



జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక
POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా



సామాన్యుడి ఆయుధంగా

Jai Bheem TV GROUP OF ORGANISATIONS

01. Jai Bheem Telugu Daily News paper
02. Jai Bheem Enterprises
03. Jai Bheem Outsourcing Agency
04. Jai Bheem Payback to Society
05. Jai Bheem Welfare Society
06. Jai Bheem Marriage Bureau
07. Jai Bheem Business Development
08. Jai Bheem TV Paraskar Award
09. Jai Bheem Chitram
10. Jai Bheem Dhalam Sena
11. South India Journalist Union

సంపుటి - 07 | సంచిక 20 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | ఆదివారం 21, డిసెంబర్ 2025 | పేజీలు 8 | వెల రూ. 5

పబ్లిషర్స్ తెలంగాణ : హైదరాబాద్, ఆంధ్రప్రదేశ్ : విజయవాడ, ఢిల్లీ, కర్ణాటక, బెంగళూరు, తమిళనాడు, చెన్నై, మహారాష్ట్ర, ముంబై, గోవా, కేరళ, ఉత్తరప్రదేశ్, పంజాబ్, పశ్చిమబెంగాల్, అమెరికా, లండన్, ఆస్ట్రేలియా, దుబాయ్, మస్కోట్

ఇతర మతాలను కించపరిస్తే కఠిన చర్యలు!

ఇతర మతాలను కించపరిస్తే కఠిన చర్యలు
ఆ చట్టం తీసుకువస్తాం సీఎం రేవంత్ రెడ్డి
ఎల్లీ స్టేడియంలో నిర్వహించిన క్రిస్మస్ వేడుకల్లో పాల్గొన్న రేవంత్ రెడ్డి డిసెంబర్ నెల కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఎంతో కీలకమన్న ముఖ్యమంత్రి వచ్చే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో హేట్ రేట్ చట్టం తీసుకువస్తామని వెల్లడి

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

ఇతర మతాలను ఎవరైనా కించపరిస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి హెచ్చరించారు. వచ్చే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో హేట్ రేట్ చట్టం ప్రవేశపెడతామని వెల్లడించారు. ఎవరైతే వారు ఆచరించే స్వేచ్ఛను తెలంగాణ ప్రభుత్వం కల్పిస్తుందని అన్నారు. ఇటీవల కర్ణాటక ప్రభుత్వం ఇతర మతాలను కించపరచకుండా చట్టాన్ని సవరించిందని గుర్తు చేశారు. క్రిస్మస్ వేడుకలను పురస్కరించుకుని హైదరాబాద్లోని ఎల్లీ స్టేడియంలో నిర్వహించిన కార్యక్రమానికి ముఖ్యమంత్రి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, తెలంగాణ రాష్ట్రంలో క్రిస్మస్ వేడుకలు జరుపుకుంటున్నామంటే సోనియా గాంధీ పాత్ర, త్యాగం ఉందని అన్నారు. డిసెంబర్ నెల కాంగ్రెస్ పార్టీకి చాలా కీలకమైనదని ఆయన అన్నారు. డిసెంబరు నెలలో ప్రజాప్రభుత్వం ఏర్పడిందని, సోనియా గాంధీ ఇదే నెలలో జన్మించారని ఆయన వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా ముఖ్యమంత్రి మాట్లాడుతూ, ఏను ప్రభువు బోధన స్ఫూర్తితోనే తమ ప్రభుత్వం పనిచేస్తోందని అన్నారు. శాంతిని కాపాడుతూనే సంక్షేమ పథకాలను అమలు చేస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. పేదవాడి ఆకలి తీర్చాలనే ఉద్దేశంతో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆహార భద్రత చట్టాన్ని తీసుకువచ్చిందని గుర్తు చేశారు. ప్రతి పేదవాడికి నెలకు 6 కిలోల సన్నబియ్యం అందిస్తున్నామని, ఉచిత విద్యుత్తు ఇస్తున్నామని తెలిపారు. అధికారంలోకి వచ్చిన ఈ రెండేళ్లలో వ్యవసాయంపై రూ. 1.04 లక్షల కోట్లు ఖర్చు పెట్టామని అన్నారు. ద్వేషించే వారిని కూడా ప్రేమించేలా జీసస్ చేశారని, ప్రపంచానికి ఆయన శాంతి సందేశం అందించారని తెలిపారు. దేశానికి స్వాతంత్ర్యం వచ్చినప్పుడు మనిషి సగటు జీవన ప్రమాణం 32 ఏళ్లు అయితే ప్రస్తుతం 72గా ఉందని, ఇందుకు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు ఎంత చేశాయో క్రైస్తవ మిషనరీలు కూడా అంతేచేశాయని ప్రశంసించారు.

డాక్టర్ బరిగెల శివ
జై భీమ్ సంస్థల ఫౌండర్, చైర్మన్



బ్రహ్మచారిత్వం వాల్చు బ్రహ్మాండంగా నిర్వహిస్తాం

ప్రభుత్వ ప్రతిష్ఠను పెంపొందించడమే ముందున్న లక్ష్యం

జాతర ప్రాంత ప్రదేశమంతా స్టాస్టిక్ నిబ్బేధితంగా కంకణ బద్ధులై మెలగాలి సీసీ కెమెరాల నిఘా నీడలో భక్తులకు భద్రత కల్పించాలి ప్రాముఖ్య అతి ప్రాముఖ్యత దాతలకు ప్రత్యేక సందర్శనార్థం ఏర్పాటు చేయాలి

సమిష్టి కృషితో బ్రహ్మచారిత్వం దిగ్విజయంగా నిర్వహించాలి సమీక్ష సమావేశంలో దేవదాయ శాఖ మంత్రి కొండ సురేఖ, ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు

జగన్ బర్తదే ఫ్లెక్సీలో కేసీఆర్, కేటీఆర్..

తాడేపల్లిలో వైసీపీ అవుతున్న కటాట్! నేడు వైసీపీ అధినేత జగన్ పుట్టినరోజు సమరశంఖం పూరిస్తున్న జగన్ తో పాటు కేసీఆర్, కేటీఆర్ చిత్రాలు అధికారం పోయినప్పటికీ చెక్కుచెదరని స్వీహం

నాంపల్లిలో కోర్టుకు హాజరైన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

గతంలో ఓయూ, తిరుమలగిరి, మరంపల్లి పీఎస్ లలో నమోదైన కేసులు విచారణలో భాగంగా వ్యక్తిగతంగా కోర్టుకు హాజరైన ముఖ్యమంత్రి ఎన్నికల కోర్ట్ ఉల్లంఘన, పోలీసులపై అనుచిత వ్యాఖ్యల నేపథ్యంలో కేసులు

సజ్జనార్ సంచలన నిరయం

ట్రాన్స్ఫోర్మ్ పోలీసులకు షాకిచ్చిన సీపీ ఒకేసారి 80 మంది సిబ్బందిని బదిలీ చేసిన హైదరాబాద్ సీపీ కానిస్టేబుల్ నుంచి ఎస్సై పరకు ర్యాంకు అధికారుల అటాచ్

పద్దెనిమిదేళ్లుగా అక్కడే తిప్ప...?

మల్లన్న ఆలయం నుంచి కదలకుంట్లు జూనియర్ అసిస్టెంట్ మల్లన్న ఆలయంలో మాయదారి లెక్కలు మాయమవుతున్న పైనలు పెన్సిల్లో రాసుట్టి గొప్పాడు ఆగంచేసుట్టి అగ్రికేరణడు కోట్లదాండాకెగిడి మల్లన్న కొంపముంచుతున్నాడు. రాజకీయ నాయకులతో లింకులు ప్రశ్నిస్తాడు అధికారి ముసుగులో కాంట్రాక్టర్ అవతారం డిసీఆర్ లికార్డులెలా మారుతున్నాయి పైనలు ఆగమవుతున్నాయి. ఆలయంలో మాయ చేస్తున్న చెక్కుచెదరని జూనియర్ అసిస్టెంట్ కుర్చీ



బ్రహ్మోత్సవాలు బ్రహ్మాండంగా నిర్వహిస్తాం

ప్రభుత్వ ప్రతిష్ఠను పెంపొందించడమే ముందున్న లక్ష్యం. జాతర ప్రాంత ప్రదేశమంతా ప్యాస్టిక్ నిషేధితంగా కంకణ బద్ధులై మెలగాలి సీసీ కెమెరాల నిఘా సీడలో భక్తులకు భద్రత కల్పించాలి ప్రాముఖ్య అతి ప్రాముఖ్యత దాతలకు ప్రత్యేక సందర్భనార్థం ఏర్పాటు చేయాలి సమిష్టి కృషితో బ్రహ్మోత్సవాలను దిగ్విజయంగా నిర్వహించాలి సమీక్ష సమావేశంలో దేవదారు శాఖ మంత్రి కొండ సురేఖ, ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు

జనవోలు: (జై భీమ్ న్యూస్)
శ్రీ మల్లికార్జున స్వామి బ్రహ్మోత్సవాలను ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్వహించి తీరుతామని దేవదారు శాఖ మంత్రి కొండ సురేఖ వర్ధన్మపేట ఎమ్మెల్యే కే.ఆర్ నాగరాజు హామీ ఇచ్చారు. శనివారం 2026 సంవత్సరం జాతర సమీక్ష సమావేశానికి హస్తాంతు జిల్లా కలెక్టర్ కార్యాలయంలో జిల్లా కలెక్టర్ స్నేహ శభరీష్ అధ్యక్షతన నిర్వహించబడిన సమీక్ష సమావేశంలో బ్రహ్మోత్సవాల గోడపత్రికను అవిష్కరించి సమీక్ష సమావేశంలో పాల్గొని సంబంధిత శాఖలు పోలీస్, ప్రజారోగ్య, ఆర్డీసీ, ఆర్బి, విద్యుత్, పంచాయతీ, ఎంపిడీవో, జిల్లాపాలిటెక్నిక్, ఆర్అండ్ బి, కూడా, ప్రోహిబిషన్ ఎక్సైజ్, అగ్నిమాపక, పర్యాటక అన్ని రకాల శాఖల అధికారులతో జాతర ఏర్పాట్ల గురించి అడిగి తెలుసుకుని వారికి సూచనలు సలహాలు ఇచ్చారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ భక్తుల శాంతి భద్రతల అభ్యుత్థానం అవసరమైతే సమీక్ష సమావేశంలో గత ప్రభుత్వ పాలకులు నిర్వహించిన బ్రహ్మోత్సవాలను ధీటుగా నేడు జరపబోయే బ్రహ్మోత్సవాల నిర్వహించి తీరుతామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు అందువల్ల జాతరలో పాల్గొనే భక్తులకు సకల సౌకర్యాలు ఏర్పాటు చేయడం గర్వంగా భావించినట్లు తెలుపుతూ ప్రజలకు విశ్వాసం పెరగడంతో పాటు ప్రభుత్వానికి ఘనకీర్తి చేకూర్చిన వాళ్ళను ప్రశంసించారు. నిధుల సమీకరణంలో ప్రభుత్వం మంజూరు చేసే నిధులతో పాటు దాతల తోడ్పాటు అవసరమని పేర్కొన్నారు కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడి రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న తొలి జాతర అవుతున్నందున క్రమశిక్షణతో పనులను సక్రమంగా నిర్వహించి భక్తుల అతివిశ్వాసం తలెత్తకునే విధంగా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకోవాలని అవసరమైతే పాటు పేర్కొన్నారు. ఈ సమీక్ష సమావేశంలో మున్సిపల్ కమిషనర్ చాపాల్ వాజ్మయి, డీసీసీ అంకిత్ కుమార్, అదనపు కలెక్టర్ వై.వి గణేష్, ఆర్డీవో రమేష్, రాజ్ కే.కూడా పీవో అజిత్ రెడ్డి, ఐనవోలు ఆలయ చైర్మన్ కమ్మగోని ప్రభాకర్ గౌడ్, కమిటీ సభ్యులు ఆలయ ఈవో సుధాకర్, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరంగల్ జిల్లా సర్పంచ్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ హవా

పూర్తి నివేదికను పబ్లిష్ ఇంచార్జ్ మీనాక్షి నటరాజ్ అందచేసిన వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు అయ్యావే



వరంగల్: (జై భీమ్ న్యూస్)
ఇటీవల జరిగిన గ్రామపంచాయతీ ఎన్నికల్లో వరంగల్ జిల్లాలో ఉండబడిన 317 గ్రామపంచాయతీలకు 212 గ్రామపంచాయతీలు కాంగ్రెస్ పార్టీ బలపరిచిన అధ్యక్షులు గెలుచుకోవడం జరిగినది ఈ విషయంపై పూర్తిస్థాయి రిపోర్టును వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు అయ్యావే శనివారం హైదరాబాద్ లో ఏఐసీసీ ఇంచార్జ్ మీనాక్షి నటరాజ్ విశ్లేషణ చేసి సావంత్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ లకు నివేదికను అందించారు. అదేవిధంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ పిలుపునిచ్చిన బిజెపి అభ్యేనుల ముందు చేపట్టిన ధర్మ యొక్క పూర్తి వివరాలను ధర్మ యొక్క పరిస్థితిని ఇన్చార్జ్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ లకు వివరించారు. అదేవిధంగా రేపు అన్ని మండలాలలో జరగనున్న పనికి ఆహార పథకం లోని మహాత్మా గాంధీ పేరును తొలగించడం పై నిరసిహ్నా చేపట్టడం కార్యక్రమాలను కూడా వివరించడం జరిగినది రానున్న రోజుల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆదేశం మేరకు ప్రతి కార్యక్రమాన్ని ప్రభుత్వం యొక్క ఫలాలను కార్యక్రమాలను ప్రజల ముందు ఉంచే విధంగా పనిచేస్తామని మీనాక్షి నటరాజ్ గారికి మహేష్ కుమార్ గౌడ్ లకు కార్యదర్శులకు వివరంగా తెలుపుతూ మరి ముఖ్యంగా నా మీద నమ్మకంతో వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షుడిగా నియమించిన వీరందరికీ మరొకసారి హృదయపూర్వకంగా ధన్యవాదాలు తెలిపారు.

సజ్జనార్ సంచలన నిర్ణయం...

టాన్స్ ఫోర్స్ పోలీసులకు షాకిచ్చిన సీపీ జేసెనల 80 మంది నిర్ణయించిన బదిలీ చేసిన హైదరాబాద్ సీపీ కొన్స్టేబులు టాన్స్ ఫోర్స్ లో పాతుకుపోయిన అధికారులు
హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్
హైదరాబాద్ నగర సీపీ వీ.సీ. సజ్జనార్ టాన్స్ ఫోర్స్ పోలీసులకు షాక్ ఇచ్చారు. ఇటీవల టాన్స్ ఫోర్స్ పోలీసులపై అవినీతి ఆరోపణలు వస్తున్న నేపథ్యంలో ఆయన ఒక్కసారిగా 80 మంది నిర్ణయించిన బదిలీ చేశారు. కానీ సజ్జనార్ సుంచి ఎన్నె వరకు రాక అధికారులను అటాచ్ చేస్తూ ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. టాన్స్ ఫోర్స్ ప్రక్షాళన కోసమే ఆయన ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నారని తెలుస్తోంది. గత కొన్నేళ్లుగా టాన్స్ ఫోర్స్ లో అధికారులు బదిలీలు లేకుండా ఉన్నారు. ఇటీవలి కాలంలో టాన్స్ ఫోర్స్ అధికారులపై అవినీతి ఆరోపణలు ఎక్కువయ్యాయి. ఒక నిందితుడిని తప్పించేందుకు పెద్ద మొత్తంలో డబ్బులు తీసుకున్నారనే ఆరోపణలు కూడా వచ్చాయి. ఈ నేపథ్యంలో సీపీ సంచలన నిర్ణయం తీసుకున్నారు.

కాకతీయ యూనివర్సిటీ అంతర్ కళాశాలల అథ్లెటిక్ మీట్ ముగింపు

కేయ క్యాంపస్ : (జై భీమ్ న్యూస్)
కాకతీయ యూనివర్సిటీ అంతర్ కళాశాలల అథ్లెటిక్ మీట్ శనివారం కాకతీయ యూనివర్సిటీ మైదానంలో ఘనంగా ముగిసింది. ఈ ముగింపు కార్యక్రమంలో కాకతీయ యూనివర్సిటీ రిజిస్ట్రార్ ప్రొఫెసర్ వి. రామచంద్రం విజేత జట్లకు బహుమతులు ప్రదానం చేశారు. ఈ అథ్లెటిక్ మీట్ లో యూనివర్సిటీ పదిహేనేని మూడు జిల్లాలకు చెందిన 36 కళాశాలల నుంచి మొత్తం 210 మంది విద్యార్థులు, 250 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఈ రోజు జరిగిన పోటీలలో 5000 మీటర్స్, 400 మీటర్స్, 4x400 మీటర్స్ రిలే, 100 మీటర్స్, డిస్ క్రాస్, పోల్ వుట్, హై జంప్, డ్రైవ్ జంప్ వంటి విభాగాల్లో పోటీలు నిర్వహించబడ్డాయి. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా కాకతీయ యూనివర్సిటీ రిజిస్ట్రార్ ప్రొఫెసర్ వి. రామచంద్రం హాజరయ్యారు. గౌరవ అతిథులుగా సెక్రటరీ ప్రొఫెసర్ వై. వెంకయ్య ఫిజికల్ ఎడ్యుకేషన్ ఆఫీసీయేషన్ ప్రెసిడెంట్ డాక్టర్ సోమన్న, జనరల్ సెక్రటరీ డాక్టర్ కె. సునీల్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. అదేవిధంగా వివిధ కళాశాలకు చెందిన ఫిజికల్ డైరెక్టర్లు ఈ కార్యక్రమానికి హాజరయ్యారు. ఈ పోటీలకు అగ్రనైజింగ్ సెక్రటరీగా డాక్టర్ ఎస్. కుమారస్వామి వ్యవహరించారు. ఈ అథ్లెటిక్ మీట్ రెండు రోజులపాటు విజయవంతంగా నిర్వహించబడినది తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా రిజిస్ట్రార్ ప్రొఫెసర్ వి. రామచంద్రం మాట్లాడుతూ, మానవ జీవితంలో క్రీడలు తప్పనిసరిగా



ఉండాలని, విద్యార్థులు శారీరకంగా మరియు మానసికంగా దృఢంగా ఉండి విద్యను అభ్యసించాలని సూచించారు. "ఆరోగ్యమే మహాభాగ్యం" అనే మాటను మరోసారి గుర్తు చేస్తూ, ప్రతి ఒక్కరూ తమ రోజువారీ దినచర్యలో వ్యాయామాన్ని అలవాటు చేసుకోవాలని అన్నారు. "క్రీడల్లో గెలుపు % - % ఓటములు సహజమని, క్రీడాస్థూలతే ముందుకు సాగాలని తెలిపారు. అలాగే క్రీడల్లో పాల్గొన్న క్రీడాకారులను ప్రోత్సహిస్తూ, వారు భవిష్యత్తులో మంచి స్థానాల్లో నిలిచి జాతీయ, అంతర్జాతీయ స్థాయిలో కాకతీయ యూనివర్సిటీకి మంచి గుర్తింపు తీసుకురావాలని పిలుపునిచ్చారు. కాకతీయ యూనివర్సిటీ స్పోర్ట్స్ డిప్యూటీ

క్రీడాకారులకు అన్ని రకాల సౌకర్యాలు కల్పిస్తామని వ్యక్తం చేశారు. ఈ అథ్లెటిక్ మీట్ లో పురుషుల ఓవరాల్ చాంపియన్ షిప్ % - % కాకతీయ గవర్నమెంట్ డిగ్రీ కాలేజీ విజయం సాధించింది. మహిళల ఓవరాల్ చాంపియన్ షిప్ % - % లీడీంగ్ కాలేజీ, కొత్తగూడెం కళాశాల విజయం సాధించింది. వ్యక్తిగత చాంపియన్ షిప్ లు: మహిళల (సీనియర్ % % బిగినర్) విభాగం % - % మైలి పురుషుల విభాగం % - % వి. గౌతమ్ (శ్రీ చైతన్య డిగ్రీ కాలేజీ, ఖమ్మం) ఈ అథ్లెటిక్ మీట్ కు హాజరైన అన్ని క్రీడాకారులకు కాకతీయ యూనివర్సిటీ ద్వారా పసటి మరియు ఇతర అవసరమైన సౌకర్యాలు కల్పించబడ్డాయి.

జగన్ బర్త్ డే ప్లెక్సిలో కేసీఆర్, కేటీఆర్..

తాడేపల్లిలో వైసీపీ అభివృద్ధి కలహాట్! నేడు వైసీపీ అధినేత జగన్ పుట్టినరోజు సమరశంఖం పూరిస్తున్న జగన్ తో పాటు కేసీఆర్, కేటీఆర్ చిత్రాలు అధికారం పోయినప్పటికీ చెక్కుచెదరని స్వేచ్ఛ

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్
వైసీపీ అధినేత జగన్ నేడు పుట్టినరోజును జరుపుకోబోతున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన నివాసం ఉండే తాడేపల్లిలో పెద్ద ఎత్తున ప్లెక్సిలు ఏర్పాటు చేశారు. వాటిలో ఓ కలహాట్ ఇప్పుడు రాజకీయ పర్యాటక ఆసక్తికర చర్చకు దారితీసింది. ఈ కలహాట్ లో తెలంగాణ మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్, ఆయన తనయుడు కేటీఆర్ కనిపించడమే దీనికి కారణం. జగన్ జన్మదినం సందర్భంగా శుభాకాంక్షలు తెలుపుతూ ఈ కలహాట్ ను ఏర్పాటు చేశారు. ఇందులో జగన్ సమరశంఖం పూరిస్తుండగా, ఆయన వెనుక కేసీఆర్, కేటీఆర్ చిరునవ్వులు బిందుస్తున్నట్లుగా ఉంది. ఈ అనూహ్యమైన కాంబినేషన్ చూసిన స్థానికులు ఆశ్చర్యం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. దీనికి సంబంధించిన ఘోటోలు సోషల్ మీడియాలో వేగంగా వైరల్ అవుతున్నాయి. 2019లో జగన్ ముఖ్యమంత్రిగా బాధ్యతలు స్వీకరించినప్పటి నుంచి కేసీఆర్ తో స్నేహపూర్వక సంబంధాలు కొనసాగిస్తున్న విషయం తెలిసిందే. చంద్రబాబు వీరికి ఉమ్మడి రాజకీయ ప్రతర్ధి కావడంతో ఇరువురు నేతలు పలు సందర్భాల్లో ఒకరికొకరు సహకరించుకున్నారు. జగన్ ప్రమాణ స్వీకారానికి కేసీఆర్ హాజరుకావడం, అదేవలె కేసీఆర్ కు మినీ సర్దర్ జరిగినప్పుడు జగన్ స్వయంగా హైదరాబాద్ వెళ్లి పరామర్శించడం వారి మధ్య ఉన్న బంధాన్ని తెలియజేస్తుంది.

నాంపల్లిలో కోర్టుకు హాజరైన ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్
తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి శనివారం హైదరాబాద్ లోని నాంపల్లి ప్రజాప్రతినిధుల కోర్టుకు హాజరయ్యారు. గతంలో ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయం, తిరుమలగిరి, మరంపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ లో సమాధిని కేసుల విచారణలో భాగంగా ఆయన వ్యక్తిగతంగా కోర్టుకు హాజరయ్యారు. ఈ మూడు కేసులు ప్రధానంగా ఎన్నికల కోడ్ ఉల్లంఘనలు, పోలీసులపై అసభిత వ్యాఖ్యలు, రాజకీయ కార్యక్రమాల సందర్భంలో సమాధిని. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో రేవంత్ రెడ్డి టీపీసీసీ అధ్యక్షుడిగా ఉన్న సమయంలో ఈ కేసులు నమోదయ్యాయి. కోర్టులో న్యాయమూర్తి ఎదుట రేవంత్ రెడ్డి ఎమ్మెల్యే సత్కరించు పూర్తి చేశారు. మూడు కేసుల్లోనూ ఈ ప్రక్రియ పూర్తయింది. ముఖ్యమంత్రి హాజరు కావడంతో కోర్టు పరిసరాల్లో భారీ భద్రతా ఏర్పాట్లు చేశారు. మీడియా, సామాన్య ప్రజలను కోర్టు హాలు సమీపంలోకి అనుమతించలేదు.

హైదరాబాద్ చేరుకున్న ఉపరాష్ట్రపతి

హైదరాబాద్ : భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము, ఉపరాష్ట్రపతి సీపీ రాధాకృష్ణన్ హైదరాబాద్ లో పర్యటిస్తున్నారు. ద్రౌపది ముర్ము ఇప్పటికే నగరానికి రాగా... శనివారం సీపీ రాధాకృష్ణన్ చేరుకున్నారు. మధ్యాహ్నం సమయంలో శంషాబాద్ విమానాశ్రయానికి ఆయన చేరుకోగా... మంత్రి శ్రీధర్ బాబు, అధికారులు ఘనస్వాగతం పలికారు. నేడు జరిగే పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ ముగింపు సందర్భంలో ఉప రాష్ట్రపతి పాల్గొనున్నారు. మరోవైపు శీతాకాల విడిది కోసం వచ్చిన రాష్ట్రపతి... రామోజీ ఫిల్మ్ సిటీలో జరిగిన పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ (పిఎస్సీ) చైర్మన్ పుస్తక ప్రారంభ కార్యక్రమం ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ రోజు గచ్చిబౌలిలో బ్రహ్మ కుమారిన్ శాంతి సర్వోపన ఆమె సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా గవర్నర్ జిట్ట దేవ్ వర్మ, మంత్రి సీతమ్మ రాష్ట్రపతి ముర్ముకి ఘనస్వాగతం పలికారు. బ్రహ్మ కుమారిన్ 21వ వార్షికోత్సవం సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక కార్యక్రమంలో ఆమె మొక్కులు నాటారు. కాగా, రెండోజుల పర్యటన సందర్భంగా నేడు హైదరాబాద్ చేరుకున్న ఉపరాష్ట్రపతి... నేరుగా రామోజీ ఫిల్మ్ సిటీ వెళ్లనున్నారు. అక్కడ నిర్వహిస్తున్న జాతీయ స్థాయి పబ్లిక్ సర్వీస్ కమిషన్ చైర్మన్ పుస్తక సమావేశం ముగింపు సెషన్ లో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొనున్నారు. ఈ కార్యక్రమం అనంతరం రాజ్ భవన్ కి వెళ్లి రాత్రికి అక్కడే బస చేయనున్నారు.

బిఆర్ఎస్ తో కాంగ్రెస్ కుమ్మక్క

అందుకే అవినీతి కేసుల్లో విచారణలు పక్కనూ మండిపడ్డ కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్):
రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ లపై కేంద్ర హోం శాఖ సహాయక మంత్రి, బీజేపీ నేత బండి సంజయ్ కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ పాలన.. అవినీతి మయంగా, దరిద్రంగా ఉందని ఆయన ధ్వజమెత్తారు. తల నరికినా.. పై నా లేదని సీఎం రేవంత్ అంటున్నారని.. అందువల్లే ఇక్కడి ప్రజలు ఆంద్రప్రదేశ్ లాగే డబుల్ ఇంజిన్ సర్కారును కోరుకుంటున్నారని విమర్శించారు. ఈ సారి ఎన్నికలు ఎప్పుడొచ్చినా అధికారం తమదేనని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. 'ఈసారి ఎప్పుడు ఎన్నికలు వచ్చినా.. తెలంగాణలో సొంతంగా ప్రభుత్వాన్ని ఏర్పాటు చేస్తాం. బీఆర్ఎస్, బీజేపీ ఒక్కటేనని పదేళ్ల నుంచి అంటున్నారు. ఈ రెండు పార్టీలు ఎప్పుడూ కలిసి పోటీ చేయలేదు. కానీ, కాంగ్రెస్ పార్టీతో కలిసి బీఆర్ఎస్ బరిలో దిగింది. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడనే.. అవినీతికి పాల్పడిన కేసీఆర్ ను జైలుకు పంపాలన్న రేవంత్ రెడ్డి మాటలు ఏమెప్పుడూ నిలదీసారు. ఫోన్ బ్యాటింగ్ కేసులో కేసీఆర్ ను జైలుకు పంపా? కాకే శరణం ప్రాజెక్ట్ అవినీతిలో జైలుకు పంపా? ద్రగ్స్ కేసులో జైలుకు పంపా? ఫాం హోస్ కేసులో జైలుకు పంపా? కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ దోస్తలు కాబట్టే కేసీఆర్ ఫ్యామిలీలో ఎవరినీ జైలుకు పంపలేదని ఇరు పార్టీలపై బండి సంజయ్ ధ్వజమెత్తారు. కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీల మధ్య లోపాయికారీ ఒప్పందం ఉందని బండి సంజయ్ వ్యాఖ్యానించారు. ఎన్నికలలో ఓడిన తర్వాత కేసీఆర్ ఎక్కడా కనబడలేదని.. అయితే ఫామ్ హౌజ్ లేదా యశోదా ఆసుపత్రిలో మాత్రమే కనిపిస్తున్నారని చెప్పాకొచ్చారు. ఫామ్ హౌజ్ పాలన తెలంగాణ ప్రజలు కోరుకోవడం లేదన్న ఆయన.. పంచాయతీ ఎన్నికల్లో తమ పార్టీకి గతంలో 100 నీట్లు వస్తే.. ఇప్పుడు 600 కు పైగా స్థానాలొచ్చాయిన్నారు. లీకు వీరులు అన్ని పార్టీలోనూ ఉన్నారని ఈ సందర్భంగా కొంటర్ వేశారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ (నిలదీసిన జే ఖనజీలు బర)లో కూటమి పాలన అద్భుతంగా సాగుతోందని బండి సంజయ్ కొనియాడారు. 'ఏపీలో కూటమి పాలనకు వందకు వంద మార్లు వదతాయి. ఈ విషయంలో అనుమానాలున్నవారు మూర్ఖులు. అలాంటివారు అనుపత్రికి వెళ్లి శ్రీట్టెంట్ తీసుకోవాలి. ఏపీలో అభివృద్ధిపై దేశవ్యాప్తంగా చర్చ జరుగుతోంది' అని కూటమి పాలనపై ప్రశంసలు కురిపించారు.

గోపాలపురంలో వైసిపికి షాక్

50 మంది మూకుమ్మడి రాజీనామా

కాకినాడ, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్):
తూర్పుగోదావరి జిల్లాలోని గోపాలపురం నియోజకవర్గంలో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి భారీ షాక్ తగిలింది. గోపాలపురం మండలానికి చెందిన సుమారు 50 మంది వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు ఒకేసారి మూకుమ్మడిగా ఆ పార్టీకి రాజీనామా చేశారు. గోపాలపురం మండలంలో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకుల మధ్య ఎప్పుటి నుంచో విభేదాలు నడుస్తున్నాయి. అయితే పార్టీ అధిష్టానం, నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ ఈ విషయాన్ని తేలిగ్గా తీసుకున్నారు. దీంతో ఆ ఇమ్మ్యూ కాస్తా చిలికిచిలికి గాలి వానగా మారింది. పార్టీ నాయకులు.. మండల స్థాయి నేతలను, గ్రామ స్థాయిలో ఉన్న నాయకులను పట్టించుకోవడంలో అలక వహించారు. ఈ క్రమంలోనే వైసీపీ నాయకులు మూకుమ్మడిగా పార్టీకి రాజీనామా చేస్తున్నట్లు ప్రకటించారు. రాజీనామా చేసిన వారిలో మాజీ శాఫ్ డైరెక్టర్ కప్పల వరలక్ష్మి, గోపాలపురం వైస్ ఎంపీపీ వెంకటేశ్వరమ్మ, ఎంపీటీసీ సభ్యులు వారా సంగీత, పంచాయతీ ఉప సర్పంచ్, గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షులు వింత అమర ప్రసాద్ రెడ్డి, గోపాలపురం గ్రామ సచివాలయ కన్వీనర్ ముద్దన మురళి, 50 మంది నాయకులు రాజీనామా చేసిన వారిలో ఉన్నారు. వీరంతా రానున్న రెండు రోజుల్లో గోపాలపురం ఎమ్మెల్యే మద్దిపాటి వెంకటరాజు సమక్షంలో తెలుగుదేశం పార్టీలో చేరనున్నట్లు తెలిసింది. ఇప్పటికే వీరంతా గోపాలపురం ఎమ్మెల్యేతో మాట్లాడి ఆయన నమకల్లో పార్టీలో చేరేందుకు ఒప్పందం చేసుకున్నట్లు తెలిసింది. కాగా పంచాయతీ ఎన్నికలు 2026 మార్చి తర్వాత జరగనున్న నేపథ్యంలో గోపాలపురం గ్రామంలో వైఎస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఇది భారీ షాక్ అని చెప్పవచ్చు.

తెలంగాణ రాష్ట్ర విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థుల సమ్మేళనం విజయవంతం చేద్దాం

తెలంగాణలోని ప్రతి విశ్వవిద్యాలయానికి 1000 కోట్లు కేటాయించాలి

మాచర్ల రాంబాబు ఎబివిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి



కేయి క్యాంపస్ : (జై భీమ్ న్యూస్)

కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో ఈ నెల 22,23వ తేదీలలో ఎబివిపి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న తెలంగాణ రాష్ట్ర విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థుల సమ్మేళనాన్ని విజయవంతం చేయాలని ఎబివిపి రాష్ట్ర కార్యదర్శి మాచర్ల రాంబాబు విద్యార్థి లోకానికి పిలుపునిచ్చారు. శనివారం మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలోని ఆడిటోరియం వద్ద ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విద్యార్థుల సమస్యలను పరిష్కరించడంలో విఫలమైందని ఆయన ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఎబివిపి ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థుల సమ్మేళనానికి రాష్ట్రంలోని అన్ని విశ్వవిద్యాలయాల నుండి దాదాపు 1000 మంది విద్యార్థులు ఈ సమ్మేళనంలో పాల్గొంటారని తెలిపారు. రెండు రోజుల పాటు జరిగే ఈ సభల్లో జాతీయ విద్యా విధానం లో పుస్తకం మార్పులపై అవగాహన పెంపొందించడం తో పాటు రాష్ట్రంలో విద్యా వ్యవస్థను నిర్వహించే విధానం, నిరుద్యోగ వ్యతిరేక విధానాలకు పాల్పడుతున్న ప్రభుత్వ దమనకాండను విద్యార్థి లోకానికి తెలియపరుస్తున్నారని అదే విధంగా దేశంలో ప్రపంచంలో నెలకొన్న అనేక సామాజిక సమస్యల పట్ల గ్రూప్ ల వారిగా విద్యార్థులతో చర్చల్లో పాల్గొని అవగాహన కల్పించి విద్యార్థి లోకాన్ని చైతన్యం చేస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా ఉన్నత విద్యా మంత్రి చైర్మన్ ప్రొఫెసర్ బాలకృష్ణ రెడ్డి, గౌరవ అతిథిగా కే.యూ వీ.సీ కర్నాటి ప్రతాప రెడ్డి, ఎబివిపి అధిపతి భారత్ సహ సభ్యుల మంత్రి బాలకృష్ణ జీ, తెలంగాణ ప్రాంత ప్రముఖ్ డాక్టర్ మాసాద్ బాబురావు, క్షేత్ర సంఘటన కార్యదర్శి చిరగ్ శివకుమార్ లు పాల్గొంటారని తెలిపారు. ప్రతి విశ్వవిద్యాలయానికి 1000కోట్లు కేటాయించాలి. తెలంగాణలో ప్రతిష్టాత్మకమైన ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ అభివృద్ధి కి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 1000 కోట్లు కేటాయించానని స్వాగతిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్ర ఉద్దేశ్యాల కీలక పాత్ర పోషించిన కాకతీయ యూనివర్సిటీ తో పాటు మిగిలిన అన్ని సంప్రదాయ యూనివర్సిటీల్లో బదుగు, బలహీన, అణగారిన విద్యార్థులే విద్యను అభ్యసిస్తున్నారని కానీ ఆ యూనివర్సిటీ లో మౌళిక వసతులు కర్రపై విద్యార్థులు అనేక ఇబ్బందులు పడుతున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. ఇప్పటికైనా ప్రభుత్వం స్పందించి ప్రతి విశ్వవిద్యాలయానికి 1000కోట్లు కేటాయించి యూనివర్సిటీలను అభివృద్ధి పరచాలని డిమాండ్ చేశారు. లేని పక్షంలో రాజోయే కాలంలో ఎబివిపి ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థి ఉద్యమాలు నిర్వహించి ప్రభుత్వానికి తగిన బుద్ధి చెబుతామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కే.యూ ఎబివిపి అధ్యక్షులు ఉద్బిటి హరికృష్ణ, కార్యదర్శి జ్ఞానేశ్వర్, పూర్వ రాష్ట్ర కార్యదర్శి అంబాల కిరణ్, పరంగల్ మహా నగర ఉపాధ్యక్షులు డాక్టర్ ఆగపాటి రాజ్ కుమార్, మహిళా విభాగం అధ్యక్షురాలు నరయ, కార్యదర్శి వీక్షిత, ధనలక్ష్మి, సాయి, అఖిల్, క్రాంతి వినయ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆర్ట్స్ కళాశాలలో మెగా వైద్య శిబిరం నిర్వహణ!



హనుమకొండ : (జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండ సుబేదారిలోని కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయం ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాలలో శనివారం చెప్ప, ముక్కు, గొంతు సంబంధిత వ్యాధుల పరిశీలనకు మెగా ఆరోగ్య శిబిరాన్ని ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగం ఆధ్వర్యంలో ఘనంగా నిర్వహించారు. డాక్టర్ తిగల ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి నేతృత్వంలోని వైద్య బృందం కళాశాల అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, బోధేతర సిబ్బందికి ఉచిత వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించి అవసరమైన సూచనలు, నలవోలు అందించారు. ఈ ఆరోగ్య శిబిరాన్ని కళాశాల వైస్ చైర్మన్ రెహమాన్ లాంఛనంగా ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మానవ శరీరంలో చెప్ప, ముక్కు, గొంతు అత్యంత కీలకమైన అవయవాలూగా పేర్కొన్నారు. పర్యావరణ కాలుష్యం పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో ఈ అవయవాలపై ప్రభావం అధికంగా ఉంటుందని తెలిపారు. అందువల్ల ప్రతి ఒక్కరు చెప్ప, ముక్కు, గొంతు ఆరోగ్య పరిరక్షణపై అప్రమత్తంగా ఉండాలని, కాలానుగుణంగా వైద్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం ద్వారా అనేక సమస్యలను ముందుగానే గుర్తించి నివారించవచ్చని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ తిగల ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి వైద్య బృందంలోని ఇతర వైద్యులు సమగ్రంగా పరీక్షలు నిర్వహించగా కళాశాల ఎన్ఎస్ఎస్ విభాగం అధికారులు డాక్టర్ శ్రీదేవి, డాక్టర్ శ్రీలత, డాక్టర్ చందర్, వైద్య బృందం చిట్టి, మల్లికార్జున్, శివకుమార్, సునీత, నరేష్ సమన్వయ బాధ్యతలు నిర్వహించారు. పెద్ద సంఖ్యలో అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు, సిబ్బంది ఈ శిబిరానికి హాజరై వైద్య సేవలు పొందడంతో శిబిరం అత్యంత ప్రయోజనకరంగా ఉపయోగపడింది.

జనవరిలో జరిగే జాతీయ రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాన్ని విజయవంతం చేయాలి



ప్రతి జిల్లాలో రోడ్డు భద్రతా ఫోర్స్ వాలంటీర్స్ బృందాలను ఏర్పాటు చేయాలి నెలాఖరులోపు జిల్లా కలెక్టర్ల ఆధ్వర్యంలో ప్రతి జిల్లాలో రోడ్ సీటీ కమిటీల సమావేశం నిర్వహించాలి ప్రతి జిల్లాలో రవాణా శాఖ, ఆర్టీసీ, పోలీస్, ట్రాఫిక్, విద్యా శాఖ, వెల్ఫేర్ అధికారులు సమన్వయం చేసుకొని రోడ్ సీటీ కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలి రోడ్డు భద్రతా నిబంధనలపై విద్యార్థులకు, డ్రైవర్లకు అవగాహన సదస్సులు నిర్వహించాలి జిల్లా కలెక్టర్లతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో రవాణా, జీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ (పరంగల్ జై భీమ్ న్యూస్)

రోడ్డు ప్రమాదాలను పూర్తిగా తగ్గించి మరణాల రేటును నివారించడమే లక్ష్యంగా జనవరి మాసంలో జరిగే జాతీయ రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాలను విజయవంతం చేయాలని రాష్ట్ర రవాణా, జీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ అన్నారు. శనివారం జాతీయ రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాల లో తీసుకోవాల్సిన కార్యచరణ పై హైదరాబాద్ లోని సచివాలయం నుండి రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కె.రామకృష్ణారావు, సైఫల్ సీఎస్ వికాస్ రాజ్, రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఇలాంబర్ లతో కలిసి రవాణా శాఖ మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ రాష్ట్రంలోని జిల్లా కలెక్టర్లు, అధికారులతో వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర రవాణా, జీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ మాట్లాడుతూ గత సంవత్సరం రాష్ట్రంలో 25,934 రోడ్డు ప్రమాదాలు జరగగా, 7949 మరణాలు జరిగాయని, ప్రమాదాలకు ప్రధాన కారణం రోడ్డు నిబంధనలు ఉల్లంఘించి రాజ్ డ్రైవింగ్, డ్రైవర్ నిరక్షం వల్ల జరిగినట్లు గుర్తించామని పేర్కొన్నారు. ప్రమాదాలను నివారించడానికి రోడ్డు నిబంధనల విషయంలో కఠినంగా వ్యవహరిస్తూ రోడ్డు నిబంధనలపై ప్రజలకు జాతీయ రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాల పై అవగాహన కల్పించాలని మంత్రి సూచించారు. రోడ్డు సీటీ పై ప్రతి జిల్లాలో ఏర్పడిన రోడ్ సీటీ కమిటీ లు ఈ నెలాఖరులోపు సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ లకు సూచించారు. దీనిలో జిల్లా కలెక్టర్ చైర్మన్ గా ఆర్ అండ్ బి అధికారి కన్వీనర్ గా ఉంటారని, ఇందులో రవాణా శాఖ , ఆర్టీసీ , విద్యా శాఖ అధికారులు , పోలీస్ , ట్రాఫిక్ , ఇతర విభాగాల అధికారులు సమన్వయం చేసుకోవాలని సూచించారు. ప్రతి జిల్లాలో రోడ్ భద్రతా ఫోర్స్ వాలంటీర్ బృందాలను ఏర్పాటు చేసి అన్ని గ్రామాల్లో, పాఠశాలల్లో అధికారులతో కలిసి ఈ టీం



అవగాహన కల్పించాలని ఆదేశించారు. పాఠశాలల్లో రోడ్డు నిబంధనలపై పిల్లలకు అవగాహన కల్పించడానికి ఏర్పాటు చేస్తున్న చిల్డ్రన్ ట్రాఫిక్ అవేర్సెస్ పార్క్స్ అన్ని జిల్లాల్లో ఏర్పాటు చేయడానికి జిల్లా కలెక్టర్ లు చొరవ తీసుకోవాలని సూచించారు. యూనిసెఫ్ సహకారంతో విద్యార్థులకు ట్రాఫిక్ అవేర్సెస్ పై పాఠ్యాంశాలు చేర్చడం జరుగుతుందని తెలిపారు. కొత్త వాహనాలు రిజిస్ట్రేషన్ చేసుకునేవారికి డ్రైవింగ్ లైసెన్స్ పొందిన ప్రతివారికి రోడ్డు నిబంధనలపై అవగాహన కల్పించడం జరుగుతుందన్నారు. ప్రమాదాల జాతీయ రహదారుల పైనే అధికంగా అవుతుండడంతో రాత్రి వేళ వాహనాల పార్కింగ్ , వాహనాల బ్రేక్ డౌన్ సమయంలో రేడియం రిఫ్లెక్టర్లు ఉండేలా చూసుకోవాలని, వాహనదారుల్లో క్రమశిక్షణ పెంచడానికి రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్ని ప్రధాన రహదారుల్లో ప్రధాన నగరాల్లో ఎన్ఫోర్స్మెంట్ చేసి నిబంధనలను ఉల్లంఘించే వారికి చలానా లు , వాహనదారులు హెల్మెట్ లు ధరించేలా చేయడం , ట్రిపుల్ రైడింగ్, మొబైల్ ఫోన్ మాట్లాడుతూ వాహనాలు నడిపేవారిపై చర్యలు తీసుకోవడం చేయడం వల్ల ప్రమాదాలు తగ్గించవచ్చని పేర్కొన్నారు రోడ్డు ప్రమాదానికి గురైన బాధితులకు కలెక్టర్ అవర్ లో చికిత్స అందించే విధంగా కేంద్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన క్యాష్లెస్ డ్రైవ్ ప్రంపంచం ప్రాముఖ్యతను తెలిపారు. రోడ్డు ప్రమాద బాధితులకు తక్షణ సహాయం అందించిన వాహనదారులను ప్రోత్సహించడానికి రహవీర్ గుడ్ సమర్థన్ స్కీమ్ ద్వారా 25 వేల క్యాష్ అవార్డు తో అందించే పథకం రాష్ట్రంలో త్వరలోనే ప్రారంభం కానుందని తెలిపారు. 2026 జనవరి లో జరిగే రోడ్డు భద్రతా మాసోత్సవాలను హెల్మెట్ బైక్ రౌలీలు , వాక్ ధన్ పరుగులు , రంగుల ముగ్గుల పోటీలు , రోడ్డు భద్రత ప్రతిజ్ఞలు , ఆరోగ్య శిబిరాలు , రక్తదాన శిబిరాలు , మోటార్ సైకిల్, చిన్న హెల్మెట్ స్టిక్కర్ అతికించడం ద్వారా అవగాహన కల్పించడం , కారు ఎండ్ స్ట్రీన్ కు చిన్న సీల్ బెల్ట్లు అతికించడం ద్వారా అవగాహన కల్పించడం , అన్ని పాఠశాలల్లో అవగాహన కార్యక్రమాలు - సమావేశాలు, వ్యాస రచన పోటీలు, డ్రాయింగ్ పోటీలు, వక్రత్వ పోటీలు, రోడ్లపై ఎన్ సీసీ బృందాల ద్వారా అవగాహన , ఆడియో విజువల్ మార్షల్ ద్వారా అవగాహన , స్టానియర్ రేడియో, సీటి కేబుల్ లో రోడ్డు భద్రతపై చర్చలు, సినిమా థియేటర్ లో అవగాహన సైడెలు, వీడియోలు , హోర్డింగ్ ద్వారా అవగాహన , కళాకారుల బృందాల

చేత అవగాహన ఆర్డీసీ బస్సు కండక్టర్ ద్వారా కరపత్రాల పంపిణీ, బస్టాండ్ లో హోర్డింగ్ లు, డిస్ ప్లేలు, అవోస్పర్ ల ద్వారా అవగాహన ప్రచారం చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ లకు సూచించారు. అధిక ప్రమాదకర కారిడార్లు , బ్లాక్ స్కాల్ లను గుర్తించి వాటిని తొలగించాలన్నారు. అవసరమైన చోట ప్రధానంగా రోడ్డు కూడళ్లలో సంకేతాలను ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. రోడ్డు భద్రత మాసోత్సవం కార్యక్రమంలో మంత్రులు , ఎమ్మెల్యేలు , ఎమ్మెల్యేలు, ఐపీఎస్ లు , ఐపీఎస్ లు , ఆర్టీసీ మెంబర్లు , నూతనంగా ఎన్నికైన గ్రామ పంచాయతీ సర్పంచ్ లు, వాడు మెంబర్లు అవగాహన కార్యక్రమంలో పాల్గొనేలా రవాణా శాఖ , పోలీస్ , ఆర్టీసీ , ఇతర విభాగాల అధికారులు సమన్వయం చేసుకోవాలని మంత్రి పాస్కం ప్రభాకర్ సూచించారు. ఈ సమావేశంలో వీప్ సిక్రెటరీ కె. రామకృష్ణారావు మాట్లాడుతూ రోజురోజుకూ పెరుగుతున్న రోడ్డు ప్రమాదాలను తగ్గించడానికి కింది స్థాయి నుండి రాజధాని వరకు విస్తృత అవగాహన ద్వారానే మరణాల రేటు తగ్గించవచ్చని సూచించారు. రోడ్డు ప్రమాదాలను తగ్గించడానికి ఓవర్ లోడ్ విషయంలో కఠినంగా వ్యవహరించాలని, ఇటీవల ప్రమాదాలకు ప్రమాద కారణం ఓవర్ లోడ్ వల్ల అని సూచించారు. ప్రజల ఆస్తి ప్రాణ సమైక్యత కాపాడే బాధ్యత మన ఆందరి పై ఉందని, జిల్లా కలెక్టర్ లు రోడ్ సీటీ కమిటీ లతో సమావేశాన్ని ఏర్పాటు చేసి రవాణా శాఖ ఏర్పాటు చేసి కార్యచరణలో పాల్గొనాలని ఆదేశించారు. సమీక్ష సమావేశంలో సైఫల్ సీఎస్ వికాస్ రాజ్, రవాణా శాఖ కమిషనర్ ఇలాంబర్లు, జిల్లా కలెక్టర్ లు , అడిషనల్ డీజీ లా అండ్ ఆర్డర్ మహేష్ భగవత్ , ఆర్టీసీ ఎండ్ నాగిరెడ్డి ఎంజిబి సెక్రటరీ సైదులు , నేషనల్ హైవేస్ అథారిటీ అధికారులు , వివిధ సంక్షేమ శాఖ అధికారులు , రవాణా శాఖ అధికారులు , పోలీస్ , ట్రాఫిక్ , ఆర్ అండ్ బి, విద్యా శాఖ అధికారులు పాల్గొన్నారు. హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ లోని వీడియో కాన్ఫరెన్స్ హాలు నుండి జిల్లా కలెక్టర్ సేహా శబరీష్, గ్రేటర్ పరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్ చావత్ బాజ్ పాయ్, నేషనల్ హైవేస్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండియా వీడి భరద్వాజ్, అధికారి ఎల్ గయ్య, ఆర్ అండ్ బి, ఇతర శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ అనంతరం ఆర్ అండ్ బి, జాతీయ రహదారుల అధికారులతో కలెక్టర్ మాట్లాడారు. చింతగట్టు ఓఆర్ఆర్ కింద వరద నీటితో ఏర్పడుతున్న ఇబ్బందులు, హనుమర్తి పెద్ద చెరువు మూలములు పూర్వం, రోడ్డు భద్రత మాసోత్సవాలను, తదితరాలపై అధికారులతో కలెక్టర్ సేహా శబరీష్ చర్చించారు.

పద్దెనిమిదేళ్లుగా అక్కడే తిష్ట...?

మల్లన్న ఆలయం నుంచి కదలంటున్న జూనియర్ అసిస్టెంట్ మల్లన్న ఆలయంలో మాయదార లెక్కలు మాయమవుతున్న సైనికులు పెన్సిల్లో రానుట్టి గొప్పాడు ఆగంచేసుట్టి అర్చకీరణడు కోట్లందాకెగిభడి మల్లన్న కొంపముంచుతున్నాడు. రాజకీయ నాయకులతో లింకులు ప్రశస్తేపాదాలు అధికారి ముసుగులో కాంట్రాక్టర్ అవతారం డీసీఆర్ రికార్డులెలా మారుతున్నాయి సైనికు ఆగమవుతున్నాయి. ఆలయంలో మాయ చేస్తున్న చెక్కుచెదరని జూనియర్ అసిస్టెంట్ కుర్చీ

ఆలయంలో తిష్ట వేసిన ఆయన తమ ఇష్టానుకూల వ్యవహారాలున్నారట. ఈవో లు ఎందరు మారిన ఇతర ఉద్యోగులు బదిలీపై వేచిచూడే వైఖరి ఇక్కడ పనిచేస్తున్న జూనియర్ అసిస్టెంట్ మాత్రం ఇక్కడే పాతుకుపోయి ఎవరినైనా సానించే స్థాయికి ఎదిగారట.. ఈయనను ప్రశ్నించే వైఖరి ఈ ఆలయానికి వచ్చిన ఈవో వైద్యం చేయడం లేదంటే వీరు ఈ ఆలయంలో ఎంతటి బలంగా తిష్ట వేసారో అర్థం అవుతుందని పలువురు అంటున్నారు. సిబ్బంది ల హాజరు నుంచి అర్చకుల హాజరు శాతం వరకు అన్ని మెయింటెన్ చేస్తూ అందించడానికి దుడుకుంటున్నారనే ఆరోపణలు సైతం ఈయనపై ఉన్నాయి. పైరవీలు ఘనం.. శ్రీ మల్లికార్జున స్వామి ఆలయంలో ఏండ్ల కొద్దీ తిష్ట వేసిన జూనియర్ అసిస్టెంట్ తమను ఎక్కడకు ఎవరు బదిలీ చేయకుండా మంత్రి స్థాయిలో పైరవీలు చేస్తున్నట్లు తెలిసింది. తమను ఎక్కడకు బదిలీ చేయకుండా ఓ ప్రజాప్రతినిధి అడిగింది సమర్పించకాని బదిలీ ఎప్పుడీ చేయకుండా ఆపుకున్నారు. ఈ ప్రజాప్రతినిధి అందడందలతో వీరు ఇక్కడ పెత్తనం చేలానుస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఎందుకీంత ? ఏండ్ల కొద్దీ ఆలయంలో పాతుకుపోయిన ఈ జూనియర్ అసిస్టెంట్ ఇక్కడే ఉండేందుకు

పట్టుబట్టడానికి అనేక కారణాలు ఉన్నాయట. ఈ ఆలయంలో తరుచుగా వచ్చే కాంట్రాక్టు లు బినామీ పేర్లపై వారో దక్కించుకుంటారట. అంతేకాదు హాజరు శాతం తక్కువగా ఉన్న సిబ్బంది హాజరు శాతం పెంచేందుకు బాగానే డిమాండ్ చేసి ముక్కుపిండి మరి వసూలు చేస్తారట. ఇక్కడి నుంచి బదిలీ పై వెళితే ఈ అదనపు అదాయానికి గండి పడుతుంది కనుక ఇక్కడనుంచి ఏమాత్రం కలదలకుండా ఏండ్లు గడిచిన ఇక్కడే నోకరి చేస్తూ అధికారులను సైతం సానించే స్థాయికి ఈ జూనియర్ అసిస్టెంట్ ఎదిగిపోయారట.. ఆలయంలో విధుల నిర్వహణలో సైతం వీరి ఇష్టానుకూల వ్యవహారాలు నడుపుతుంటుంది. ఇష్టం ఉంటే చేస్తారు లేదంటే రేపు మాపు అంటూ కాలం గడుపుతు అధికారులు చెప్పిన మాటలను సైతం వీరు పెదచెవిని పెడతారట. అవును మరి సంవత్సరాలకొకటి ఒకే చోట ఉద్యోగం చేస్తూ తిష్ట వేస్తే ఇలాగే ఉంటుందని గ్రామంలోని కొంతమంది ఆయన గురించి కామెంట్ చేస్తున్నారు. పైస్తాయిలో నందంబాలు ఉన్నాయని వారి ఇష్టానుకూల ప్రవర్తనలున్నారని అంటున్నారు. మరి మల్లన్న ఆలయంలో పాతుకుపోయిన ఈ జూనియర్ అసిస్టెంట్ ను ఉన్నతాధికారులు బదిలీ చేస్తారా.. లేక పైరవీలకు తల్లొగ్గి ఇంకా ఎన్ని సంవత్సరాలు ఐయిన ఇక్కడే కొనసాగిస్తారా ? చూడాలి. సారో నేను కదలా...సౌలభ్యం బాగున్నాయి.. అతి త్వరలో..

రాష్ట్రంలో వైద్య విద్య ప్రమాణాల పెంపు

పీజీ, సూపర్ స్పెషాలిటీ సీట్ల సంఖ్య పెంపుల ఆదేశాలు జారీ చేసిన వైద్యారోగ్యశాఖ మంత్రి దామోదర హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్):

రాష్ట్రంలో వైద్య విద్య ప్రమాణాల పెంపు, పరిశోధనలకు పెద్దపీట వేస్తూ వైద్యారోగ్య శాఖ కీలక నిర్ణయాలు తీసుకుంది. ప్రభుత్వ మెడికల్ కాలేజీల్లో పీజీ, సూపర్ స్పెషాలిటీ సీట్ల సంఖ్యను పెంచేందుకు తక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని ఆధికారులకు మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ ఆదేశాలు జారీ చేశారు. మెడికల్ కాలేజీల పనితీరుపై ఎంపీఎంసీ కమిటీలు ఇకపై ప్రతి నెలా నివేదికలు ఇవ్వాలని సూచించారు. గ్రామీణ నేపథ్యం నుంచి వచ్చే విద్యార్థులకు భాషాపరమైన ఇబ్బందులు లేకుండా 'సెస్టికెన్ ఇంగ్లీష్'లో శిక్షణ అందించమన్నట్లు తెలిపారు. ఎంబీబీఎస్ ఫస్ట్, సెకండ్ ఇయర్ విద్యార్థులకు ఇంగ్లీష్ క్లాసులు నిర్వహించడంతో పాటు, ఇందు కోసం ప్రత్యేక టీచర్ల నియామకానికి మంత్రి ఆదేశాలు జారీ చేశారు. ప్రైవేటు కాలేజీల్లో కన్వీనర్ కోటా విద్యార్థుల నుంచి హాస్టల్, మెన్ పేరుతో అదనపు ఫీజుల వసూళ్లపై నిషేధం పెంచాలని ఆదేశించారు. అలాగే ప్రైవేట్ కాలేజీల్లో విద్యార్థుల ఆర్థిక ఇబ్బందులు, యాజమాన్యాల తీరుపై అధ్యయనానికి ప్రత్యేక కమిటీ ఏర్పాటు చేయమన్నట్లు తెలిపారు. మెడికల్ ఆత్మహత్యల నివారణకు కాలేజీల్లో సైకాలజిస్టులు, సైకియోలోజీస్టులతో కౌన్సెలింగ్ సెంటర్లు ఏర్పాటు చేయాలని స్పష్టం చేశారు. పెరిగిన కాలేజీలకు అనుగుణంగా కాలోజీ హెల్త్ యూనివర్సిటీ ఎగ్జిక్యూటివ్ డైరెక్టర్ పేరిటే పబ్లిక్ పాటు సిబ్బంది పెంపునకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చారు. అంతేకాకుండా హెల్త్ యూనివర్సిటీ సేవలను వేగవంతం చేసేలా కార్యక్రమాలన్నీ పూర్తిస్థాయిలో డిజిటిలైజేషన్ చేయాలని నిర్ణయించారు. అన్ని ప్రభుత్వ మెడికల్ కాలేజీల్లో డిజిటల్ క్లాస్ రూమ్స్, లైబ్రరీలు, స్మిల్ ల్యాబ్స్ ఏర్పాటు చేయాలని మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ సూచనలు చేశారు.

రెండేళ్ల తరువాత వచ్చేది మేమే

అప్పుడు మిమ్ములను డ్యాన్స్ ఆడిస్తాం కాంగ్రెస్ మాజీ మంత్రి తలసాని వ్యాఖ్యలు

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్): కాంగ్రెస్ లో చేరినా బీఆర్ఎస్ లోనే ఉన్నామని చెప్పుకునే ఆ పది మంది ఎమ్మెల్యేలు జీవితం సిగ్గులేని సంసారం అంటూ బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నేత, సనత్ నగర్ ఎమ్మెల్యే తలసాని శ్రీనివాస్ యాదవ్ విమర్శలు చేశారు. శనివారం తెలంగాణ భవన్ లో మీడియాతో మాట్లాడుతూ ఆయన.. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై తీవ్ర విమర్శలు గుప్పించారు. స్పీకర్ విచిత్రమైన తీర్పు ఇచ్చారని, ఆ ఎమ్మెల్యేలు బీఆర్ఎస్ లో ఉంటే తమతోపాటు వచ్చి కూర్చోవాలని సవాల్ విసిరారు. 'చేర్చుకున్న వాళ్లు మా వాళ్లు కాదు' అని కాంగ్రెస్ చెబుతోందని ఎగతాళి చేశారు. కేసీఆర్.. తెలంగాణ నాధన పల్లె రేవంత్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రి అయ్యారని, లేకపోతే వారికి పదవులే లేవని తలసాని చెప్పారు. 'ఇంకా రెండేళ్ల.. తర్వాత మనమే వస్తాం. ఎలా డ్యాన్స్ ఆడిస్తామో అలా ఆడిస్తాం' అని తలసాని హెచ్చరికలు జారీ చేశారు. రాష్ట్ర ఆర్థిక పరిస్థితి దృష్ట్యా సీఎం రేవంత్ రాజీనామా చేయాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్ల హామీతో కాంగ్రెస్ మోసం చేసిందని, సంక్షేమ నిధులు ఎమ్మెల్యేల ఇళ్ల నుంచి వస్తున్నాయని ఆరోపించారు. సచివాలయం, ప్రజాభివృద్ధి కేటాయింపు డిమాండ్స్ బట్టి కాకుండా.. రోజూ అక్కడే ఎదురుకూర్చుంటారని తలసాని ఎద్దేవా చేశారు. ఆరుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా గెలిచినా ఇలాంటి దరిద్రమైన ప్రభుత్వం చూడలేదని తలసాని అన్నారు. రాష్ట్రంలో 25 ఏళ్ల వరకు కాంగ్రెస్ అనే మాజీ రాజని తలసాని జోస్యం చెప్పారు.

జీరాంజీ బిల్లు వల్ల పేదలకు ఉపయోగం లేదు

పాత పద్ధతిలోనే ఉపాధి హామీ కొనసాగాలి సీపీఎం నేత బివి రాఘవులు డిమాండ్

విజయవాడ, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్): కేంద్ర ప్రభుత్వం కొత్తగా తీసుకొచ్చిన జీరాంజీ బిల్లు వల్ల పేదలకు ఎటువంటి ఉపయోగం లేదని సీపీఎం పొలిట్ బ్యూరో సభ్యులు బీవీ రాఘవులు అన్నారు. మహాత్మాగాంధీ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ చట్టాన్ని కొనసాగించాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ విషయంపై దేశ వ్యాప్తంగా ఆందోళనలు నిర్వహిస్తామన్నారు. గతంలో ఉన్న ఉపాధి హామీ చట్టాన్ని రద్దుచేసి కొత్తగా జీరాంజీ పథకాన్ని తీసుకొచ్చారని కేంద్ర ప్రభుత్వం తీరుపై విమర్శలు గుప్పించారు. దీనిలో కార్మికులకు గానీ, రాష్ట్రాలకు గానీ ఎటువంటి హామీలు లేవన్నారు. గతంలో కనీసం 100 రోజులు వని పేరుతో 50 రోజులన్నా కార్మికులకు ఉపాధి లభించేదని.. ఇప్పుడు కేంద్రం దయాదాక్షిణ్యాలపై ఉండేలా చేశారని విమర్శించారు. ఉపాధి హామీ పథకం వ్యవసాయ పనులకు ఆటంకమని చెబుతున్నారని.. అలాంటిదేమీ లేదని అనేక నివేదికలు, పరిశోధనలు బయటపెట్టాయని రాఘవులు తెలిపారు. గ్రామీణ పేదలు, వ్యవసాయ కార్మికుల శ్రమను కార్మికోట్లు దోచుకునేందుకు ఈ పథకం ఉపయోగపడుతుందన్నారు. పథకంలో నిధుల వాటా గతంలో కేంద్రానికి 90 శాతం రాష్ట్రానికి 10 శాతం వాటా ఉండేదని.. కానీ, ఇప్పుడు 60:40 శాతంగా మార్చి, రాష్ట్రాలపై భారం మోపుతున్నారని కేంద్ర ప్రభుత్వం తీరును ఎండగట్టారన్నారు. ఆకలిచావులు, వలసలు నివారించేందుకు ఉపయోగపడిన ఈ చట్టాన్ని రద్దు చేయడం వల్ల మళ్లీ ఆకలిచావులు పెరిగే ప్రమాదం ఉందని రాఘవులు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. పథకానికి నిధుల కేటాయింపు డిమాండ్స్ బట్టి కాకుండా.. రాజకీయ అవసరాలకు తగిన విధంగా కేటాయింపు నిబంధనలు రూపొందించారని రాఘవులు విమర్శించారు. గతంలో కేంద్రం ముందుగానే నిధులు ఇచ్చేదని.. ఇప్పుడు పనిచేసిన తరువాత బిల్లు ఇచ్చేలా పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టారన్నారు. ఉపాధి కల్పనలో అలస్యమయితే గతంలో కేంద్రమే పెన్షన్లు చెల్లించేదని.. ఇప్పుడు ఆ బాధ్యతను రాష్ట్రం మీదనే వదిలివేశారు. ఈ అంశంపై రాష్ట్రంలో అధికారంలో ఉన్న టిడిపి మాట్లాడటం లేదని, ప్రతిపక్షంలో ఉన్న వైసీపీ కూడా గట్టిగా ప్రశ్నించడం లేదని రాఘవులు విమర్శించారు. సెలక్టు కమిటీకి పంపించాలని చెప్పి వైసీపీ చేతులు ముడుచుకు కూర్చుందని.. ఈ రెండు పార్టీలు మోడిని చూసి భయపడుతున్నాయన్నారు. రాష్ట్రంలో ఉన్న మూడు పార్టీలు మోడితో అనుసరిస్తున్న తీరువల్ల రాష్ట్రానికి తీవ్రస్థాయి వాటిల్లుతుందని రాఘవులు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. రాయలసీమకు అనువుగా ఉండేలా పారిశ్రామిక పాలసీని మార్చాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాన్ని రాఘవులు డిమాండ్ చేశారు. రాయలసీమ ప్రాంతంలో గ్రీన్ ఫీల్డ్ ఇండస్ట్రీయల్, ఎలక్ట్రానిక్స్ సీటీ నిర్మించాలన్నారు. అక్కడ పరిశ్రమలకు అనువైన వాతావరణం కూడా ఉందని చెప్పారు.

పంచాయితీ ఫలితాల రేవంత్ డంగ్



ఎంపీటిసి, జడ్పీటీసీ ఎన్నికల డౌబ్ కేసిఆర్ ఫీల్డ్ లోకి రాకుండా అడ్డుతూ ఫలితాలు తాండూరు నియోజకవర్గ సర్పంచ్ లతో కేటీఆర్

హైదరాబాద్, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్): ప్రస్తుత పంచాయితీ ఫలితాలు చూశాక, ఎంపీటిసి, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు పెడతారని అనుకోవడం లేదని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ అన్నారు. సర్పంచ్ ఎన్నికల ఫలితాలు చూసి ఎంపీటిసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు పెడతారని అనుకోవడం లేదు.. పంచాయితీ ఎన్నికల ఫలితాల విషయంలో రేవంత్ రెడ్డి మీడియా సమావేశంలో ఐదు నిమిషాలకే మాట మార్చారు అని పేర్కొన్నారు. పంచాయితీ ఎన్నికల్లో కేసీఆర్ కాలు బయట పెట్టకపోయినా గులాబీ సైనికులు అద్భుతంగా పోరాడారు, ప్రభుత్వం భయపడే పరిస్థితి వచ్చింది అని కేటీఆర్ అన్నారు. తమకు ఉన్న హక్కులు, నిధులు, విధుల గురించి కొత్తగా ఎన్నికైన సర్పంచ్ లు తెలుసుకోవాలని కేటీఆర్ సూచించారు. రాజ్యాంగం ప్రకారం ఐదంచెల్లో ప్రభుత్వాలకు ఉన్నాయని తెలిపారు. గ్రామ పంచాయితీలకు ఇచ్చే నిధులు సొంత ఆస్తులు, డబ్బులు కావని పేర్కొన్నారు. +నాన్ కమిషన్ డ్వారా జనాభా ప్రాతిపదికన నిధులు ఇచ్చారని వివరించారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో +నాన్ కమిషన్ డ్వారా రూపాయి వస్తే.. మరో రూపాయి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఇచ్చిందని కేటీఆర్ తెలిపారు. గ్రామ పంచాయితీలకు పథకాలను ఆపే శక్తి ఎవరికీ లేదని స్పష్టం చేశారు. తాండూర్ నియోజకవర్గంలో నూతనంగా ఎన్నికైన బీఆర్ఎస్

సర్పంచ్ లతో హైదరాబాద్ తెలంగాణ భవన్ లో కేటీఆర్ ఆత్మీయ సమావేశం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. ఈ ప్రభుత్వానికి ఎంపీటిసీ, జడ్పీటీసీ ఎన్నికలు పెట్టే దమ్మం లేదని కేటీఆర్ విమర్శించారు. మాకే నిధులు ఇవ్వడం లేదని మహబూబ్ నగర్ ఎమ్మెల్యే డైరెక్టర్ చెప్పిందని గుర్తుచేశారు. నిధులు ఇవ్వాలని ఎల్లారెడ్డి ఎమ్మెల్యే వరల్డ్ బ్యాంకుకు లేఖ రాసిన విషయాన్ని ఆయన ప్రస్తావించారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఉన్న చోట అభివృద్ధి అనేది ఉండదని అన్నారు. కేసీఆర్ హయాంలో డంపింగ్ యార్డ్లు, షుల్ల ప్రకృతి వనాలు, శ్రీదా మైదానాలు ఏర్పాటు చేశారని తెలిపారు. దీనివల్ల 21 జాతీయ పంచాయితీ అవార్డులను తెలంగాణ సాధించిందని చెప్పారు. పార్లమెంట్ ఎన్నికలు గెలవడం సులభం.. కానీ పంచాయితీ ఎన్నికల్లో గెలవడమే కష్టమని కేటీఆర్ తెలిపారు. ఈ రెండేళ్ల మనకు కష్టంగా ఉంటుందని కొత్తగా ఎన్నికైన బీఆర్ఎస్ సర్పంచ్ లతో అన్నారు. రేవంత్ సర్కార్ అన్ని వర్గాలను మోసం చేసిందని కేటీఆర్ విమర్శించారు. షాపుల యూరియా ఇవ్వనో.. యూవ్ యూరియా ఇస్తాడంటూ అని ఎద్దేవా చేశారు. 2014 నాటికి తెలంగాణ అప్పు రూ. 72 వేల కోట్లుగా ఉందని తెలిపారు. 2023 నాటికి తెలంగాణ అప్పు రూ. మూడున్నర లక్షల కోట్లు అయ్యిందని అన్నారు. అంటే.. బీఆర్ఎస్ హయాంలో రూ. 2.80 లక్షల కోట్ల అప్పు చేశారని వివరించారు. అంటే కేసీఆర్ చేసిన మొత్తం అప్పు రూ. 2.80 లక్షల కోట్లే అని తెలిపారు. అదే రేవంత్ రెడ్డి అప్పు తెచ్చి ఏంచేసిందో చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. త్వరలోనే మున్సిపల్ ఎన్నికలు రాబోతున్నాయని

కేటీఆర్ తెలిపారు. తాండూరులో ఉండే 36 వార్డుల్లో ఇప్పటి నుంచే ఎన్నికలకు సిద్ధం కావాలని పిలుపునిచ్చారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో గెలుపు కోసం ఇప్పటి నుంచే కార్యాచరణ చేపట్టాలని అన్నారు. తాండూరు నియోజకవర్గం నూతన సర్పంచ్, ఉప సర్పంచ్, వార్డు సభ్యులకు సన్మాన కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా హాజరై కేటీఆర్, తలసాని శ్రీనివాస్ యాదవ్ వారిని సన్మానించారు. కాంగ్రెస్ ఎక్కడ ఉంటే అక్కడ ప్రోగ్రెస్ ఉండదు.. రెండేళ్ల మనకు కష్టాలు తప్పవు అని సెలైర్లు చేశారు. అయితే, కారు గుర్తు ఉండి, కేసీఆర్ గుర్తుకు వస్తే పరిస్థితి ఎలా ఉంటుందో ఊహించుకోండి అని కేటీఆర్ తెలిపారు. రెండేళ్ల బీఆర్ఎస్ కు పరీక్ష కాలం.. కాంగ్రెస్ వాళ్లు ఏమైనా అంటే తలదించుకుని వెళ్లండి, రెండు అడుగులు వెనక్కు వెళ్లండి అని సూచించారు. పంచాయితీలకు డబ్బులు కేంద్ర ప్రభుత్వం నుంచి నేరుగా వస్తాయి, ఎవరి ప్రమేయం ఉండదన్నారు. బీఆర్ఎస్ సర్పంచులకు ఇందిరమ్మ ఇళ్లు ఇవ్వమని ఓ కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే అంటున్నారు.. ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, పెన్షన్లు ఇలా అన్నింటి జాబితా పంచాయితీల్లో పెట్టాల్సింది.. సర్పంచులు, పంచాయితీల చేతిలోనే ఉంటుంది.. నిధులు రావడం లేదని కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలే చెప్పన్నారు.. కాంగ్రెస్ చేతిలో మోసపోని వారంటూ ఎవరూ లేరు, అందరూ భాగపడుతున్నారు.. జనవరి, ఫిబ్రవరిలో మున్సిపల్ ఎన్నికలు వస్తాయని అంటున్నారు.. ఇప్పటి నుంచే సిద్ధం కావాలి.. గ్రామీణ ప్రాంతాల వారికి మున్సిపల్ ఎన్నికల బాధ్యతలు అప్పగించండి అని మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ అన్నారు.

2029 నాటికి స్టాస్టిక్ రహిత రాష్ట్రంగా ఎపి



ప్రతి ఇంటి నుంచి చెత్త కలెక్ట్ చేసే పత్రియ ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే ఇది సాధ్యం స్వచ్ఛాంధ్ర- స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమంలో సీఎం చంద్రబాబు అనకాపల్లి, డిసెంబర్ 20 (జై భీమ్ న్యూస్):

2029 నాటికి ప్లాస్టిక్ రహిత రాష్ట్రంగా పనిచేస్తామని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు స్పష్టం చేశారు. గత ప్రభుత్వం 86 మెట్రిక్ టన్నుల చెత్త ఉంచి పోయిందని.. అక్టోబర్ 2 నాటికి ఆ చెత్త తొలగించామని తెలిపారు. ఫిబ్రవరి 15 నాటికి ప్రతి ఇంటి నుంచి చెత్త కలెక్ట్ చేసే పత్రియ 100 శాతం పూర్తి చేస్తామని చెప్పారు. అనకాపల్లి జిల్లాలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పర్యటించారు. ఇందులో భాగంగా తాళ్ళపాతెంలో స్వచ్ఛాంధ్ర- స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమంలో సీఎం పాల్గొని మాట్లాడారు. స్వచ్ఛ భారత్ కార్యక్రమం సమయంలో ప్రధాని తనకే బాధ్యతను అప్పగించినట్లు చెప్పారు. అన్ని రాష్ట్రాల సీఎంలతో సమగ్ర చర్చ జరిపి నిర్వహణ అప్పగించారన్నారు. ఏ కార్యక్రమం అయినా ప్రజల భాగస్వామ్యంతోనే విజయాలు సాధించగలమని

చెప్పుకొచ్చారు. స్వచ్ఛాంధ్ర కార్యక్రమాన్ని ముందుండి సీఎం చేసేది గ్రీన్ నోల్డ్లని.. వారికి అభివాదాలు తెలియజేశారు. రీసైకిల్ చేస్తామని సృష్టించామని.. అందరి ఆరోగ్యం కోసం ఈ పని చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. సాలిడ్ వేస్ట్ ను కంపోస్ట్ యూరియాగా మారుస్తున్నారని దీని వల్ల రైతులకు దిగుబడి పెరుగుతుందన్నారు. పారిశుధ్య కార్యక్రమాలపై నిజమైన సైనికులని చెప్పుకొచ్చారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో కిచెన్ గార్డెనింగ్ రూ. 5లక్షలు సాయం అందిస్తామన్నారు చంద్రబాబు. వేస్ట్ ఎనర్జీ ఎ+ -లాంటి రోజు వెయ్యి టన్నుల చెత్త సేకరించి విద్యుత్ ఉత్పత్తి చేస్తున్నారని చెప్పారు. అక్టోబర్ 2 తర్వాత రాష్ట్రంలో సింగల్ యూనిట్ ఎ+ -లాస్టిక్ ఉండకూడదన్నారు. ఏ ఆఫీసర్ వెళ్లకుండా మొదలై డ్యూరాన్ సేవలు పొందే అవకాశం తెస్తున్నామని చెప్పారు. 'నాది ఉడుంపట్టు.. వదిలి పెట్టేది లేదు' అని తేల్చి చెప్పారు. స్వచ్ఛాంధ్రలో అనకాపల్లి 13వ స్థానంలో ఉందన్న సీఎం.. ఇంకా మెరుగుపడాలని సూచించారు. అనకాపల్లి పరిశ్రమల హబ్ గా ఉందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు తెలిపారు. జిల్లాలో మొదటి ప్రైవేట్ ఇండస్ట్రీయల్ పార్క్ ను 90 ఎకరాల్లో ఏర్పాటు చేస్తున్నామని తెలిపారు. అరకు కాఫీ

కోసం ఆనంద్ మహేంద్ర టీల్స్ చేశారని పేర్కొన్నారు. అనకాపల్లిలో ఆర్థానిక్ బెల్లం చేసే ప్రపంచ దేశాలకు ఎగుమతి చేసేలా ముందుకెళ్లాలని సూచించారు. రెండు నెలల్లో పోలవరం సీక్వెన్స్ అనకాపల్లికి వస్తాయన్నారు. గోదావరి సీక్వెన్స్ వంశధారకు అనుసంధానం చేస్తామని తెలిపారు. ఉత్తరాంధ్ర అభివృద్ధికి పూర్వోదయ కింద కేంద్రాన్ని సహాయం కోరినట్లు చెప్పారు. ప్రపంచం మొత్తం విశాఖ వైపు చూస్తోందన్నారు సీఎం. త్వరలో అనకాపల్లి జిల్లాలో ఆర్గెనిక్ అంటువల్లెట్ స్టీల్ సీటీ ఏర్పరుతుందని వెల్లడించారు. అప్పారావునియం సీటీ కూడా సిద్ధం చేస్తున్నామన్నారు. మెడికల్ కాలేజీలకు పీవీసీ కింద ఇచ్చామన్న సీఎం.. గతంలోనూ 104, 108లు ప్రైవేట్ ఇచ్చారా కదా? ప్రశ్నించారు. రుషికొండకు గుండు కొట్టారని విమర్శించారు. రుషికొండకు రూ. 500 కోట్లు ఖర్చు చేశారని.. ఆ సొమ్ములతో మెడికల్ కాలేజీ కట్టాల్సిందిగా మార్చిస్తే.. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చి కాఫీవసంగా మార్చిందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు పేర్కొన్నారు.

నాన్ వెజ్ వల్ల ఇన్ని సమస్యలు వస్తాయా?



ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తింటే అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ ఐటమ్స్ తినే వారిలో ఖచ్చితంగా కొన్ని వ్యాధులు వస్తాయట. ఆహార అలవాట్లు.. శరీర ఆరోగ్యం మీదనే కాకుండా.. మానసిక ఆరోగ్యం మీద కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి. రోజూ ఫ్లాస్ట్ ఫుడ్స్, లేదా మాంసం తినే వారిలో సాధారణంగా డయాబెటీస్, బీపీ, క్యాన్సర్, ఊబకాయం, కొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అంతేకాదు మతి మరుపు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉండటం. ప్రతిరోజూ మాంసం తినే వారిలో వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది. ఎలా అనుకుంటున్నారా? ఆస్ట్రేలియాలోని బాండె యూనివర్సిటీలో 438 మంది వ్యక్తులపై పరిశోధన చేశారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఆహారపు అలవాట్లు జ్ఞాపకశక్తిపై ఎలా పని చేస్తున్నాయో తెలుసుకున్నారు. ఈ అధ్యయనం 438 మంది కొనసాగితే అందులో 108 మందికి అల్జీమర్స్ వ్యాధి వచ్చినట్లు తేలిందట. దీని ప్రకారం ఎక్కువగా నాన్ వెజ్ తింటే వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. అంటే ఇంట్లో మనుషులను కూడా గుర్తించలేని పరిస్థితి కూడా వస్తుందట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినేవారిలో అధిక బరువు, హై కొలెస్ట్రాల్, డయాబెటీస్, బీపీ, ఫ్లాటీ లివర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం మరింత ఎక్కువ ఉంటుందట. ఈ సమస్యలు మాత్రమే కాదు ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వస్తాయట. రోజూ పండ్లు, కూరలు, గింజలు తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు అనలు కనిపించడం లేదని పరిశోధనలో తేలిందట. మాంసాహారం ఎక్కువగా తీసుకుంటే నరాల సమస్యలు వస్తాయి సో స్లిప్ చేయండి. ఎక్కువగా తినకుండా లిమిట్ గా తినడం వల్ల ఈ సమస్యలు నుంచి బయటపడవచ్చు. అతి సర్వత్రా వ్యయేత్. సో మితంగా తిని ఆరోగ్యంగా ఉండడంని సలహా ఇస్తున్నారు నిపుణులు.

పెరుగు వల్ల ఇన్ని ప్రయోజనాలు ఉంటాయా?

పేగులకు మంచిది: పెరుగు లోని ప్రోబయోటిక్స్ పేగులు బాగా పనిచేయడానికి సహాయపడుతుంటాయి. కడుపు ఉబ్బారాన్ని తగ్గించే శక్తి కూడా ఈ పెరుగుకు ఉంటుంది. మానసిక ఒత్తిడి: పెరుగులోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, మంచి కొవ్వులు, ప్రోబయోటిక్లు మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. ఒత్తిడిని కలిగించే కార్టినాల్ హార్మోన్ల ఉత్పత్తిని పెరుగు తగ్గిస్తుంది. ఈ హార్మోన్ల నియంత్రణలో ఉంటే బరువు తగ్గుతుంటారు. జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుదల: జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవాలనుకుంటే ప్రతిరోజూ పెరుగు తినాలి అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని కాల్షియం, విటమిన్ డి జ్ఞాపకశక్తిని పెరుగుదలకు సహాయం చేస్తుంది. చర్మ సంరక్షణ: పెరుగు తినేవారి చర్మం పొడిబారకూడా ఉంటుంది. తేమ వల్ల యువ్వనంగా కనిపిస్తారు కూడా. దురద ఉంటే కూడా పెరుగు తినడం వల్ల ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని జింక, విటమిన్ సి, కాల్షియం చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంటాయి. ఎముకలు, దంతాల బలం : ఎముకలు, దంతాలను బలోపేతం చేస్తుంది ఈ పెరుగు. వీటికి అవసరమైన ఫాస్ఫరస్, కాల్షియం లు కూడా ఇందులో ఉంటాయి. దీన్ని ప్రతిరోజూ తినడం వల్ల దంతాలు చాలా స్ట్రాంగ్ గా ఉంటాయి. ఎముకలను కూడా బలోపేతం చేయడం వల్ల కీళ్లనొప్పులు రాకుండా నిరోధించుకోవచ్చు. బివి %౮౫% షుగర్ నియంత్రణ: పెరుగులోని పోషకాలు సులభంగా జీర్ణం అవడానికి కూడా ఈ పెరుగు ఉపయోగపడుతుంది. దీనిలోని ప్రోటీన్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. పెరుగులో ఉండే మెగ్నీషియం అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం: ప్రతిరోజూ పెరుగు తీసుకునే వారికి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి అంటున్నారు నిపుణులు. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. దీని వల్ల గుండె కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మెదడుకు మంచిది: పెరుగులో ఉండే ప్రోటీన్ మెదడు కణాల పెరుగుదల , నిర్వహణకు సహాయపడుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగు, పంచదార రెండింటినీ కలిపి తింటే మెదడుకు మంచిదట. ఎందుకంటే పెరుగుతో పాటు పంచదార తిన్నప్పుడు లభించే గ్లూకోజ్ మెదడు శక్తిని పెంచడానికి మరింత సహాయపడుతుంది. శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుతుంది పెరుగు. ఇందులోని ట్రైరోసిన్ వంటి అమైనో ఆమ్లాలు మెదడులో డోపమైన్, సెరోటోనిన్, సోర్పెన్షైన్ వంటి హార్మోన్లను నియంత్రిస్తాయి.



ఈ నీరు అమృతంతో సమానం!

ప్రస్తుత కాలంలో మారుతున్న ఆహారపు అలవాట్లు, మారుతున్న జీవనశైలి వల్ల శరీరంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. వాటిలో ముఖ్యంతో వయసుతో సంబంధం లేకుండా వచ్చే స్థూలకాయం ఒకటి. ఊబకాయాన్ని తగ్గించుకోవడానికి మంచి ఆహారం, వ్యాయామమే మార్గం. అంతేకాకుండా కొన్ని ఇంటి చిట్టాలను పాటించడం వల్ల బరువు తగ్గొచ్చని మన పెద్దలు చెబుతున్నారు. బరువు తగ్గడానికి, ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఈ నీటిని తాగితే.. నిమ్మ, తేనె: ఒక గ్లాసు నీటిలో సగం నిమ్మకాయ, ఒక చెంచా తేనె, చిటికెడు ఎండుమిర్చి వేసి తినాలి. నల్ల మిరియాలలో పైపెరిన్ అనే మూలకం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో కొత్త కొవ్వు కణాలు పేరుకుపోవడానికి అనుమతించదు. నిమ్మకాయలో ఉండే ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్ శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది. శరీరం నుండి విషపూరిత మూలకాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. సోపు నీరు: 6-8 సోపు గింజలను ఒక కప్పు నీటిలో ఐదు నిమిషాలు మరిగించాలి. దీన్ని వడపోసి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో వేడి వేడిగా తాగాలి. ఇది అధిక ఆకలి సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అంతేకాకుండా తినాలనే కోరికను తగ్గిస్తుంది. ఇది శరీరంలోని మురికిని శుభ్రపరుస్తుంది. మూత్రవిసర్జన, చెమట అధికంగా వచ్చేలా ప్రేరేపిస్తుంది. జీలకర్ర నీరు: జీలకర్ర నీటిని తాగడం వల్ల స్థూలకాయం త్వరగా తగ్గుతుంది. ఇందులో క్యుమినాల్డిహైడ్, థైమోక్విన్ వంటి సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇవి యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ కక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఆర్డెటిన్ , కీళ్ల నొప్పులు వంటి పరిస్థితులు ఉంటే, లికాకు, వాపును తగ్గించడంలో జీలకర్ర నీరు ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. మెంతి గింజల నీరు: మెంతి నీరు తాగడం వల్ల స్థూలకాయం తగ్గడమే కాకుండా మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో మెంతులు సహకరిస్తాయి. మెంతి నీటిని తయారు చేయడానికి, ముందుగా

1 టీస్పూన్ మెంతి గింజలను 1 గ్లాసు నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టండి. దీని తరువాత, ఉదయం నిద్రలేచిన తర్వాత, ఈ నీటిని వడపోసి ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి.



గుండెపోటుకు గురికాకూడదనుకునే వారు వీటిని అలవాటు చేసుకోవాలిందే

ప్రస్తుత రోజుల్లో గుండెపోటు అనేది సర్వసాధారణమైపోయింది. ఇంతకుముందు ఈ సమస్య పెద్దవారిలో మాత్రమే కనిపించేది. కానీ, ఇప్పుడు యువత కూడా దీని బారిన పడుతున్నారు. ఎవరైనా దాస్యస్ చేస్తున్నప్పుడు, లేదా ఏదైనా పనిచేస్తున్నప్పుడు, మాట్లాడుతున్నప్పుడు ఎవరైనా వడిపోయారని మీరు తరచుగా వినే ఉంటారు. అలాంటి వారు కార్డియాక్ ఆరెస్ట్ కారణంగా మరణిస్తారు. వీలన్నింటికీ ప్రధాన కారణం ధమనులలో ఫలకం అడ్డుపడటం. దీని కారణంగా రక్తం గుండెకు చేరదు. శరీరంలో ఆక్సిజన్ కొరత ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితిలో గుండెపోటు లేదా గుండె ఆగిపోయే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఈ పరిస్థితులన్నింటినీ నివారించడానికి, మీ జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు అవసరం. అందుకోసం ఈ అలవాట్లను అలవాటు చేసుకోండి. కొలెస్ట్రాల్ లేదా ఫలకం ధమనులను అడ్డుకోవడం వల్ల గుండెపోటు లేదా కార్డియాక్ ఆరెస్ట్ సంభవిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ పెరగడానికి అతి పెద్ద కారణం అనారోగ్యకరమైన ఆహారం. ఈ పరిస్థితిలో, మీరు గుండె సంబంధిత సమస్యలను నివారించాలనుకుంటే ఈ రోజు నుండి అనారోగ్యకరమైన ఆహారం లేదా ప్రాసెస్ చేసిన, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాన్ని తినడం మానేయండి. వాటికి బదులుగా పచ్చి ఆకు కూరలు, పప్పులు, తృణధాన్యాలు, తాజా పండ్లు, గుడ్లు వంటి తాజా ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆహారాన్ని తినండి. ధమనులలో ఫలకం పేరుకుపోకూడా నిరోధించడానికి, మీరు రోజూ వ్యాయామం చేయడం ముఖ్యం. ప్రతిరోజూ కనీసం అరగంట పాటు వ్యాయామం చేయాలి. దీని కోసం ప్రతిరోజూ సైకిల్, ఈత, పరుగు, నడక, శక్తి శిక్షణ చేయండి. ధమనులను ఊపిరితిత్తులకు మాత్రమే హాని చేస్తుందని అనుకుంటే అది తప్పు. అది గుండెకు కూడా హాని చేస్తుంది. సిగరెట్ పాగ నుండి విడుదలయ్యే రసాయనాలు ధమనులలో పొరను ఏర్పరుస్తాయి. దీని వలన ధమనులు నిరోధించబడతాయి. ఈ రోజుల్లో, ఒత్తిడి అనేది ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ఒక భాగంగా మారుతోంది. ఇది ధమనులలో వాపును కలిగిస్తుంది. దీని వలన ధమనులు ఉబ్బడం అలాగే నిరోధించబడతాయి. ఒత్తిడి కారణంగా శరీరంలో 1500 రసాయనాలు విడుదలవుతాయని తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు. ఈ పరిస్థితిలో, ఒత్తిడిని

నియంత్రించడానికి ప్రశాంతంగా ఉండండి. కోపం తెచ్చుకోకండి. ప్రతిరోజూ యోగా, ప్రాణాయామం, ధ్యానం చేయండి. మీరు మీ హృదయాన్ని ప్రేమిస్తే మధ్యానికి దూరంగా ఉండండి. ఆల్కహాల్ కొలెస్ట్రాల్, రక్తపోటు రెండింటినీ పెంచుతుంది. కాబట్టి, గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి దాని వినియోగాన్ని నివారించండి. మీ బరువును అదుపులో ఉంచుకోండి. అధిక బరువు కొలెస్ట్రాల్, అధిక రక్తం, అధిక షుగర్ కి అతి పెద్ద కారణంగా పరిగణించబడుతుంది. కాబట్టి దానిని అదుపులో ఉంచండి. దీని కోసం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి. అలాగే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి.



అలాంటివారు ఈ పండు తినకండి!

జామ పండు.. పేదల ఆపిల్ గా పేరు దక్కించుకున్న జామ పండు అన్ని సీజన్లో విరివిగా లభిస్తుంది. దానిమ్మ పండ్లతో పోల్చుకుంటే ఖర్చు కూడా చాలా తక్కువ. చిన్న పెద్ద అనే తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరు కూడా జామ పండును ఎంతో ఇష్టంగా తింటారు. జామపండు పోషకాలకు నిలయం అని చెప్పవచ్చు. ఇకపోతే జామ పండు తినడం వల్ల శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా లభిస్తాయి.. అయితే కొంతమందికి జామపండు పడదు. కొంతమందికి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ కూడా వస్తాయి. ఇంకొంతమంది ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. ఇకపోతే ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు జామ పండు తినకూడదో ఇప్పుడు చూద్దాం. జామ పండు చలికాలంలో తింటే బోలెడు ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి ఇమ్యూనిటీ పవర్ ను పెంచుతుంది. జామ పండు తినడం వల్ల రక్తపోటు తగ్గడంతో పాటు గుండె ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. జామ పండులో ఉండే విటమిన్ ఏ కంటి ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతుంది. అలాగే శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ డి కూడా లభిస్తుంది. ఇన్ని పోషకాలు ఉన్న జామ పండు కి కొంత మంది దూరంగా ఉండాలి.అలర్జిక్ సమస్యలతో బాధపడేవారు జామపండు తినకపోవడం మంచిది. అలాగే చర్మవ్యాధులు, శ్వాసకోశ వ్యాధులతో బాధ పడే వారు కూడా జామపండు తినకూడదు. జామ పండు తింటే చర్మం పై దద్దుర్లు, మంట, వాపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నవారు జామపండుకు దూరంగా ఉండటమే మేలు అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే గ్యాస్ట్రిక్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండాలి. జామ పండు జీర్ణం అవ్వడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది కాబట్టి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండటమే మంచిది.

పడుకునే ముందు వాము నీటిని తాగితే ఇన్ని లాభాలా?



వామును మెత్తటి పొడరగా చేసుకుని నిల్వ చేసుకోవాలి. పంటి నొప్పితో ఇబ్బంది పడుతున్నవారు.. అర టీ స్పూన్ వాము పొడర్, కొద్దిగా ఆలివ్ ఆయిల్, గోరువెచ్చని నీటితో కలిపి తాగితే, పంటి నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు..నోటి దుర్వాసన కూడా దూరమవుతుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పొడర్ కలిపి తాగడం వల్ల నెలసరి సమయంలో మహిళలు ఎదుర్కొనే తిమ్మిర్లు, కడుపు నొప్పిని దూరం చేస్తుంది. పొట్టి కడుపు తగ్గుతుంది. ఇలా క్రమంగా వాము వాటర్ తాగుతూ ఉంటే.. బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఇందుకోసం వాము పొడి లేదంటే, వాముని నేరుగా కూడా తీసుకోవచ్చు. వాములో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. అందువల్ల శ్వాస కోసం వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. ఒక వేళ జలుబు, దగ్గు, కఫం లాంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారు ఈ నీటిని తాగడం వల్ల అవి తగ్గుముఖం పడతాయి. రాత్రి పడుకునే ముందు ఇలా గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పొడర్ కలిపి తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతాయి. సాధారణంగా కడుపు ఉబ్బరం, త్రేస్సులు, జీర్ణ సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో ఈ వాము వాటర్ బాగా హెల్ప్ చేస్తాయి. వాముని కప్పున్నర నీటిలో వేసి మరిగించి కప్పు అయ్యే వరకూ ఉంచాలి. దీనిని ఫిల్టర్ చేసి రెగ్యులర్ గా తీసుకుంటే బరువు తగ్గుతారు. పిల్లలకు అరుగుదల సరిగ్గా లేకపోయినా, పెద్దలు గ్యాస్ లాంటి వాటితో బాధ పడుతున్నా వాము ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. వాముతో జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేస్తుంది.





వాళ్ల పేర్లు చెబితే షాకవుతారు ఇండస్ట్రీపై రాధికా ఆప్టే వ్యాఖ్యలు

ఎటువంటి అంశంపైనైనా ముక్కుసూటిగా మాట్లాడే నటి రాధికా ఆప్టే, సినీ పరిశ్రమలో తన 20 ఏళ్ల ప్రయాణంపై మాట్లాడుతూ సంవలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ముఖ్యంగా దక్షిణాది చిత్రాల్లో కేవలం డబ్బు కోసమే నటించాల్సి వచ్చిందని, ఆ సమయంలో కొన్ని భయంకరమైన అనుభవాలను ఎదుర్కొన్నానని ఆమె వెల్లడించారు. తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో రాధికా ఆప్టే మాట్లాడుతూ.. “ఒకప్పుడు ఆర్థిక పరిస్థితుల వల్ల సౌత్ సినీమాలు చేయాల్సి వచ్చింది. ఆ సెట్స్ లో కొన్నిసార్లు భయంకరమైన అనుభవాలు ఎదురయ్యాయి. మొత్తం సెట్ లోనే నేనొక్కదానే మహిళను ఉండేదాన్ని. మారుమూల ప్రాంతాల్లో షూటింగ్ జరిగేది. నా సిబ్బందిని కూడా అనుమతించేవారు కాదు. మహిళల గురించి అసభ్యకరమైన జోకులు వేస్తూ నన్ను చాలా అసౌకర్యానికి గురిచేశారు” అని తెలిపారు. “సాధారణంగా నేను ధైర్యంగా ఉంటాను. కానీ ఆ రోజుల గురించి ఆలోచిస్తే ఇప్పటికీ నా గుండె భయంతో వేగంగా కొట్టుకుంటుంది. ఏ నటికీ అలాంటి పరిస్థితి రాకూడదు” అని ఆమె ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. బాలీవుడ్ లోనూ తనకు కొన్ని చేదు అనుభవాలు ఎదురైనట్లు ఆమె చెప్పారు. “కొన్ని ఆఫర్ల కోసం కొందరిని కలిశాను. వాళ్లతో మాట్లాడాక మళ్లీ జీవితంలో కలవకూడదని నిర్ణయించుకున్నాను. వాళ్లు ఇండస్ట్రీలో చాలా పేరున్న వ్యక్తులు. వాళ్ల పేర్లు చెబితే అందరూ ఆశ్చర్యపోతారు” అని రాధికా పేర్కొన్నారు. 2005లో హిందీ సినీమాతో నటిగా అరంగేట్రం చేసిన రాధికా ఆప్టే.. ఆ తర్వాత తమిళం, మరాఠీ, మలయాళ చిత్రాల్లోనూ నటించారు. 2010లో ‘రక్త చరిత్ర’ సినీమాతో ఆమె టాలీవుడ్ ప్రేక్షకులకు పరిచయయ్యారు.

కుల వ్యవస్థపై ‘దండోరా’.. ఆలోచింపజేస్తున్న ట్రైలర్

తెలంగాణ గ్రామీణ నేపథ్యంలోని సామాజిక అంశాలను స్పృశిస్తూ తెరకెక్కిన చిత్రం ‘దండోరా’. ఈ నెల 25న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల కానున్న ఈ సినీమాకు సంబంధించి చిత్రం యూనిట్ తాజాగా ట్రైలర్ ను విడుదల చేసింది. ప్రస్తుతం ఈ ట్రైలర్ ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటూ సినీమాపై అంచనాలను పెంచుతోంది. “మన చావు పుట్టుకలన్నీ ఈ ఊరి బయట రాసింద్రా అ దేవుడు..” అనే డైలాగ్ తో ప్రారంభమయ్యే ఈ ట్రైలర్, గ్రామాల్లో ఇంకా కొనసాగుతున్న కుల వివక్షను కళ్లకు కట్టినట్లు చూపిస్తోంది. ఊరి బయట శవాన్ని మోసుకెళ్తున్న దృశ్యాలు కథలోని తీవ్రతను, సామాజిక కోణాన్ని తెలియజేస్తున్నాయి. మురళీకాంత్ దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రాన్ని రవీంద్ర బెనర్జీ ముప్పావేని నిర్మించారు. శివాజీ, నవదీప్, నందు, రవికృష్ణ?, బిందుమాధవి, మౌనికా రెడ్డి వంటి భారీ తారాగణం ఈ చిత్రంలో కీలక పాత్రలు పోషించారు. ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ నైజాం ఏరియాలో ఈ చిత్రాన్ని విడుదల చేస్తుండటం విశేషం. విదేశాల్లో కూడా సుమారు 200కు పైగా థియేటర్లలో ఈ సినీమాను ప్రదర్శించనుండగా, ఈ నెల 23న అక్కడ ప్రీమియర్ షోలు వేయనున్నారు. మార్క్ కె. రాబిన్ అందించిన సంగీతం సినీమాకు అదనపు ఆకర్షణగా నిలుస్తుందని, తెలంగాణ మట్టి కథలను ఇష్టపడే ప్రేక్షకులను ఈ సినీమా తప్పకుండా ఆకట్టుకుంటుందని చిత్ర బృందం ధీమా వ్యక్తం చేస్తోంది.



ఉస్మాద్ భగత్ సింగ్ సెట్స్ నుంచి బీటీఎస్ వీడియోలు పంచుకున్న రాశీ ఖన్నా

పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ హీరోగా, దర్శకుడు హరీశ్ శంకర్ తెరకెక్కిస్తున్న భారీ యాక్షన్ ఎంటర్టైనర్ ‘ఉస్మాద్ భగత్ సింగ్’. ఈ సినీమాలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్న నటి రాశీ ఖన్నా తాజాగా షూటింగ్ సెట్స్ నుంచి కొన్ని ఆసక్తికరమైన వీటీఎస్ (బిహెచ్ డి సీన్స్) వీడియోలను అభిమానులతో పంచుకున్నారు. తన అధికారిక ఇన్స్టాగ్రామ్ ఖాతాలో ఈ వీడియోలను షేర్ చేసిన రాశీ ఖన్నా “యాక్షన్ మరియు కట్ మధ్య నిశ్శబ్దం ఉంటుంది. కొన్నిసార్లు నవ్వులు కూడా ఉంటాయి” అంటూ దర్శకుడు హరీశ్ శంకర్ ను ట్యాగ్ చేశారు. ఈ వీడియోలను చూస్తే, ఆమె షూటింగ్ ను ఎంతో ఆస్వాదిస్తున్నట్లు స్పష్టంగా తెలుస్తోంది. గతంలో కూడా పవన్ కల్యాణ్ తో కలిసి పనిచేయడం ఒక గౌరవంగా భావిస్తున్నానని రాశీ పేర్కొన్న విషయం తెలిసిందే. ఆయనతో దిగిన ఒక సెట్ నుంచి పంచుకుంటూ, ఈ సినీమా తనకు ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోయే మధుర జ్ఞాపకం అని ఆమె తెలిపారు. ‘ఉస్మాద్ భగత్ సింగ్’ చిత్రంలో రాశీ ‘శోక’ అనే ముఖ్యమైన పాత్రలో నటిస్తున్నట్లు చిత్రబృందం గతంలో ప్రకటించింది. మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ చిత్రంలో శ్రీలీల మరో కథానాయికగా నటిస్తోంది. వీరితో పాటు పార్థిబన్, కేవెన్ రవికుమార్, రాంకీ, నవాబ్ షా, గౌతమి వంటి ప్రముఖ నటీనటులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తున్నారు. గతంలో హరీశ్ శంకర్ తో ‘హైపర్’, ‘బెంగాల్ లైగర్’ వంటి చిత్రాల్లో పనిచేసిన రాశీకి, పవన్ కల్యాణ్ తో ఇది మొదటి సినీమా కావడంతో ప్రాజెక్ట్ పై అంచనాలు నెలకొన్నాయి.