న్యాయస్థానం కీలక తీర్పు వెలువరించింది. గతంలో కలకత్తా హైకోర్టు రద్దు చేసిన 25,753 ఉపాధ్యాయ నియామకాలను సుప్రీం కోర్టు కూడా చెల్లనివిగా ప్రకటించింది. నియామక ప్రక్రియ పూర్తిగా అవకతవకలతో నిండిపోయిన దర్మాసనం స్పష్టం చేసింది. ఆ పోస్టులకు సంబంధించి చేపట్టిన నియామక ప్రక్రియ మరిసపడిందని ధర్మాసనం ఆక్షేపించింది.ఆలోంచి ఆ నియామకాల ద్వారా కొలువులు సాధించిన దివ్యాంగులు యధావిధంగా తమ ఉద్యోగాలు చేసుకోవచ్చని తీర్పునిస్తున్నట్లు తెలిపింది. మూడు నెలల్లోగా కొత్త నియామక ప్రక్రియ చేపట్టి పూర్తి చేయాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని సుప్రీం ఆదేశించింది.

సెలక్షన్ టెస్ట్

ఈ కుంభకోణంపై గతేడాది ఏప్రిల్‌లో కలకత్తా హైకోర్టు సంచలన తీర్పు వెలువరించింది. 2016 నాటి స్పీక్ లెవల్ సెలక్షన్ టెస్ట్ (ఎన్ ఎల్ ఎస్ ి) ిటింగ్, నాన్ ిటింగ్ సిబ్బంది నియామక ప్రక్రియ చెల్లదని స్పష్టం చేసింది. ఆ పరీక్షతో జరిపిన నియామకాలను తక్షణమే రద్దు చేయాలని ఆదేశించింది. అంతేకాక, ినీకింద ఉద్యోగాలు సాధించిన ఉపాధ్యాయులు తమ వేతనాన్ని తిరిగి ఇవ్వాలని వెల్లడించింది. ఈ క్రమంలోనే తీర్పుపై సుప్రీంకోర్టులో పలు పిటిషన్లు దాఖలయ్యాయి. ఈ నేపథ్యంలోనే దీనిపై విచారణ జరిపిన సీజిబి ధర్మాసనం ఫిబ్రవరి 10న తీర్పును రిజిస్ట్రోలో ఫైల్ చేశాగా వెలువరించింది. ఇక, ఈ కుంభకోణంపై మరింత సమగ్ర దర్మాప్తు జరపాలని గతంలోనే హైకోర్టు సీబిఐని ఆదేశించింది, దీన్ని సహాల్ చేస్తూ దీని సర్కారు పిటిషన్ దాఖలు చేసింది.

సెలక్షన్ పరీక్ష

ఎయిడ్డ్,ప్రభుత్వ ప్రాయోజిత, పాఠశాలల్లో 9 నుంచి 12 తరగతులకు ఉపాధ్యాయులతో పాటు గ్రూప్ సి, గ్రూప్ డి స్టాఫ్ సిబ్బంది నియామకాల కోసం 2016లో బెంగాల్ సర్కారు రాష్ట్ర స్థాయి సెలక్షన్ పరీక్ష చేపట్టింది. 24,650 ఖాళీల భర్తీ కోసం చేపట్టిన ఈ రిక్రూటింగులో పరీక్షకు 23 లక్షల మందికి పైగా పరీక్ష రాశారు. అనంతరం ఇందులో ఎంపిక ప్రక్రియ చేపట్టి 25,753 మందికి అయాయింటిమెంట్ లేబర్లు ఇచ్చారు. కానీ, ఈ నియామక ప్రక్రియలో అవకతవకలు అధికాయని, దీనిపై దర్మాప్తు చేపట్టాలని న్యాయస్థానాల్లో పిటిషన్లు దాఖలయ్యాయి.కుంభకోణానికి సంబంధించిన కేసులో మాజీ విద్యాశాఖ మంత్రి, తృణశాసిత కాంగ్రెస్ సీనియర్ నేత పార్థా చటర్జీని ఈడీ ఆరెస్టు చేసింది.ముఖ్యంగా సీజిబి సందేశి ఖన్నా,జస్టిన్ సజయ్ కుమారితో కూడిన ధర్మాసనం, ఈ కేసులో వాస్తవాలను పరిశీలించామని, మొత్తం ఎంపిక ప్రక్రియలో అవకతవకలు, మోసం ఉన్నాయని పేర్కొంది.

మంగళగిరిని టీడీపీ కంచుకోటగా మార్చుతా

మొదుటి వేజి తరునాయి



ఉచిత తాగునీటి ట్యాంకర్లు, గ్రావెల్ రోడ్ల నిర్మాణం, కరోనా సమయంలో ఆక్సిజన్, టెబీ మెడిసిన్ సేవలు, ఎస్పీఆర్ సంజీవని ఆరోగ్య రథాలు, యువత కోసం క్రీడా పోటీలు వంటి కార్యక్రమాలు చేపట్టామన్నారు. ప్రజలు తనపై నమ్మకంతో 91 వేల ఛార్జీ మెజారిటీతో

గెలిపించారని, ఇద తన బాధ్యతను మరింత పెంచిందని అన్నారు. మంగళగిరిలో 50 అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుట్టామని, స్వస్థ మంగళగిరి కార్యక్రమం ద్వారా పార్కులు, రైతు బజార్లు అభివృద్ధి చేస్తున్నామని లోకేశ్ తెలిపారు. అందర్ ్రాంద్ డ్రెసేజ్, పైన్ ట్రైన్ ద్వారా గ్యాస్ వంటి ప్రాజెక్టులు సిద్ధపపుతున్నాయని, శ్మశాన వాటికలు అభివృద్ధి చేస్తున్నామని ఆయన పేర్కొన్నారు. త్వరలో వంద పడకవి అనుపమిత్రి నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేస్తామని, చేనేతలకు కామన్ ఫెసిలిటీ సెంటర్, స్వర్ణకారులకు జెమ్స్ అండ్ జ్యువెలరీ పార్కు ఏర్పాటు చేస్తామని ఆయన హామీ ఇచ్చారు. మంగళగిరిని తెలుగుదేశం పార్టీకి కంచుకోటగా మారుస్తామని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

ఇది హెచ్‌సీయూ విద్యార్థుల విజయం..

హైదరాబాద్ : కంచ గచ్చిబౌలి పర్యావరణ పరిరక్షణ కోసం సుప్రీంకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పు పట్ల బీజేపిఎస్ వర్కింగ్ (ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్) ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఇది హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ విద్యార్థుల విజయం. విద్యార్థుల నిస్వార్థ నిరూపణంపై అసంతరి పోరాటం వల్లనే ఈ సానుకూల తీర్పు వచ్చింది. కంచ గచ్చిబౌలి భూముల పరిరక్షణ కోసం మద్రతు ఇచ్చిన ఉద్యమకారులు, సెలబ్రిటీలు, పర్యావరణ ప్రేమికులు, మీడియా, సోషల్ మీడియా.. ప్రతి ఒక్కరికీ విద్యార్థుల తరపున ధన్యవాదాలు అని కేటీఆర్ పేర్కొన్నారు. కంచ గచ్చిబౌలి భూముల విషయంలో హైకోర్టు రిజిస్ట్రార్ మధ్యంతర నెవేదికను సుప్రీంకోర్టుకు పంపింది. ఈ నెవేదికను పరిశీలించిన అనంతరం కోర్టు ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ప్రభుత్వ చర్యలు అన్ని నిలిపివేయాలంటూ కోర్టు ఆదేశాలు జారీ చేసింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శిని ప్రతివాదిగా కోర్టు చేర్చింది. అత్యవసరంగా కార్యకలాపాలు చేపట్టాల్సిన అవసరం ఏంటని సుప్రీంకోర్టు ప్రశ్నించింది. చట్టాన్ని తేజుల్లోకి ఎలా తీసుకుంటారని జస్టిస్ గూయ్ ప్రశ్నించారు. తమ ప్రత్యేక సీఎస్ సమాధానం చెప్పాలని కోర్టు ఆదేశించింది. ఇది చాలా తీవ్రమైన అంశం అని జస్టిస్ గూయ్ ధర్మాసనం పేర్కొంది. అఫిడవిట్ దాఖలు చేయాలని కోర్టు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని ఆదేశించింది. ఈ నెల 16న తదుపరి విచారణ చేపట్టనుంది సుప్రీంకోర్టు. కంచ గచ్చిబౌలి భూముల వ్యవహారంపై హైకోర్టులో గురువారం మరోసారి విచారణ జరిగిన ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. కేసు విచారణను ఈ నెల 7వ తేదీకి వాయిదా వేసింది. అప్పటి వరకు ఆ భూముల్లో ఎలాంటి పనులు చేపట్టద్దని ఆదేశించిన కోర్టు.. అప్పటిలోగా కొంటర్ దాఖలు చేయాలని సూచించింది. హైకోర్టులో దాఖలైన ప్రజా ప్రయోజన వ్యాజ్యాలపై కొంటర్ దాఖలు చేసేందుకు ఏజ్ హైకోర్టును గడువు కోరారు. ఈ మేరకు కోర్టు కేసును వాయిదా వేసింది.

అందుకే రెడ్ బుక్ పేరెత్తాను

మంగళగిరి: రెడ్ బుక్ పేరు చెప్పూనే వైసీపీ నాయకులు బెంజెలెత్తుతున్నారని మంత్రి నారా లోకేశ్ ఎద్దేవా చేశారు. ఇప్పటికే ఒకరికి గుండెపోటు వచ్చిందని, మరొకరు బాత్రూమ్ లో పడి చేయి పరగ్గొట్టుకున్నారని వ్యంగ్యం ప్రదర్శించారు. తాను రెడ్ బుక్ పేరికెత్తే వైసీపీ నేతలు గగ్గోలు పెడుతున్నారని, చట్టాలు ఉల్లంఘించిన వారకే రెడ్ బుక్ వర్తిస్తుందని లోకేశ్ స్పష్టంచేశారు. మంగళగిరి నిర్మాణకవర్గం ఉండవల్లిలో నిరుపేద కుటుంబానికి శాశ్వత పట్టా అందించిన అనంతరం ఆయన విలేజరులతో మాట్లాడుతూ... గత ప్రభుత్వం రాజాండ్లి రాజ్యాంగాన్ని అమలుచేసింది, తాము అంజేద్దర్ రాజ్యాంగాన్ని అమలు చేస్తున్నామని అన్నారు. తాము ప్రతిపక్ష నేత ఇంటి గేటుకు తాళ్లు కట్టలేదని, తప్పుడు కేసులు బనాయించడం లేదని వ్యాఖ్యానించారు.

తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నందుకే రెడ్ బుక్ పేరు చెప్పా కంటిరి అసెంబ్లీ నిర్మాణకవర్గంలో 35 వేల మంది ప్రజలు దేశవ్యాప్తంగా వివిధ ప్రాంతాలకు పొట్టుచేతలట్టుకొని వలసలు వెళ్లారు. యువగళం పాదయాత్ర సమయంలో ఆక్కడ వలసలను నిరసిస్తానని హామీ ఇస్తూ ఆ మటమేరకు కనిగిరిలో తొలి రెయింస్ నీటీజే పంపులు ఏర్పాటుచేశాం. అక్కడ ఎమ్మెల్యే ముక్కు ఉగ్రనరసింహారెడ్డి 50 వేల ఎకరాల భూములు ఇచ్చేందుకు తమ రైతులు సిద్ధంగా ఉన్నారని చెప్పారు. దానిపై రెలయన్స్ డైరక్టర్ న్నందించి 50 ప్లాంట్లు ఆత్మకృ్ ఏర్పాటుచేస్తామని అన్నారు. కరప్త ప్రాంతంలో పెద్దపెత్తున యువతకు ఉపాధి కల్పించేందుకు ఇటువంటి ప్రాజెక్టులు తెస్తూనే వైసీపీ వారికి కడుపు మంట దేనికి? బొబ్బలు పస్తాయంటూ దానిపై తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఆ దుష్ప్రచారానికి ఫుల్ స్టాప్ పెట్టేందుకే అటువంటి వారిని రెడ్ బుక్ లోకి ఎక్కిస్తానని చెప్పా.

జగన్ కు సొంతవాళ్లను కలిసేందుకే తీరికలేదు

సొంత చెల్లి, తల్లికి వ్యాధులం చేయలేని వారు మాకు చెబుతారా? ప్రజలని ఆలోచనల్ని జైలువైపే ఉంటాయి. తప్పుచేశారు కనుక ఆయన డైరె్టంగా ప్రజల్లో తిరగలేకపోతున్నారు. డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ కంటే ఎక్కువ సెకులూరిటీ జగన్ కు కల్పించాం. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు ఆయన ఎవరినీ కలవలేదు, ప్రతిపక్షంలోకి వెళ్ళిన తరువాత కూడా కనీసం కార్యక్తరలను కలిసే సమయం జగన్ కు లేదు. ప్రజలను కలిసే ఓపిక ఆయనకు ఎక్కువంద? ప్రజాసమస్యలపై చిత్తశుద్ధి ఉంటే బద్దెళ్ళ ఆయన నివసించే ప్రాంతంలో ప్రజల సమస్యలను ఎందుకు పరిష్కరించలేదు? పైగా ఆయన ఇంటిదారి కోసం పేదోడ్ల ఇళ్లను కూల్చారు. పేదలకు అందగా నిలిచే ప్రజాప్రభుత్వం వూది. మాతో అభివృద్ధి, నంక్షేమంలో పోటీపడలేక కులం, మతం, ప్రాంతం పేరుతో విద్వేషాలు సృష్టిచేయడం ప్రయత్నిస్తున్నారు. పార్లన్ ప్రవీణ్ మరణం విషయంలో తప్పుడు ప్రచారం చేస్తున్నారు. ఈ విషయంలో మా ప్రభుత్వం పారర్ధ్యకంగా దర్శాప్త చేస్తోంది. తప్పుచేసిన వారు ఎవరైనా వదిలే ప్రసక్తిలేదని స్పష్టంచేశారు.

బీఆర్ఎస్ రజతోత్సవ పాటను ఆవిష్కరించిన పార్టీ అధినేత కేసీఆర్

హైదరాబాద్ : బీఆర్ఎస్ రజతోత్సవ పాటను పార్టీ అధినేత, తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ ఆవిష్కరించారు. రచయిత, గాయకుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే రచయిలు బాలకిషన్ రచించి గాంం చేసిన బందెనక బండి కట్టి - గలాబీల జెంధ పట్టి బీఆర్ఎస్ రజతోత్సవ పాటను పార్టీ అధినేత కేసీఆర్ గురువారం పల్లెవెల్లి నివాసంలో ఆవిష్కరించారు. నాటి నేటి నేటి వరకు బీఆర్ఎస్ ప్రస్తానాన్ని పేర్కొంటూ రజతోత్సవం సందర్భంగా పాటలు, కళారూపుల రూపొందించాలని ఈ సందర్భంగా పార్టీ అధినేత కేసీఆర్ సూచించారు. కార్యక్రమంలో పార్టీ వర్కింగ్ (ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్)తో పాటు ఉమ్మడి కరీంనగర్, ఆదిరాబాద్ జిల్లాల ఎమ్మెల్యేలు, మాజీ మంత్రులు, మాజీ ఎమ్మెల్యేలు ఇతర నాయకులు పాల్గొన్నారు.

వక్క బిల్లును లోక్‌సభలో ‘బుల్‌డోజ్’ చేశారు

మొదుటి వేజి తరునాయి



ఈ బిల్లును రాజ్యాంగంపై దాడులమైన దాడిగా అమె అభివర్ణించారు. దేశ రాజకీయాల్లో తీవ్ర వివాదానికి కారణమైన వక్క సవరణ బిల్లుకు లోక్‌సభలో ఆమోదం లభించిన విషయం తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో ఎగువ సభలో అనుసరించాల్సిన వ్యూహాలపై చర్చించడానికి వచ్చేపాడంటి పార్టీ సమావేశమైంది. గురువారం ఉదయం పార్లమెంట్ సెంట్రల్ హాల్‌లో సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో సోదయ గాంధీ మాట్లాడారు. లోక్‌సభ ప్రాసిడింగ్స్‌ను బుల్‌డోజ్ చేశారని ఆరోపించారు. 12 గంటల పాటు చర్చించినప్పటికీ ప్రతిపక్షాల సభ్యులకు ఎక్కువగా మాట్లాడే అవకాశం ఇవ్వలేదని విమర్శించారు. ఈ బిల్లు దేశ ప్రయోజనాలు, ప్రజాస్వామ్యానికి హామీని మచ్చగా మారుతుందంటూ అంధోళన వ్యక్తం చేశారు. నేడు ఈ బిల్లు ఎగువ సభ ముందుకు రాబోతోందని.. ఇక్కడ వ్యూహాత్మకంగా వ్యవహరించాల్సిన అవసరం ఉందని సభ్యులకు సూచించారు. ప్రతిపక్ష పార్టీల సమన్వయంతో రాజ్యాసభలో ఈ బిల్లును తిప్పి కొట్టాలని బిల్లుపేషెన్లన్నారు. రాజ్యాంగాన్ని కేవలం కాగితానికి పరిమితం చేస్తూ మోదీ ప్రభుత్వం దేశాన్ని అగ్రధంలోకి నెడుతుందని, రాజ్యాంగాన్ని ధ్వంసం చేయడమే బీజేపీ ప్రధాన ఉద్దేశమని సోనియాగాంధీ ఆరోపించారు. భారత దేశాన్ని తమ నిఘా నేత్రంగా మార్చుకోవాలని మోదీ ప్రభుత్వ ఉద్దేశాన్ని బహిష్కరం చేయాలని నేతలకు సూచించారు. కాగా, వక్క సవరణ బిల్లుకు లోక్‌సభలో ఆమోదం లభించిన విషయం తెలిసింది. బుధవారం మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు ఈ బిల్లును కేంద్ర న్యాయు, మైనారిటీ శాఖ మంత్రి కిరెడ్ రిజిజు లోక్‌సభలో ప్రవేశపెట్టాల్.. 12 గంటల పాటు అంటే అర్ధరాత్రి 12 వరకూ దీనిపై చర్చ సాగింది. అనంతరం ఓటింగ్ జరిగింది. ఈ బిల్లుకు అనుకూలంగా 282 మంది ఓటు వేశారు. 232 మంది దీన్ని వ్యతిరేకించారు. అర్ధరాత్రి 2 గంటల ప్రాంతంలో ఈ బిల్లుకు ఓటింగ్ ద్వారా ఆమోదం లభించింది. నేడు రాజ్యసభ ముందుకు ఈ బిల్లు రాబోతోంది.

‘గతంలో చంద్రబాబు బిల్లి రావుకు అప్పనంగా 400 ఎకరాలు కట్టబెట్టాడు...

మొదుటి వేజి తరునాయి



కట్టబెట్టేలా బీఆర్ఎస్ పని చేసింది. మేం అధికారంలోకి రాగానే హైకోర్టు, సుప్రీంకోర్టులో పోరాటం చేసి 400 ఎకరాలను ప్రభుత్వం స్వాధీనం చేసుకోగలిగింది. ఆ భూములతో హైద్రాద్ సీటీ ప్రాజెక్టును విస్తరించి బడీ కంపెనీలకు అప్పగిస్తాం. హెచ్‌సీయూకు సంబంధించిన ఇంచు భూమిని కూడా మేము తీసుకోము. పర్యావరణాన్ని, జీవజాలాన్ని కాపాడుతాం. విద్యార్థులపై పెట్టిన కేసులను ఎత్తివేస్తాం. విద్యార్థులపై పోసేటటు అనుచితంగా వ్యవహరించవద్దు. ఆర్‌ఎస్‌ఎస్ భావజాలంతో ఆత్మకున్న విద్యార్థులను కొందరు రెచ్చగొడుతున్నారు. అభివృద్ధి కోసమే భూములను వినియోగిస్తాం. హెచ్‌సీయూకు ఇప్పటికే వేరే భూములను బదలాయించారు’ అని చెప్పుకోచ్చారు.

రాజ్యసభలో వక్క సవరణ బిల్లు ప్రవేశపెట్టిన కేంద్రమంత్రి కిరెన్ రిజిజు



మొదుటి వేజి తరునాయి

వక్క ఆస్తులను ముక్కిమేతరులు నిర్వహిస్తారనే తప్పుడు అభిప్రాయాన్ని ప్రతిపక్షాలు వ్యాప్తి చేస్తున్నాయని, అందులో నిజం లేదని రిజిజు స్పష్టం చేశారు. వక్క బిల్లు భారీ భూ బ్యాంకును కలిగి ఉన్నప్పటికీ ముస్లిం సమాజం ఎలా బాధపడుతోందో సచార్ కమిటీ నివేదిక పేర్కొన్న చైనాన్ని ఆయన ఉటంకించారు. రాజ్యసభలో రిజిజు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ నేతృత్వంలోని యూపీఏ ప్రభుత్వం 2013లో వక్క బిల్లుకు సవరణలు చేసినదని, ఆ తప్పలను తాము జాతగా చేసిన సవరణలు ఎలా సరిదిద్దతాయో కూడా వివరించి చెప్పారు. వక్క ఆస్తుల దుర్వినియోగాన్ని 2013లో సెలక్ట్ కమిటీ అంగీకరించిందని, దేశంలోనే ఇది మూడవ అతిపెద్ద భూ రుజుమానిగా ఉన్నప్పటికీ, మైనారిటీ వర్గానికి ప్రయోజనం చేకూర్చేందుకు వసరులను సద్వినియోగం చేయకపడడంలో విఫలమైందని అన్నారు. వక్క బోర్డుల కూర్పు గురించి వివరిస్తూ... కేంద్ర, రాష్ట్ర స్థాయిలో వక్క బోర్డుల ఏర్పాకవర్గాల్లో మహిళా సభ్యులను చేర్చడానికి సంబంధించి ఒక ముఖ్యమైన సంస్కరణను తీసుకువచ్చామని మంత్రి తెలిపారు. కేంద్ర వక్క మండలిలో 10 మంది సభ్యులు ఉంటారని, అందులో ఇద్దరు మహిళలు తప్పనిసరిగా ఉండాలని, నలుగురు పుత్రులు భారత ప్రభుత్వ అదనపు కార్యదర్శి వంటి జాతీయ స్థాయి ప్రముఖులు ఉంటారని కమిటీ రిజిజు వివరించారు. రాష్ట్రాల్లోని వక్క బోర్డులో 11 మంది సభ్యులు ఉంటారని, అందులో ముగ్గురు ముక్కిమేతరులు ఉండవచ్చని, ఇద్దరు మహిళలు తప్పనిసరిగా ఉండాలని ఆయ

ఎన్ పి ఓ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ ను సన్మానించిన కనిగిరి మాజీ ఐఎంసి వైస్ చైర్మన్ దర్శి రాము



నేటి శుభోదయ (ఏప్రిల్ బ్యూరో చంద్ర) (కనిగిరి /పామరూరు): కనిగిరి నియోజకవర్గం పామరూరు పట్టణంలోని సర్టిఫైడ్ కార్యాలయం, పోలీస్ స్టేషన్ ల సందర్శనకు పామరూరు విచ్చేసిన ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీ ఏ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ ను శాలువా పూలదండలతో ఘనంగా సన్మానించిన కనిగిరి మాజీ ఎంపిసి వైస్ చైర్మన్, దర్శి జువెలరీస్ అధినేత దర్శి రాము. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచి శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో రాజి లేకుండా విధులు నిర్వహిస్తున్నారని, ముఖ్యంగా హెల్మెట్ వినియోగం, మద్యం, గంజాయి, మత్తు పదార్థాల వినియోగంపై వాహనదారులను ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేస్తూ దామోదర్ ఐపీఎస్ ముందుకు సాగుతున్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో షేక్ హాజీ గౌస్, వాయిసేని రాఘవ, ఆర్ ఆర్ రఫీ వలుపురు డిడిపి నాయకులు పాల్గొన్నారు.

పోమాల్ పల్లి గ్రామంలో సన్న బియ్యం పంపిణీ పంపిణీ చేసిన కేశంపేట మండల యూత్ కాంగ్రెస్ ప్రెసిడెంట్

అనుమగల్ల రమేష్, మాజీ సర్పంచ్ కృష్ణయ్య యాదవ్

పేదలకు గొప్ప వరం సన్న బియ్యం

చరిత్రలో నిలిచిపోయే అంశం



కేశంపేట: (నేటి శుభోదయ): కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సన్న బియ్యం ఇవ్వడం తో గ్రామస్థులు చాలా సంతోషం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. రాష్ట్రంలో తెల్ల రేపన్నాల్ని కలిగిన కుటుంబాలకు సన్న బియ్యం పంపిణీ తెలంగాణ ప్రభుత్వం ప్రతిష్టతకంగా తీసుకుంది. రాష్ట్రంలో పేదల ఆహార భద్రతకు ప్రభుత్వం పెద్దపీట వేసింది. దారిద్ర్య రేఖకు దిగువన ఉన్న తెల్ల రేపన్న కార్డు కలిగిన కుటుంబాలకు సన్న బియ్యం పంపిణీ ప్రారంభం చేసింది. రాష్ట్ర జనాభాలో 85 శాతం మంది పేదలకు ప్రజా పంపిణీ వ్యవస్థ కింద నాణ్యమైన సన్న బియ్యం పంపిణీ చేయడం విశేషం. రాష్ట్రంలో ప్రజా పంపిణీ దారిద్ర్య రేఖకు దిగువన ఉన్న తెల్ల రేపన్న కార్డు కలిగిన కుటుంబాలకు సంబంధించి ప్రతి ఒక్కరికీ 6 కిలోల చొప్పున సన్న బియ్యం పంపిణీ చేయనున్నారు. కేశంపేట మండలం పోమాల్ పల్లి గ్రామంలో సన్న బియ్యం పంపిణీ కార్యక్రమం గురువారం ఉదయం ప్రారంభమైంది. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ డిలీర్ కోకొల్ల వెంకటేశ్వర్లు, నాయకులు కర్నూల శ్రీనివాస్, రంగారెడ్డి, బండ తేజస్, లింగం, మహేష్, జగన్, నిదుర్శాంతి సన్నీ, రాము, చెన్నయ్య, రాజు, గ్రామ మహిళలు మాజీ డిప్యూటీ సర్పంచ్ పద్మ , బుర్ర పద్మ, శారదమ్మ, లింగమ్మ, జంగమ్మ, కృష్ణవేణి, బాలమణి, సుగుణ, భాగ్యమ్మ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్ పి ఓ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ ను సన్మానించిన బైరెడ్డి, తడిక మళ్ళ, పోకా



నేటి శుభోదయ (ఏప్రిల్ బ్యూరో చంద్ర) (కనిగిరి /పామరూరు): కనిగిరి నియోజకవర్గం పామరూరు పట్టణంలోని సర్టిఫైడ్ కార్యాలయం, పోలీస్ స్టేషన్ ల సందర్శనకు పామరూరు విచ్చేసిన ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీ ఏ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ ను శాలువా పూలదండలతో ఘనంగా సన్మానించిన పామరూరు మాజీ సింగిల్ వింత్ చైర్మన్ బైరెడ్డి జయరామిరెడ్డి, కనిగిరి నియోజకవర్గం తెలుగు యువత అభివృద్ధి తడిక మళ్ళ సుబ్బారావు, డిపి నాయకులు పోక నాయుడు బాబు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచి శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో రాజి లేకుండా విధులు నిర్వహిస్తున్నారని, ముఖ్యంగా హెల్మెట్ వినియోగం, మద్యం, గంజాయి, మత్తు పదార్థాల వినియోగంపై వాహనదారులను ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేస్తూ దామోదర్ ఐపీఎస్ ముందుకు సాగుతున్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వలుపురు డిడిపి నాయకులు పాల్గొన్నారు.

దొడ్డి కొమరయ్య జీవితం నేటి తరాలకు ఆదర్శం -జిల్లా కలెక్టర్ జితేష్ వి. పాటిల్.



భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, ఏప్రిల్ 03, (నేటి శుభోదయ): తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాట యోధుడు దొడ్డి కొమరయ్య చూపిన స్ఫూర్తి నేటి తరాలకు ఆదర్శమని జిల్లా కలెక్టర్ జితేష్ వి. పాటిల్ తెలిపారు. గురువారం జిడిపి కార్యాలయపు హాలులో జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల అభివృద్ధి శాఖ అధ్యక్షులలో నిర్వహించిన దొడ్డి కొమరయ్య జయంతి వేడుకల్లో ఆదనపు కలెక్టర్ డి వేణుగోపాల్ తో కలిసి దొడ్డి కొమరయ్య చిత్ర పటానికి పూలపూలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ దొడ్డి కొమరయ్య స్ఫూర్తిని కొనసాగించాలని చెప్పారు. తెలంగాణ రైతాంగ సాయుధ పోరాటం తలచుకోగానే మొదటగా గురుకుల వచ్చేది పోరాట యోధుడు దొడ్డి కొమరయ్య అని చెప్పారు. దొడ్డి కొమరయ్య 1927 లో ఉమ్మడి పరంగల్ జిల్లా కడివెండి గ్రామంలో గౌరీ కాచురు కుటుంబంలో జన్మించారని చెప్పారు. దొడ్డి కొమరయ్య ఒక మహాసాహస ఉద్యమానికి అద్భుతపదం తెలంగాణ ప్రజలకు గవ్వకారణం అన్నారు. దొడ్డి కొమరయ్య అమరత్వం తెలంగాణ ఉద్యమ స్ఫూర్తికి ప్రతీక అని, భూమి, భుక్తి, విముక్తి పోరాట ఉద్యమంగా మారడానికి కొమరయ్య ప్రధాన కారణమని చెప్పారు. దొడ్డి కొమరయ్య సాయుధ పోరాటంలో చూపిన స్ఫూర్తిని కలెక్టర్ కొనియాడారు. తెలంగాణ ప్రజల కొరకు మహానీయుల చేసిన త్యాగాలు నేటి తరానికి తెలియజేసేందుకు ప్రభుత్వం ఆయన జయంతి, వర్తంతి కార్యక్రమాల ను అధికారికంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. దొడ్డి కొమరయ్య స్ఫూర్తి ప్రతి ఒక్కరికీ తెలియాలని, మహానీయుల వర్తంతి, జయంతి కార్యక్రమాలను ప్రభుత్వం అధికారికంగా నిర్వహిస్తున్నట్లు చెప్పారు. వారి స్ఫూర్తిని మనమంతా కొనసాగించాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సంస్థల ఆదనపు కలెక్టర్ విద్యా చందన, జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల సంక్షేమ అధికారి ఇందిరా, కలెక్టరేట్ ఏఎస్ రమాదేవి మరియు అన్ని శాఖల జిల్లా అధికారులు, డిపి సంఘ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళలకు 2500 ఇవ్వాలి

కొత్త పెన్నెన్లు ఇవ్వాలి

మడుపల్లి గోపాలరావు

సిపిఎం పార్టీ మధిర

డివిజన్ కార్యదర్శి.

రాజ్ గోడ (నేటి శుభోదయ)మధిర, ఏప్రిల్ 03 :- సిపిఎం పార్టీ మధిర పట్టణ మండల కమిటీల అధ్యక్షులలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన ఆరు గ్యారంటీలు అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ మధిర తాసిల్దార్ కార్యాలయం ఎదుట ధర్నా నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా పట్టణ కార్యదర్శి పడకంటి మురళీ అధ్యక్షతన జరిగిన సమావేశంలో మడుపల్లి గోపాలరావు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలు అమలుకై సిపిఎం పార్టీ పోరాడుతుందని అన్నారు. రైతులు 2 లక్షల రూపాయల రుణమాఫీ కాక పెట్టుబడికి సకాలంలో సహాయం అందక తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారని అప్పుల బాధతో రైతుల ఆత్మహత్యలు ఆగటం లేదని ఎలాంటి షరతులు లేకుండా



వెంటనే రెండు లక్షల రూపాయల రుణాలను మాఫీ చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. వ్యవసాయ కూలీల పేద మహిళలకు 2500? ఇవ్వాలని కూలి భరోసా సంవత్సరానికి 12,000 ఇవ్వాలని. రైతులకు



వ్యవసాయ కార్మికులకు 10 లక్షల రూపాయల ఎక్స్ షియూ చెల్లించాలని, అర్హులందరికీ ఇల్లు ఇళ్ల స్థలాలు రేషన్ కార్డులు మంజూరు చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. కొత్త పెన్నెన్ లో వెంటనే విడుదల చేయాలని వ్యర్థాలకు ఒంటరి మహిళలకు నాలుగు వేల రూపాయల పెన్నెన్లు అమలు చేయాలని వికలాంగులకు 6000 రూపాయల పెన్నెన్లు అందజేయాలని డిమాండ్ చేశారు. అతి తక్కువ వేతనాలతో విద్యార్థులకు మధ్యాహ్న భోజనం అందిస్తున్న మధ్యాహ్న భోజన వర్తకుల వదివేల వేతనం, పెండింగ్ బిల్లులు వెంటనే పరిష్కారం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పార్టీ జిల్లా కమిటీ సభ్యులు శీలం నరసింహారావు

మాట్లాడుతూ కమ్యూనిస్టులు మాత్రమే కూలీలు రైతుల సమస్యల పైన పేద ప్రజల సమస్యల పైన ఉద్యమాలు నిర్వహిస్తారని సమస్యల పరిష్కారం కావాలంటే పోరాటం తప్ప మరొక మార్గం లేదని

అన్నారు. పార్టీ మండల పట్టణ కార్యదర్శులు మందా నైదుల పడకంటి మురళి పాపిసేని రామ నరసయ్య మందపప ఉపేంద్ర ఓట్ల



శంకరావు పవ్రాసపు మధు గౌరరాజు దర్శనశ్రీ, చేయగొండి వెంకాయమ్మ పున్నకాయల కిషోర్ సాగి వెంకట రామ నాయుడు శ్రీరాములు దొంతి వీరాచారి అంత శివయ్య కాసాలి కృష్ణ పార్టీ పట్టణ మండల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

అంతర్గాం మండలంలో విస్తృతంగా పర్యటన

గ్రామీణ ప్రాంతాల అభివృద్ధికి

కట్టుదిట్టమైన చర్యలు-

గర్బిణీ స్త్రీల వివరాలను పకడ్బందీగా

ట్రాకింగ్ చేయాలి

ఉపాధి హామీ కూలీల సంఖ్య పెంచాలి

జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష

అంతర్గాం/పెద్దపల్లి స్టాన్డ్ రిపోర్టర్, ఏప్రిల్ - 03 (నేటి శుభోదయ దినపత్రిక): పెద్దపల్లి జిల్లా అంతర్గాం మండలంలోని గ్రామీణ



ప్రాంతాల అభివృద్ధికి కట్టుదిట్టమైన చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా



కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష అన్నారు. గురువారం జిల్లా కలెక్టర్ అంతర్గాం మండలంలో విస్తృతంగా పర్యటించారు. అంతర్గాం మండల రెవెన్యూ అధికారి కార్యాలయం, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం, మండల పరిషత్ ప్రాథమిక పాఠశాల, మండల పరిషత్ అభివృద్ధి అధికారి కార్యాలయాల ను కలెక్టర్ ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. జిల్లా కలెక్టర్ కోయ శ్రీ హర్ష మాట్లాడుతూ.....రాజీవ్ యువ వికాసం పథకం కింద ఆఫ్ లైన్ దరఖాస్తులను స్వీకరించాలని, వాటిని ఆన్ లైన్ లో పకడ్బందీగా నమోదు చేయాలని కలెక్టర్ సూచించారు. ఉపాధి హామీ పనులకు సంబంధించి లేబర్ సంఖ్య పెంచాలని, కార్మికులకు ఉపాధి హామీ కూలి వేతనాలు ఎటువంటి ఆలస్యం లేకుండా జమ చేయాలని కలెక్టర్ అదేశించారు. గ్రామీణ ప్రాంతాలలో పారిశుధ్య నిర్వహణ పై అధిక దృష్టి సాధించాలని అన్నారు. ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రం ద్వారా గర్బిణీ స్త్రీల వివరాల (ట్రాకింగ్ పకడ్బందీగా జరగాలని అన్నారు. 102 వాహనాలు నిర్దేశిత పెద్దపల్లి ప్రకారం గర్బిణీ స్త్రీలను చెకింగ్

కు తీసుకొని రావాలని అన్నారు. దయాగొస్టిక్ హాట్ డ్వారా ఉచిత పరీక్షలు నిర్వహించాలని అన్నారు. ఔట్ పేషెంట్



సేవలు మరింత మెరుగయ్యేలా చూడాలని అన్నారు. ఆసుపత్రిలో మెడిసిన్ రీజిస్టర్ పక్కాగా మెయింటేన్ చేయాలని, వివరాలను ఆన్ లైన్ లో నమోదు చేయాలని అన్నారు. ఎన్.సి.డి నిర్ధారణ సర్వే సకాలంలో పూర్తి చేయాలని అన్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదివే విద్యార్థులకు కనీస అభ్యాసన సామర్థ్యాలకు ఉండే విధంగా ఉపాధ్యాయులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. తెలుగు అంగ్లం, చదవడం, రాయడం తప్పనిసరిగా రావాలని, చిన్న చిన్న గణిత లేకలు చేయాలని, ఆ డిశగా నూతన రీతిలో విద్యార్థులకు బోధన జరగాలని అన్నారు. మండలి రెవెన్యూ అధికారి కార్యాలయంలో రికార్డుల నిర్వహణ కట్టుదిట్టం చేయాలని అన్నారు. ప్రజావాణి ద్వారా వచ్చే దరఖాస్తుల పరిష్కారానికి ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని కలెక్టర్ సూచించారు. ఈ పర్యటనలో జిల్లా కలెక్టర్ వెంట ఎంపిడిఓ మేమి మాధవ్, వైద్యాధికారి డాక్టర్ ఉదయ కిరణ్, సంబంధిత అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పారా లీగల్ వాలంటీర్లతో సమీక్షా సమావేశం

జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి జి. భానుమతి.



మరింత చేరువ చేయడం కోసం తమ వంతు కర్తవ్యాన్ని నిర్వహించాలని తెలిపారు. కొత్తగూడెం జిల్లా వ్యాప్తంగా పిల్లల ఆశ్రమాల మరియు పుద్గాత్రమాలను మరియు మానసిక వికాస కేంద్రాలలో క్షితి ను ఏర్పాటు చేసి పారా లీగల్ వాలంటీర్లు అక్కడ సందర్శించి వారికి ఉన్న సమస్యలను తెలుసుకుంటూ సంబంధిత అధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి సమస్య పరిష్కారం కోసం పాటుపడాలని అన్నారు. ఏదైనా న్యాయ సంబంధ అంశాలను ఉన్నట్లయితే జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కొత్తగూడెం వారి దృష్టికి తీసుకెళ్లాలని తెలిపారు. పారా లీగల్ వాలంటీర్స్ ప్రజలకు వారిగా పని చేయాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమం లో డిప్యూటీ లీగల్ ఎయిడ్ కౌన్సిల్ పి. నిరంజన్ రావు, పారా లీగల్ వాలంటీర్స్ పాల్గొన్నారు.

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, ఏప్రిల్ 03, (నేటి శుభోదయ): పారా లీగల్ వాలంటీర్లతో జిల్లా న్యాయ సేవాధికార సంస్థ కార్యదర్శి జి.భానుమతి గురువారం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. మార్చి నెలకు సంబంధించి పారా లీగల్ వాలంటీర్స్ నిర్వహించిన కార్యక్రమాల వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా న్యాయ మూర్తి మాట్లాడుతూ సమావేశం పారా లీగల్ వాలంటీర్స్ బాధ్యత కీలకమని, న్యాయాన్ని

ఎన్ పి ఓ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ ను సన్మానించిన మెంటా, ఉప్పలపాటి, బండ్ల, వెంగల్ శెట్టి



ఐపీఎస్ ను శాలువా పూలదండలతో ఘనంగా సన్మానించిన డిడిపి నాయకులు వెంటా నరసింహారావు, ఉప్పలపాటి వారిబాబు, బండ్ల నారాయణ, వెంగల్ శెట్టి బాబురావు. ఈ సందర్భంగా ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచి శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో రాజి లేకుండా విధులు నిర్వహిస్తున్నారని, ముఖ్యంగా హెల్మెట్ వినియోగం, మద్యం, గంజాయి, మత్తు పదార్థాల వినియోగంపై వాహనదారులను ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేస్తూ దామోదర్ ఐపీఎస్ ముందుకు సాగుతున్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వలుపురు డిడిపి నాయకులు పాల్గొన్నారు.

కనిగిరి డి.ఎస్.పి ని సన్మానించిన గోల్డ్ మర్చంట్ అసోసియేషన్ సభ్యులు



యశ్వంత్ లను శాలువా పూలదండలతో ఘనంగా సన్మానించిన పామరూరు గోల్డ్ మర్చంట్ అసోసియేషన్ సభ్యులు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీగా బాధ్యతలు చేపట్టిన నాటి నుంచి శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో రాజి లేకుండా విధులు నిర్వహిస్తున్నారని, ముఖ్యంగా హెల్మెట్ వినియోగం, మద్యం, గంజాయి, మత్తు పదార్థాల వినియోగంపై వాహనదారులను ప్రజలను ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తం చేస్తూ దామోదర్ ఐపీఎస్, డి.ఎస్.పి సాయుధ యశ్వంత్ ముందుకు సాగుతున్నారని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జి రామారావు, గుత్తి రాజు, ఎల్లారె రవి, బొంతల సుధీర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

శ్రీ రామనవమి, పట్టాభిషేక మహోత్సవానికి విచ్చేయ భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యాలు కలగకుండా పటిష్టమైన చర్యలు



తరఫున పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టడం జరుగుతుందని జిల్లా ఎస్సీ రోహిత్ రాజు ఐపీఎస్ తెలిపారు. ఇందులో భాగంగానే పార్కులో స్థలాలు, కళాఖండం, సెక్యూరిటీ మరియు నిర్మాణ, తలంబ్రాల కోసం పర్యటన భక్తులు సులభంగా కనుగొని అక్కడికి చేరుకునే విధంగా పోలీస్ శాఖ అధ్యక్షులలో ఒక శ్రీరామనవమి పంపిణీ “క్యా ఆర్” కోడ్ ను మరియు ఆన్లైన్ లింకును రాపాదించడం జరిగిందని తెలిపారు. శ్రీరామనవమి పంపిణీ సేవ మరియు పట్టాభిషేక మహోత్సవాల తేదీలలో భద్రాచలంలో భక్తులు సులభంగా వారు చేరుకోవాల్సిన స్థలాలకు చేరుకోవచ్చునని తెలిపారు. అదేవిధంగా సుమారుగా 2000 మంది పోలీసుల తో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని అన్నారు. కావున భక్తులందరూ ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని పోలీసు వారికి సహకరించగలరని కోరారు. అదే విధంగా ఆ రెండు రోజులు పాటు భక్తులకు ట్రాఫిక్ సమస్య తలెత్తకుండా పోలీసు వారు విధించే ఆంక్షలకు భద్రాచలం పట్టణ మరియు పరిసర ప్రాంత ప్రజలు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.

ఎస్సీ రోహిత్ రాజు.

భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా, ఏప్రిల్ 03, (నేటి శుభోదయ): ఈ నెల 6 మరియు 7 తారీఖులలో భద్రాచలంలో జరగనున్న శ్రీరామనవమి మరియు పట్టాభిషేక మహోత్సవానికి ఇతర శాఖల అధికారులతో సమన్వయం పాటిస్తూ భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యాలు కలగకుండా పోలీస్ శాఖ తరఫున పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టడం జరుగుతుందని జిల్లా ఎస్సీ రోహిత్ రాజు ఐపీఎస్ తెలిపారు. ఇందులో భాగంగానే పార్కులో స్థలాలు, కళాఖండం, సెక్యూరిటీ మరియు నిర్మాణ, తలంబ్రాల కోసం పర్యటన భక్తులు సులభంగా కనుగొని అక్కడికి చేరుకునే విధంగా పోలీస్ శాఖ అధ్యక్షులలో ఒక శ్రీరామనవమి పంపిణీ “క్యా ఆర్” కోడ్ ను మరియు ఆన్లైన్ లింకును రాపాదించడం జరిగిందని తెలిపారు. శ్రీరామనవమి పంపిణీ సేవ మరియు పట్టాభిషేక మహోత్సవాల తేదీలలో భద్రాచలంలో భక్తులు సులభంగా వారు చేరుకోవాల్సిన స్థలాలకు చేరుకోవచ్చునని తెలిపారు. అదేవిధంగా సుమారుగా 2000 మంది పోలీసుల తో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయడం జరుగుతుందని అన్నారు. కావున భక్తులందరూ ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకొని పోలీసు వారికి సహకరించగలరని కోరారు. అదే విధంగా ఆ రెండు రోజులు పాటు భక్తులకు ట్రాఫిక్ సమస్య తలెత్తకుండా పోలీసు వారు విధించే ఆంక్షలకు భద్రాచలం పట్టణ మరియు పరిసర ప్రాంత ప్రజలు సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు.



డాక్టర్ ఉగ్ర నరసింహారెడ్డిని అభినందించిన పాలపల్లి వెంకటేశ్వర్లు



జనసేన నాయకులకు కార్యక్రమాలకు ధన్యవాదాలు తెలుపుతున్నట్లు అన్నారు

వక్స్ బోర్డ్ బిల్లు సవరణ ఆమోదం

జెపిసి సభ్యులు డీటీ అరుణమ్మకు ధన్యవాదాలు.



భారతీయ జనతా పార్టీ రంగారెడ్డి జిల్లా సాంస్కృతిక శాఖ కన్వీనర్ కరెడ్డ నరేందర్ రెడ్డి కేకంపేట(నేటి శుభోదయ): భారత ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ మరియు జెపిసి కమిటీ సభ్యులు మహబూబ్ నగర్ పార్లమెంట్ సభ్యులు డీటీ అరుణమ్మకు ధన్యవాదాలు తెలుపుతూ.. భారతీయ జనతా పార్టీ రంగారెడ్డి జిల్లా నాయకులు కరెడ్డ నరేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ వక్స్ బోర్డ్ బిల్లు సవరణ ఆమోదం ఎంతో ఆనందనియమని వ్యక్తం చేశారు. భారతదేశంలో ప్రభుత్వ భూమిలను కన్నా వక్స్ బోర్డ్ భూమిలు మూడే స్థానంలో ఉందని ఆ భూములను కొంతమంది మైనార్టీ పెద్దలు మాత్రమే ఆనుభవిస్తున్నారని, వీర మైనార్టీలకు అన్యాయం జరుగుతూ వస్తుందని ఈ సవరణతో వీర మైనారిటీలకు కూడా న్యాయం జరుగుతుందని వ్యక్తం చేశారు. భారతదేశంలో ఒకే న్యాయం అనే చట్టాన్ని విరుద్ధంగా బక్స్ బోర్డ్ వారికి అనుకూలంగా ఉన్నది. అప్పటి రాజకీయ స్పృహలకు అనుకూలంగా మైనార్టీలకు ప్రత్యేకమైన హక్కు ఇవ్వడం ఎంతో దురదృష్టం. ఈ సవరణతో ప్రజలందరూ సందబాలు చేస్తూ ఆనందం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

పేద ప్రజల పక్షపాతి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

ఇచ్చిన ప్రతి హామీని నెరవేరుస్తాం.

ప్రతి ఒక్కరికి సంక్షేమ ఫలాలు అందించడమే ప్రజా ప్రభుత్వం ఉద్దేశం



కేకంపేట(నేటి శుభోదయ): తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్ఠాత్మకంగా చేపట్టిన సన్న బియ్యం పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తే గ్రామంలో తహసీల్దార్ ఆజాం అలీ, మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు గుండ వీరేశం , షాద్ నగర్ వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ భాస్కర్ గౌడ్ రేషన్ షాప్ వద్ద రేషన్ కార్డు లభిచారాలకు ప్రజా ప్రభుత్వం అందించిన సన్న బియ్యం పంపిణీ కార్యక్రమం ను ప్రారంభించారు.దేశంలో ఎక్కడా లేని విధంగా ఈ కార్యక్రమాన్ని



గౌరవ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ ఎనుముల రేవంత్ రెడ్డి ప్రవేశపెట్టడం గర్వించదగ్గ విషయమన్నారు. పేద ప్రజలు గుండె చప్పుడు మన ప్రజా ప్రభుత్వం అన్నారు.ప్రతి ఒక్కరికి సంక్షేమ ఫలాలు అందించడం మన ప్రభుత్వం ఉద్దేశం అని అన్నారు.ఈ కార్యక్రమంలో పంచాయతీ సెక్రటరీ విజయ కుమార్, గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షుడు, కొత్త శ్రీశైలం, మాజీ డిప్యూటీ సర్పంచ్ కాజా పాషా , డిప్లెల జంగయ్య, డిప్లెల ముత్యాల ,బడుక మల్లయ్య ,కె.రాజేందర్, చాకలి శేఖర్,మునీర్,వీరాస్వామి,అకుల రామకృష్ణ చాకలి శ్రీను,యం మధు, రొయ్యల జగ్గే, మారేడు నరసింహ, మహబ్ కాంగ్రెస్ సభ్యురాలు పట్నం అరుణ, పట్నం జంగయ్య ,అజహర్ , చౌకోర్ నాయకులు ,కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

పాత్రికేయులందరు కలిసి కట్టుగా ఉండాలి



మంధని, ఏప్రిల్-03(నేటిశుభోదయ దినపత్రిక): మంధని డివిజన్ లోని నాలుగు మండలాలకు సబందించిన పాత్రికేయుల కలుపుకొని డివిజన్ ప్రెస్ క్లబ్ ను ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. డివిజన్ లో ఉన్న పాత్రికేయుల యొక్క సమస్యలు హక్కులను సాధించడానికి పాటు పడుతుంది.అదే విధంగా ప్రెస్ క్లబ్ అందరికీ ఆదర్శంగా ఉంటుందని డివిజన్ ప్రెస్ క్లబ్ అధ్యక్షులు మోతుకూరి శ్రీనివాస్ అన్నారు. గురువారం మంధని డివిజన్ డివియా ప్రెస్ క్లబ్ లో అధ్యక్షులు మోతుకూరి శ్రీనివాస్ అధ్యక్షతన సభ్యులందరితో కలిసి ప్రెస్ క్లబ్ లో సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేశారు.డివిజన్ లో ఉన్నటువంటి పాత్రికేయులు అందరి కోరిక మేరకు ఈ డివిజన్ క్లబ్ ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని అన్నారు. త్వరలోనే ప్రెస్ క్లబ్ అధికారంగా ప్రారంభోత్సవం జరుగుతుందని అన్నారు.ఈ సందర్భంగా సీనియర్ పాత్రికేయులు మహావాది సతీష్ కుమార్ ప్రెస్ క్లబ్ లో సభ్యత్వం స్వీకరించారు.సభ్యత్వ రసీదును అందించారు.ఈ సందర్భంగా సతీష్ కు సభ్యులు శు భాకాంక్షలు తెలిపారు. సహయ కార్యదర్శి హదరబోయిన కిషన్,పాత్రికేయులు చిలివేరి మహేందర్, పి ఎస్ అశోకన్, రామడుగు శ్రీనివాస్, చేరాల రవీందర్, మాచేశీ శ్రవణ్, నాంపల్లి శ్రీనివాస్, సుభాష్, శంకర్, దాసర్ రమేష్, మంధని లక్ష్మన్,అనంపల్లి స్వామి తో పాటు పాత్రికేయులు పాల్గొన్నారు.

సిఎన్ఆర్ కళాశాలలో జాబ్ మేకా



పులివెడ,ఏప్రిల్ 03 ,(నేటి శుభోదయ)- వీరేరులోని సిఎన్ఆర్ డిగ్రీ కళాశాలలో మద్రాసు కు చెందిన ఏ ఆర్ కె హెచ్ ఆర్ సిల్వర్బాస్న్ అండ్ సర్వీసెస్ వారు గురువారం నిర్వహించిన జాబ్ మేకాలో 48 మంది పాల్గొనగా వివిధ దశలలో నిర్వహించిన ఇంటర్వ్యూలో 29మంది ఎంపికైనట్లు సిఎన్ఆర్ కళాశాల కరస్పాండెంట్ విజయభాస్కర్ రెడ్డి తెలిపారు. ఎన్నికైన అభ్యర్థులకు హెచ్ ఆర్ మేనేజర్ కుమారు మరియు సురేష్ కుమార్ నియామక ఉత్తర్వులు అందజేశారు. ఎంపికైన అభ్యర్థులకు రెండు లక్షల వార్షిక వేతనం అందుతుంది. ఈ కార్యక్రమంలో సిఎన్ఆర్ కళాశాల డ్రిస్టిపల్ డాక్టర్ రావణ్య,అధ్యాపకులు పాల్గొని ఉద్యోగాలకు ఎన్నికైన అభ్యర్థులను అభినందించారు.

కంచిలోని బంగారు, వెండి బల్లి వెనక ఉన్న రహస్యం ఏంటి..!!

పులివెడ,ఏప్రిల్ 03 ,(నేటి శుభోదయ : యశ్వంత్ రెడ్డి)- బల్లి మనపై పడిందంటే ఏదోగా వుంటుంది. ఒళ్లు జలదరిస్తుంది. బల్లులంటే భయపడే వారు చాల మందే ఉన్నారు. ప్రతి ఇంట్లో బల్లులు వుంటాయి. బల్లులు సాధారణంగా ఇళ్లలో వుంటాయి. ఇంట్లో లైట్ వద్ద తిరిగే పురుగులను తిని బతుకుతుంటాయి. బల్లి గురించి చాల అపోహలున్నాయి. ఇది విష పురుగు అని. అంటే అది కరవదు గాని అది ఇళ్లలో తిరుగుతుంటుంది కనుక అది ఏదేని ఆహార పదార్థాలలో పడితే దాన్ని తిన్న వారు మరణిస్తారని ప్రజల్లో ఒక అపోహ వున్నది. అదే విధంగా బల్లి మన శరీరంపై ఏకాగ్రత పడితే దానికి ఫలితమేమిటి తెలుసుకునే బల్లి శాస్త్రము కూడా ఉన్నది. కంచి కామాక్షి ఆమ్మవారి ఆలయంలో వున్న బంగారు బల్లిని ముట్టుకున్న వారికి బల్లి వారి దేహంపై ఎక్కడ పడినా దుష్ఫలితం వుందని ఒక నమ్మకం. అదే విధంగా బల్లి శరీరం మీద పడిన వారు..... కంచిలోని బంగారు బల్లిని ముట్టుకొని వచ్చిన వారి పాదాలకు నమస్కారము చేస్తే బల్లి పడిన దుష్ఫలితం వుండదని కూడ ప్రజల్లో మరో నమ్మకం కూడా ఉన్నది. మనమేదన్నా తలుచు కుంటున్నప్పుడు బల్లి పలికితే అది నిజమవుతుందని కూడ నమ్ముతారు. అది పలికి నపుడు “క్రిష్ణ... క్రిష్ణ “ అని అంటారు. చాలా గుడుల గోడల మీద బల్లుల చిత్రాలున్నాయి. జ్యోతిష్మ వాస్త్రం ప్రకారం మీ ఇంట్లో తూర్పు దిశ నుంచి బల్లి శబ్దం చేస్తే రాహు గ్రహ ప్రభావమని అర్థం చేసుకోవాలి. తూర్పు వైపు బల్లి శబ్దం చేస్తే అనూహ్య భయాలు, అనుభ వాద్రలను ముందుగానే మనకు తెలియజేస్తున్నట్లు ఆర్యమని జ్యోతిష్మ నిపుణులు చెబుతున్నారు. బంగారు బల్లి అంటేనే తమిళనాడులోని కాంచీపురం కామాక్షి ఆలయం గుర్తుకొస్తుంది. అక్కడి ఆలయంలో బంగారు తొడుగులతో ఏర్పాటుచేసిన బల్లిని తాకితే నకల దోషాలు తొలగి వుణ్ణం సిద్ధిస్తుందని భక్తుల విశ్వాసం. కంచి బంగారు, వెండి బల్లి గురించి పురాణగాధ ఏం చెబుతున్నది ...? బంగారు వెండి బల్లుల యొక్క విశిష్టత ఏంటో తెలుసుకుందాం... బంగారు వెండి బల్లికి సంబంధించిన పురాణగాధ ప్రకారం గౌతమ మహర్షి వద్ద ఇద్దరు శిష్యులు వుండేవారు. నదీ తీరానికి వెళ్లి నీటిని తీసుకువచ్చే సమయంలో కుండలో బల్లి పడిన విషయాన్ని గుర్తించలేదు. అనంతరం దీన్ని చూసిన గౌతమమహర్షి వారిని బల్లులుగా మారిపొమ్మని శపించాడు. శాపవిముక్తి కోసం వారు ప్రార్థించగా కాంచీపురంలోని వరదరాజపెరుమాళ్ ఆలయంలో లభిస్తుందని ఉపశమనం చెప్పాడు. దీంతో వారు పెరుమాళ్ ఆలయంలోనే బల్లులు రూపంలో వుండి స్వామివారిని ప్రార్థించారు. కొన్నాళ్లకు వారికి విముక్తి కలిగి మోక్షం లభించింది. ఈ సమయంలో సూర్యచంద్రులు స్వాక్ష్యంగా వుండటంతో బంగారు, వెండి రూపంలో శిష్యుల శరీరాలు బొమ్మలుగా వుండి భక్తులకు



దోషనివారణ చేయమని ఆదేశిస్తారు. బంగారు అంటే సూర్యుడు, వెండి అంటే చంద్రుడు అని కూడా అర్థం. సరస్వతీ దేవి నుంచి శాపవిముక్తి పొందిన ఇంద్రుడు పెరుమాళ్ ఆలయంలో దీనికి గర్భాగా ఈ బల్లి బొమ్మలను ప్రతిష్ఠించినట్లు మరో కథనం కూడా ఉంది.బల్లి ఇంట తిరగాడుతున్నప్పటికీ ...అది మీదపడితే దోషమనే విశ్వాసం ఎప్పటి నుండో మన ఆచారంలో ఉంది. అలా బల్లి పడినప్పుడు భయపడ కుండా....కంచి కామాక్షి ఆలయంలోని బల్లిని తలచుకుని స్నానం చేసి, ఇష్టదేవతారాధన చేయడం వల్ల ఆ దోషం పోతుందని చెప్పబడుతోంది. పౌరాణిక,చారిత్రక నేపథ్యాలను కలిగిన ‘లక్ష్మీ వెంకటేశ్వరస్వామి’ శ్రేత్రం ఇక్కడ దర్శమిస్తుంటుంది. ఇక్కడి అమ్మవారి మందిరంపైకప్పుకి రెండు బల్లులు చెక్కుబడి కనిపిస్తూ ఉంటాయి. అమ్మవారిని దర్శించుకోవడానికి వచ్చిన భక్తులు..ఈ బల్లులను తాకుతుంటారు. అప్పటి వరకూ బల్లుల మీద పడటం వల్ల దోషాలు ఏమైనా ఉంటే అవి తప్పుకుండా నివారించబడుతాయని స్థల పురాణం చెబుతోంది.బంగారు బల్లిని తాకిటంతో అప్పటివరకూ చేసిన

పాపాలు పోతాయన్న నమ్మకం చాలామందిలో ఉంటుంది. అలాంటిది అసలు సినలు బంగారు బల్లి కనిపిస్తే.? నమ్మకానికి కాస్త కొత్తగా ఉన్నా ఇది నిజం. తాజాగా బంగారు బల్లి కనిపించి అందరిని విస్మయానికి గురి చేసింది.చాలా అరుదుగా ఉండే బంగారు బల్లులు ఇంకా ఉన్నాయని.. అవికూడా ఎక్కడో కాదు.. మన శివాల ఆదర్శంలో అన్న విషయం తాజాగా బయటపడింది. అంతరించే జాతుల్లో ఒకటిగా చెప్పే బంగారు బల్లులు ఈ మధ్యకాలంలో కనిపించటం లేదు. అలాంటిది శివరాత్రి పర్వదినానికి ఒకరోజు ముందు శివాలం ఏడుకొండల్లో కనిపించింది. రాతి గుహలో ఆవాసం.బంగారు బల్లి శాస్త్రీయ నామం కాలోడాక్టిలెడ్జ్ అరీస్. ఇది రాత్రుల్లో సంచరించే నిశాచర జీవి. బంగారు వర్షం పోలిన ముదురు వసుపు, లేత వసుపు రంగులో మెరిసినట్లు ఉంటుంది. ఇవి 150 నుంచి 180 మిల్లీ మీటర్ల వరకు పొడవు పెరుగుతాయి. రాతి గుహలు వాటి నివాసానికి అనుకూలం. సూర్యురట్ని పడని, వేడి తగలని ప్రదేశాల్లో కనిపి స్తాయి. సాధారణంగా చీకటి పద్ధాక గుహల నందుల నుంచి వెలికి వస్తాయి.

పదోన్నతిపై బదిలి అవుతున్న ఓసీ1 అధికారులకు ఆత్మీయ వీడ్కోలు సన్మానం

నా జీవితకాలం మల్లిపాలేని గని -ఉదయ్ హరిజన్

క్రమశిక్షణ గల గని నుండి ఎంతో నేర్చుకున్నాను -పేరాల శ్రీనివాసరావు

నాకు కూడా సహకరించండి -మేనేజర్ దురిశెట్టి రమేష్

ఎస్ఓపిలకు అనుగుణంగా పనిచేయండి -పిటి రాజశేఖర్



(నేటి శుభోదయ) పెద్దపల్లి జిల్లా ప్రతినిధి :రామగిరి: ఆర్టీ3 ఓసీ1 గనిలో పనిచేస్తూ పదోన్నతిపై బదిలి అవుతున్న అధికారులను ఘనంగా సన్మానించి ఆత్మీయ వీడ్కోలు పలికిన గని ఉద్యోగులు. ఓసీ1 ిల్లెట్ కార్యాలయంలో నిర్వహించిన సమావేశంలో సింగరేణి సంస్థ ఇటీవల జారీ చేసిన ఉత్తర్వుల ప్రకారంగా ఆర్టీ2 ఓసీ3కి ప్రాజెక్ట్ అధికారిగా ఓసీ1 మేనేజర్ ఉదయ్ హరిజన్ మరియు ఎల్లెరు ఎరియా కోయగూడెం ఓసీ2 మేనేజరుగా గని రక్షణాధికారి పేరాల శ్రీనివాసరావు పదోన్నతిపై బదిలి అవుతున్న సందర్భంగా గని ఉద్యోగులు ఆత్మీయ సన్మానం చేసి ఘనంగా వీడ్కోలు పలికారు.అలాగే గని మేనేజరుగా ఆర్టీ1 జీడీకే1 ఇంక్వెస్ట్ బావి నుండి బదిలీపై వచ్చిన దురిశెట్టి రమేష్ ని పూల బొత్తతో స్వాగతించూ ముగ్గురు

పేదల కలలను సహకారం చేస్తున్న దశరథ్ నాయక్ లివేదింటి కలను సహకారం చేసిన రాధాకృష్ణ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ను అభినందించిన మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు

రాధాకృష్ణ ట్రస్టు ద్వారా నిర్మించిన ఇంటిని రిఇన్వే కట్ చేసి ప్రారంభించిన హరీష్ రావు

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు నిప్పులు చెరిగారు



మీదుగా రిఇన్వే కట్ చేసి ప్రారంభించారు.ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ట్రస్టు చైర్మన్,మాజీ జెడ్పీసీని జర్నల దశరథ్ నాయక్ పేద ప్రజలకు తన ట్రస్టు ద్వారా చేస్తున్న సేవలను కొనియాడారు.ముమ్మందు తన ట్రస్ట్ పేద ప్రజలకు మరిన్ని సేవలు అందించాలని సూచించారు. అనంతరం సిరికొండ గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలో బోయన్ గట్ట తండాలో సేవాలో మహారాజ్,బిఆర్ అంబేద్కర్,మహాత్మా గాంధీ విగ్రహాలను ఆవిష్కరించారు.అనంతరం సభలో పాల్గొన్న హరీష్ రావు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పై నిప్పులు జరిగారు. కేసీఆర్ ప్రభుత్వం ఉన్నంతకాలం అన్నీ వర్షాల ప్రజలు సుఖ సంతోషాలతో ఉన్నారని,కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వచ్చిన ఏడాదిన్నర కాలంలోనే హరీగోసలు పడుతున్నారని మండిపడ్డారు.కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీల్లో అరవేమీ కూడా నెరవేర్చలేదని పండిపడ్డారు.తెలంగాణ ప్రజలను అనేక హరీగోసలు చెడుకున్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి త్వరలో తగిన బుద్ధి చెప్పాలని సూచించారు.రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం చిత్తశుద్ధిగా పనిచేస్తే ఇన్ని సమస్యలు ఎందుకు ఉంటాయని పైరయ్యారు.ప్రజా పాలనను గాలికి పదిలి తన కుటుంబ ఆదాయాన్ని పెంచుకుంటున్నాడని సూచించారు.దమ్మంటే రేవంత్ రెడ్డి బందోబస్తు లేకుండా బోయన గట్ట తాండకు రావాని సవాల్ విసిరారు.రేవంత్ రెడ్డి సర్కార్ ది హయ మాలులు తప్ప చేతలు ఒక్కటి లేదని అన్నారు.ప్రజలను మోసం చేసింది కాకుండా చివరికి దేవుళ్లు కూడా ఒట్టిన మోసం చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు.ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ ఎమ్మెల్యే జైపల్లె యాదవ్,ఎమ్మెల్సీ నవీన్ కుమార్ రెడ్డి,ఫుడ్ కార్పొరేషన్ చైర్మన్ గోలి శ్రీనివాస్ రెడ్డి,లంబాడి హక్కుల పోరాట సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షులు రాంపాల్ నాయక్,జడ్పీటీసీలు ఉప్పల వెంకటేశ్,అమరాధవత్తా నాయక్,విజితా రెడ్డి, మాజీ ఎంపీసీలు,మాజీ సర్పంచి,మాజీ ఎంపీసీలు,ప్రజా ప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

దొడ్డి కొమరయ్య పోరాట స్ఫూర్తి మనందరికీ ఆదర్శం.....

అదనపు కలెక్టర్ డి.వేణు



వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించి, దొడ్డి కొమరయ్య సాయుధ పోరాటంలో నెలారాని తొలి రక్తపు చుక్క అని,నిరంతరం పాలన నుంచి స్వేచ్ఛ వాయువులు వీల్చేందుకు అత్య గౌరవ వేసేందుకు ప్రాణాలు వణంగా పెట్టిన గొప్ప యోధుడు కొమరయ్య అని , ఆయన చూపిన పోరాట స్ఫూర్తి నేటి తరానికి ఆదర్శమని తెలిపారు. మహనీయులను ఒక కులానికే, ఒక వర్గానికే పరిమితం చేయకుండా ఆయన ఆశయాలను నేటితరం ఆదర్శంగా తీసుకొని ముందుకు సాగాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఓసీ సంక్షేమ అధికారి రంగారెడ్డి, సంఘ అధ్యక్షులు మల్లేశం, జిల్లా అధికారులు, కలెక్టరేట్ సిబ్బంది, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మహిళా పోలీసులకు శక్తి యాప్ గురించి

వివరిస్తున్న ప్రకారం ఎస్సీ ఏ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్



నేటి శుభోదయ (పివీ బ్యూరో చంద్ర) (కనిగిరి /పామారు): కనిగిరి నియోజకవర్గం పామారు పట్టణంలోని సర్కిల్ కార్యాలయం, పోలీస్ స్టేషన్ ను ప్రకాశం జిల్లా ఎస్సీ ఏ ఆర్ దామోదర్ ఐపీఎస్ సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రజలకు వేసవి దాహార్ని తీర్చేందుకు స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్ ఆవరణలో స్థానిక పోలీసులు ఏర్పాటుచేసిన చలివేంద్రాన్ని ఆయన ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమానికి హాజరైన సచివాలయ మహిళా పోలీసులకు శక్తి యాప్ గురించి ఆయన అవగాహన కల్పించారు. శక్తి యాపట్ల మహిళలకు విస్తృతంగా ప్రచారం చేయాలని వారికి సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు పట్టణ ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు

ముందస్తు అరెస్టులతో ఉద్యమాన్ని ఆపలేరు



వెల్లండ్(నేటి శుభోదయ)ప్రజాపాలనలో ముందస్తు అరెస్టులు దేశానికి సంకేతమని అఖిల భారతీయ విద్యార్థి పరిషత్ ఏపీసీటీ కల్యుక్తర్ నగర కార్యదర్శి అక్కి వంశీ గౌడ్ అన్నారు. ఈ సందర్భంగా వారుమాట్లాడుతూ హైదరాబాద్ సెంట్రల్ యూనివర్సిటీ హెచ్.సి.యం భూములను వారుహోదేందుకు పోరాడుతున్న విద్యార్థులను వెల్లండ్ పోలీస్ లు ముందస్తుగా అరెస్టు చేయడం దేశానికి సంకేతమని వారు మండిపడ్డారు.ఇది విద్యార్థి హక్కులపై రాజకీ విధ్వంస దుర్మనియోగం అన్నారు. క్యాంపస్లో 400 ఎకరాల భూమిని ప్రైవేటీకరించడాన్ని వ్యతిరేకిస్తూ విద్యార్థులు తాంత్రియతంగా నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ప్రజాస్వామ్యంలో ప్రశ్నించే హక్కు ప్రతి పౌరుడికి ఉంది.అధికారబలంతో,ఆక్రమ ఆరెస్టులతో, ప్రకృతిని నాశనం చేయాలని చూస్తే ఊరుకునే పరిస్థితిలేదన్నారు.

విద్యార్థులపై దమనకాండ ఆపాలి

హెచ్.సి.యం భూములను కాపాడాలి

విద్యార్థుల గొంతును నొక్కాలని చూస్తే,తెలంగాణలో ఆత్మగౌరవ ఉధృమం మరింత మిన్నంటుతుందని వారు అన్నారు.రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విద్యార్థి యువత ఏకపై ప్రభుత్వంపై ప్రతిఘటన తప్పదని వారు ప్రభుత్వాన్ని హెచ్చరించారు.ఏపీసీటీ నాయకుల అరెస్టు అనంతరం వెల్లండ్ పోలీస్ స్టేషన్ కి తరలివచ్చడం జరిగిందన్నారు.



ఈ లక్షణాలు షుగర్?

వ్యాధికి సంకేతాలు కావొచ్చు... జాగ్రత్త!

మారిన జీవన శైలితో చాలా మందిలో మధుమేహం సమస్య మొదట్లో దీనిని గుర్తించలేక తీవ్ర అనారోగ్యాల బారినపడుతున్న ప్రజలు కొన్ని లక్షణాలను గుర్తించి జాగ్రత్త పడాలని సూచిస్తున్న నిపుణులు

మారిన ఆహార అలవాట్లు, సరిగా నిద్ర లేకపోవడం, శరీరానికి వ్యాయామం లేకపోవడంతో చాలా మంది షుగర్ (మధుమేహం) బారిన పడుతున్నారు. ఇది సైలెంట్ కిల్లర్. పైకి కనబడకుండానే శరీరాన్ని గుల్ల చేసే మహమ్మారి. మధుమేహం ఉన్నవారికి తరచూ మూత్రం రావడం, ఎప్పుడూ దాహంగా అనిపిస్తుండటం వంటి కొన్ని లక్షణాలు ఉంటాయన్న విషయం చాలా మందికి తెలుసు. కానీ మధుమేహానికి మరికొన్ని లక్షణాలు కూడా ఉంటాయని... వాటిని గమనిస్తే, ముందే జాగ్రత్త పడవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

చర్మంలో మార్పులు

మధుమేహం బారినపడిన వారి చర్మంలో మార్పులు వస్తాయి. చర్మంపై నల్లటి ప్లాక్ లు ఏర్పడతాయి. ముఖ్యంగా చర్మం ముడత పడే భాగాలైన మెడ మెనుక, బాహుమూలాలు, జననేంద్రియాల వంటి చోట చర్మం నల్లగా, మందంగా, గరుకుగా మారుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. తరచూ ఇన్ఫెక్షన్లు సోకుతుండటం రక్తంలో అధికంగా చక్కెర స్థాయిలు ఉంటే... శరీరంలో రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పనితీరు దెబ్బతింటుందనే నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనితో మధుమేహం బారినపడినవారు తరచూ ఇన్ఫెక్షన్లకు లోనవుతుంటారు. ముఖ్యంగా మూత్రాశయ ఇన్ఫెక్షన్లు, స్కిన్ ఇన్ఫెక్షన్లు వంటివి తరచూ వస్తుంటాయి. జలుబు కూడా తరచుగా వస్తుందని వివరిస్తున్నారు. ఈ లక్షణాలు తరచూ కనిపిస్తుంటే... వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

చిగుళ్ల



నుంచి రక్తం కారడం...

దంతాలు, చిగుళ్ల మధ్య నందు పెరగడం, చిగుళ్ల నుంచి తరచూ రక్తం కారడం, నోటి దుర్వాసన వంటివి 'పెరియోడాంటిటిస్' అనే వ్యాధి లక్షణాలు. మధుమేహం ఉన్నవారిలో ఈ సమస్య వచ్చే అవకాశం ఎక్కువని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాంటి వారు వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం మంచిదని సూచిస్తున్నారు.

కంటి చూపులో

మార్పులు...

రక్తంలో షుగర్ స్థాయిలు తరచూ హెచ్చుతగ్గులకు గురవుతుండటం వల్ల కంటి చూపులో మార్పులు వస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దృశ్యం మసకగా కనిపించడం, సరిగా పోకోని చేయలేకపోవడం వంటివి అకస్మాత్తుగా మొదలవుతాయని సూచిస్తున్నారు. ఇలాంటిప్పుడు నిర్లక్ష్యంగా ఉంటే కంటి చూపు దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంటుందని... తగిన పరీక్షలు చేయించుకుని, మందులు వాడాలని న్నపుణులు చెప్పారు.

వినకీడిలో మార్పులు...

మధుమేహం, అధిక రక్తపోటు కారణంగా చెవి అంతర్భాగంలోని సూక్ష్మ రక్తనాళాలు దెబ్బతింటాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనివల్ల ఉన్నట్టుండి వినకీడికి సంబంధించిన మార్పులు తలెత్తుతాయని వివరిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా కొన్ని రకాల ధ్వనిలు సరిగా వినపడవని చెబుతున్నారు. మధుమేహానికి సంబంధించిన ఇతర లక్షణాలు కూడా ఉంటే...

మందు జాగ్రత్తగా పరీక్షలు చేయించుకోవాలని సూచిస్తున్నారు.

మానసిక స్థితిలో మార్పులు...

మధుమేహం కేవలం శారీరకంగానే కాదు మానసికంగా కూడా సమస్యలను తెచ్చివేస్తుంది ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. రక్తంలో షుగర్ స్థాయిలు తరచూ మారిపోతుండటం వల్ల... ఉన్నట్టుండి మూడ్ మారిపోతుండటం (మూడ్ స్వింగ్), చిరాకు, కోపం, దేనిపైనా సరిగా దృష్టిపెట్టలేకపోవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయని వివరిస్తున్నారు.

తరచూ తిమ్మిర్లు రావడం...

చూడటానికి చిన్న సమస్యే అయినా తరచూ కాళ్ళు, చేతుల్లో తిమ్మిర్లు రావడం, సూదులతో గుచ్చుతున్నట్టుగా ఇబ్బంది అనిపించడం కూడా మధుమేహం లక్షణాలేనని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

ఈ విషయం మాత్రం మరచొద్దు

పైన చెప్పినవన్నీ మధుమేహం లక్షణాలే అయినా... మరికొన్ని ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు, వ్యాధుల కారణంగా కూడా తలెత్తే అవకాశం ఉంటుందని నిపుణులు స్పష్టం చేస్తున్నారు. అందువల్ల ఈ లక్షణాలు కనిపించగానే మధుమేహం అని అందోళన చెందాల్సిన అవసరం లేదని సూచిస్తున్నారు. అలాగని ఈ లక్షణాలను నిర్లక్ష్యం చేయవద్దని, వైద్య పరీక్షలు చేయించుకుని సమస్యను గుర్తించాలని, మందులు వాడాలని న్నపుణులు చెప్పారు.

రోజుకు అరగంట వ్యాయామంతో జ్ఞాపకశక్తి మెరుగు:

తాజా అధ్యయనంలో వెల్లడి

లండన్ యూనివర్సిటీ కాలేజీ శాస్త్రవేత్తల తాజా అధ్యయనం

50 నుంచి 83 ఏళ్ల వయసున్న 76 మందిపై అధ్యయనం

రోజుకు అరగంట వ్యాయామం, ఆరు గంటల నిద్ర తర్వాత జ్ఞాపకశక్తి మెరుగైనట్టు గుర్తింపు

ది ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్

బిహేవియరల్ న్యూట్రీషన్ అండ్

ఫిజికల్ యాక్టివిటీలో

అధ్యయన వివరాలు



క్రమం తప్పకుండా చేసే వ్యాయామంతో ఒసగురో ప్రయోజనాల గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. ప్రతి రోజు చేసే వ్యాయామం గురించి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంతోపాటు టైప్ 2 డయాబెటీస్ వంటివాటిని దూరంగా ఉంచుతుంది. శరీర బరువును కూడా అదుపులో పెట్టుకోవచ్చు. అయితే, కేవలం అరగంటపాటు వ్యాయామం... బ్రిస్న్, పాకింగ్, సైక్లింగ్, డ్యాన్సింగ్ వంటివి చేయడం ద్వారా మధ్యవయసు వారు తమ మానసిక ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవచ్చు. గంటల తరబడి వ్యాయామం తర్వాత వారి జ్ఞాపకశక్తి మెరుగువుతుందని గత అధ్యయనాలు చెప్పినప్పటికీ అది ఎంతకాలం అన్న విషయంలో స్పష్టత లేదు. తాజాగా 'ది ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్ బిహేవియరల్ న్యూట్రీషన్ అండ్ ఫిజికల్ యాక్టివిటీ'లో ప్రచురితమైన అధ్యయనం ప్రకారం... నగటున 50 నుంచి 83 ఏళ్ల మధ్య వయసున్న వారు మధ్యస్థం నుంచి కఠినమైన వ్యాయామం తర్వాత వారి మెదడు చురుకదానాన్ని పొంది, జ్ఞాపకశక్తిలో గణనీయమైన మార్పును శాస్త్రవేత్తలు గుర్తించారు. తక్కువ సేపు కూర్చోవడం, ఆరుగంటలు, అంతకుమించి హాయిగా నిద్రపోవడం ద్వారా ఒక రోజులా వారి జ్ఞాపకశక్తి మెరుగైనట్టు లండన్ యూనివర్సిటీ కాలేజీ శాస్త్రవేత్తలు తెలిపారు. మొత్తం 76 మందిపై 8 రోజులపాటు నిర్వహించిన అధ్యయనంలో ఈ విషయాన్ని వారు గుర్తించారు. రోజుకు అరగంటపాటు వ్యాయామం, కంటి నిండా నిద్ర తర్వాత వారి జ్ఞాపకశక్తిని పరీక్షించేందుకు ఆన్లైన్ టెస్ట్ నిర్వహించగా మంచి స్కోరు సాధించినట్టు అధ్యయనకారులు తెలిపారు.



సరైన పోషకాహారం లేక రక్తహీనతతో బాధపడుతున్నవారు ఎందరో... ముఖ్యంగా స్త్రీలలో రక్త హీనత సమస్య మరింత ఎక్కువ కొన్ని రకాల పళ్లెను తరచూ తీసుకుంటే ప్రయోజనం ఉంటుందంటున్న నిపుణులు

మన ఆహార అలవాట్లలో చాలా మార్పులు వచ్చాయి. జంక్ ఫుడ్, ప్రొసెస్డ్ ఫుడ్ తినడం ఎక్కువైంది. పైగా ఆల్కహాల్ వంటి అలవాట్లతో మనం తినే ఆహారం నుంచి పోషకాలు శరీరానికి అందకుండా పోతున్నాయి. దానితో చాలా మందిలో బరన్ లోపం ఉంటోంది. ఇది రక్త హీనత సమస్యకు దారి తీస్తోంది. ముఖ్యంగా మహిళల్లో ఈ సమస్య అధికం. రక్త హీనత కారణంగా శరీరంలో నిస్సత్తువ అవహిస్తుంది. రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గిపోతుంది. అందువల్ల మనం తీసుకునే ఆహారంలో భాగంగా కొన్ని రకాల పళ్లెను చేర్చుకుంటే... బరన్ లోపం నుంచి బయటపడొచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆ వివరాలివిగో...

మల్బరీ పళ్లెలో బరన్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ముఖ్యంగా మాంసాహారం తీసుకోనివారికి ఇవి ఎక్కువ ప్రయోజనకరం. ప్రతి 100 గ్రాముల మల్బరీ పళ్లెలో 2.6 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. రైజిన్స్ (ఎందు గ్రాక్షులలో ప్రతి వంద గ్రాములకు 1.9 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. దీనిలోనూ చక్కెరలు ఎక్కువ. అయితే వీటి విషయంలో మధుమేహం వంటివి ఉన్నవారు జాగ్రత్తగా ఉండాలి. ప్రతి వంద గ్రాముల ఖర్జూరాలలో 0.9 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. దీనిలో సహజ చక్కెరలు ఎక్కువ. ఉదయం పూట స్నాక్స్ గా తీసుకుంటే బాగుంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. యాపిల్స్ తోనూ బరన్ బాగానే అందుతుంది. ప్రతి వంద గ్రాములకు 0.5 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. పుచ్చకాయ (వాలర్ మెలన్)లో బరన్ ఎక్కువే. ప్రతి 100 గ్రాముల వాలర్ మెలన్ లో 0.4 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. పైగా శరీరానికి అదనపు పోషకాలు కూడా అందుతాయి. ప్రతి వంద గ్రాముల దానిమ్మ గింజల్లో 0.3 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. అంతేకాదు విటమిన్ సీ, యాంట్ ఆక్సిడెంట్లు కూడా ఎక్కువ. ఇవి శరీరం బరన్ ను బాగా సంగ్రహించేందుకు తోడ్పడుతాయి. కివీ పళ్లెలోనూ ప్రతి వంద గ్రాములకు 0.3 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. దీనిలో విటమిన్ సీ చాలా ఎక్కువ. అంజీర్ (ఫిగ్)లో ప్రతి వంద గ్రాములకు 0.2 మిల్లీగ్రాముల బరన్ ఉంటుంది. దీనిలోని ఫైబర్, ఇతర పోషకాలు శరీరానికి మేలు చేస్తాయి. ఇదే ఎండబెట్టిన అంజీర్ లో బరన్ మరింత ఎక్కువగా లభిస్తుంది. ఎండబెట్టిన (డ్రై) అప్రికాన్స్ లో ప్రతి వంద గ్రాములకు 2.7 గ్రాముల బరన్ లభిస్తుంది. దీనిలోని యాంట్ ఆక్సిడెంట్లు బరన్ శరీరానికి బాగా అందేలా తోడ్పడతాయి.

మాలిన జీవన శైలితో చాలా మందిలో ఊబకాయం సమస్య

ముఖ్యంగా పొట్ట, నడుము చుట్టూ పేరుకుపోతున్న కొవ్వుతో ఇబ్బందులు

కొన్ని రకాల పళ్లెలోని పోషకాలు, రసాయన సమ్మేళనాలతో ఆ కొవ్వు కరుగుతుందంటున్న ఆరోగ్య నిపుణులు

డైటింగ్, వ్యాయామంతోపాటు బీటిస్ అదనంగా చేర్చుకుంటేనే ప్రయోజనమని స్పష్టికరణ

మారిన జీవన శైలితో చాలా మంది బరువు పెరిగిపోతున్నారు.



పొట్టలోని కొవ్వును తగ్గించగల పళ్లె ఇవే!

ముఖ్యంగా పొట్టచుట్టూ, నడుము వద్ద కొవ్వు పేరుకుపోతోంది. ఊబకాయం ముసురుకుంటోంది. అలాంటివారు బరువు తగ్గేందుకు ఎన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తుంటారు. మొత్తంగా బరువు తగ్గినా... పొట్ట చుట్టూ ఉన్న కొవ్వు (బెల్టి ఫ్యాట్) తగ్గడం మాత్రం కష్టమే. అయితే కొన్ని రకాల పళ్లెను రోజూ మన ఆహారంలో చేర్చుకుంటే... బెల్టి ఫ్యాట్ ను కరిగించడానికి తోడ్పడుతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. మొత్తంగా బరువు తగ్గడానికి కూడా వీలవుతుందని సూచిస్తున్నారు. అయితే డైటింగ్, వ్యాయామంతోపాటు అదనంగా ఈ పళ్లెను తీసుకుంటేనే ప్రయోజనమని... వాటిని మానేస్తే లాభం ఉండదని స్పష్టం చేస్తున్నారు.

బెల్టి జాకి చెందిన పళ్లె... దానిమ్మ (ప్రాబెరీలు, బ్లూబెరీలు, రాస్ బెరీలు వంటి బెల్టి జాకి

చెందిన పళ్లె... దానిమ్మ పళ్లెలో యాంట్ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ ఎక్కువ. ఇవి జీర్ణవ్యవస్థను సరిదిద్దుతాయి. కొవ్వు తగ్గే ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అంతేకాదు వాటి గైసిమిక్ ఇండెక్స్ కూడా తక్కువని వివరిస్తున్నారు. ఇక దానిమ్మలోని పాలిఫెనాల్స్ శరీరంలో కొలిస్టెరాల్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తాయని చెబుతున్నారు.

యాపిల్స్...

యాపిల్స్ లో ఫైబర్ ఎక్కువగా, కేలరీలు తక్కువగా ఉంటాయని... దీనితో కడుపు నిండుగా ఉన్నట్టు అనిపిస్తుందని, శరీరానికి శక్తి తక్కువగా అందుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. యాపిల్స్ లో ఉండే పెక్టిన్ అనే ప్రత్యేకమైన ఫైబర్ ఆహారం జీర్ణవ్యవస్థ వేగాన్ని తగ్గించి, ఆకలిని నివారించేందుకు వివరిస్తున్నారు.

లవకాడోలు...

వీటిలోని ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, ఫైబర్, ఇతర రసాయన సమ్మేళనాలు శరీరంలో ఇన్ ఫ్లమేషన్ ను తగ్గించి, కొవ్వులను కరిగించే హార్వోష్ ఉత్పత్తిని పెంచుతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

నారింజ పళ్లె...

వీటిలో కేలరీలు తక్కువ, విటమిన్ సీ చాలా ఎక్కువ... శరీరంలో జీవక్రియలను వేగవంతం చేసే కొవ్వు తగ్గేందుకు తోడ్పడుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నారింజ పళ్లెలో అధికంగా ఉండే ఫైబర్... కడుపు నిండుగా ఉన్న భావం కలిగించి, ఆకలిని తగ్గిస్తుందని వివరిస్తున్నారు. బొప్పాయిలోని పాపైన్ అనే ఎంజైమ్ మన జీర్ణ వ్యవస్థను సరిదిద్ది, పొట్టచుట్టూ ఉన్న కొవ్వును తగ్గించేందుకు రోహదపడుతుందని వివరిస్తున్నారు.

దబ్బుపండు (గ్రీమ్ ఫ్రూట్)లో ఉండే ఎంజైమ్ లు శరీరంలో షుగర్ స్థాయిలు, ఇన్సులిన్ విడుదలను నియంత్రిస్తాయని... కొవ్వు కరిగేందుకు తోడ్పడుతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. పుచ్చకాయ (వాలర్ మెలన్)లో ఉండే అల్టిసైన్ అనే అమైనో యాసిడ్ శరీరంలో కొవ్వును కరిగించే ప్రక్రియను వేగవంతం చేస్తుందని వివరిస్తున్నారు. పైనాపిల్ లో ఉండే బ్రమెటీన్ ఎంజైమ్ మన జీర్ణ వ్యవస్థ పనితీరును మెరుగుపర్చి, కడుపు ఉబ్బరాన్ని తగ్గిస్తుందని... కొవ్వు తగ్గేందుకు తోడ్పడుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

