జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

Jai Bheem TV STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి - 07 | సంచిక 99 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | మంగళవారం 10, మార్చి 2026 | పేజీలు 8 | వెల రూ. 5

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

కరెంటు బిల్లుల కష్టాలు

నిరుపేదలను నిండ ముంచుతున్నారు

చీడగాతి పాలకుల చేతుల్లో నలిగిపోతున్న పేదలు

బ్యాంకులలో దోపిడీదారుల కొమ్ముకాస్తున్నది ఎవరు

పాత బిల్లుల మోత కొత్త బిల్లుల రోత పేద ప్రజలు బతికేదెలా

కోట్ల రూపాయల కరెంట్ బిల్లులు కట్టనోల్లను వదిలేస్తున్న విద్యుత్ అధికారులు

దళితుల ఇండ్లల్లో దౌర్జన్యంగా విద్యుత్ సరఫరాల నిలిపివేస్తున్నారు

కరెంటు మీటర్లను కట్ వేస్తూ మహా ఆనందం పొందుతున్నారు

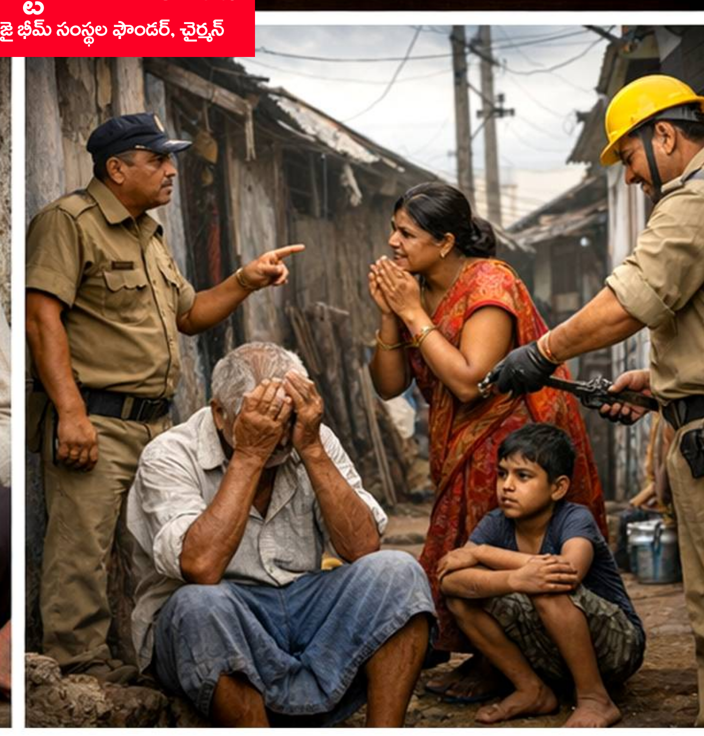
ప్రభుత్వాలు ఉన్నదే పేదల ఉసురు పోసుకోవడానికా

విద్యుత్ యాప్ ల కోసం దుబారా ఖర్చు చేస్తున్న అధికారులు ఎవరు

బుక్కెడు బువ్వ లేని పేదలను బజారుపాలు చేస్తున్నారు : డాక్టర్ బరిగెల శివ

డాక్టర్ బరిగెల శివ

జై భీమ్ సంస్థల ఫౌండర్, చైర్మన్



హైదరాబాద్ జై భీమ్ డెస్క్:-

రాష్ట్రంలో కరెంటు కోతలు రైతులను వేధిస్తూ ఉంటుండగా కరెంటు బిల్లులు నిరుపేదలను నింద ముంచుతున్నాయని డాక్టర్ బరిగెల శివ ఆవేదన వ్యక్తపరిచారు.తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడ్డాక రైతులకు ఉన్నటువంటి పాత బకాయిలను చెల్లించుటకు ప్రభుత్వాలు అంగీకరిస్తూ రైతు రుణమాఫీలు చేసిన రీతిగా తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా తెల్ల రేషన్ కార్డులతో జీవిస్తున్న పేదలందరికీ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 200 యూనిట్లలోపు కరెంట్ బిల్లుల చార్జీలను ప్రజలు కట్టనవసరం లేదని ఆ రీతిగా భరిస్తూ భరిస్తూ ఉంటుండగా గతంలో ప్రతి పేదవాడి ఇంటికి ఉన్నటువంటి పాత విద్యుత్ బకాయిలు వసూలు చేయడం కోసం విద్యుత్ అధికారులు విద్యుత్ సిబ్బంది ప్రతి పేదవాడి ఇంటి చుట్టూ తిరుగుతూ కరెంటు మీటర్లకు ఉన్నటువంటి బిల్లు ఆధారంగా ఇంటికి సంబంధించిన విద్యుత్ సరఫరాలను నిలిపివేస్తూ కరెంటు వైర్లను కోసి వేస్తూ కరెంటు కట్ చేయడమే కాకుండా నిరుపేదలను తీవ్రంగా ఇబ్బందులకు గురి చేస్తున్నారని హెచ్చరించారు.బ్యాంకుల నుండి రుణాలు పొందుకున్న పెద్దవాళ్లకు అట్టి డబ్బులు చెల్లించకుండా ఉంటుండగా కనీసం వాళ్ళను మందలించేవారు లేరని అదేవిధంగా వ్యాపారాల కోసం భవనాల కోసం రుణాలు పొందుకున్న వారు లక్షల సంఖ్యలో రుణాలను ఎగ్గొడుతూ వాళ్లని ఎవరు ఏం చేయడంలేదని ప్రభుత్వానికి సవాలు విసురుతుండడం ఇంచుమించు మొద్దువారిన తనానికి నిదర్శనమన్నారు.బడుగు జీవుల జీవితాలను బజారున కీడ్చేభాగంలోనే విద్యుత్ అధికారులు నిరుపేదలైన షెడ్యూల్ కులాలకు చెందిన కుటుంబాలను హరిగోస పెట్టుకుంటున్నారని

- మిగతా 2లో..

కడు పేదలకు కన్నీరు పెట్టిస్తున్నారు

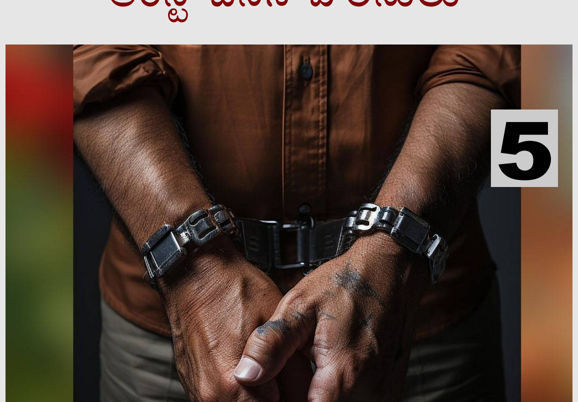
రూ.66 లక్షల ఇన్సూరెన్స్ డబ్బుల కోసం భర్తను చంపిన భార్య

ఖమ్మం ఆటో డ్రైవర్ రవి హత్య కేసును ఛేదించిన పోలీసులు

భార్య ప్రశాంతే సూత్రధారి అని విచారణలో వెల్లడి

రోడ్డు ప్రమాదంగా చిత్రీకరించేందుకు విఫలయత్నం

ప్రశాంతితో పాటు మరో నలుగురిని అరెస్ట్ చేసిన పోలీసులు



5

అందుకే ఢిల్లీ కాలుష్యాన్ని, బెంగళూరు ట్రాఫిక్ సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నాయి: రేవంత్ రెడ్డి

పాలకులకు దూరదృష్టి లేకపోవడం వల్ల ఇలాంటి సమస్యలు వస్తున్నాయన్న సీఎం

కొత్త సవాళ్లు ఎదుర్కోవాలంటే పోలీసు అధికారులు అప్ గ్రేడ్ కావాలన్న ముఖ్యమంత్రి

సమస్యను బాగా అర్థం చేసుకుంటే సగం పరిష్కారం లభించినట్లే అన్న సీఎం

2

లంచం తీసుకుంటూ ఏసీబీకి చిక్కిన సైబర్ క్రైమ్ ఎస్సైలు

2

రాహుల్ బంధు కింద రేవంత్ రెడ్డి రూ.1000 కోట్లు పంపిస్తున్నారు: కేటీఆర్ ఎద్దేవా

కేసీఆర్ హయాంలో డిసెంబర్ నెలలో రైతుబంధు పడేదన్న కేటీఆర్

ఇప్పుడు కోతల సమయం వచ్చినా రైతుబంధు పడలేదన్న కేటీఆర్

రుణమాఫీ చేశానని అనుకుంటున్నానని రేవంత్ రెడ్డి చెప్పడం విడ్డూరమని వ్యాఖ్య

4

పీహెచ్డీ బాధితుల ఆందోళన

విద్యార్థుల వేధింపులలో రోజుకో కొత్త రకం

విద్యార్థులకు సీట్లు ఇవ్వకుండా అడ్డుపడుతున్న మల్లారెడ్డి

కీచకుని మాటే కీలకంగా తీసుకుంటున్న రిజిస్ట్రార్

ఎలిజబిలిటీకి,క్వాలిఫైకి తేడా తెలుపకుండా వేధిస్తున్నారు

షీల్డ్ కవర్ లొల్లి విద్యార్థుల ప్రాణాలను తీసేలా ఉంది

గతంలో దొంగ సర్టిఫికెట్లు అమ్ముకున్న సారు లెక్కలు తేలాలి

30 సంవత్సరాల తర్వాత ఏఆర్ కోల శంకర్ "లా"పరీక్షకు అనుమతులు ఎవరిచ్చారు

విద్యార్థుల ప్రాణాలు పోయేంతవరకు ఇలాగే వేధిస్తామంటున్న కేయూ అధికారులు

సూపర్ న్యూమరరి సీట్ల కేటాయింపు పై కేయూ మేధావులు బహిరంగ చర్చకు రావాలి

రాష్ట్ర విద్యాశాఖ మంత్రి, ఇజ్జత్ 'మానం తీస్తున్న కేయూ వీసి రిజిస్ట్రార్

2

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక
POWER OF PEOPLE

మహిళల చైతన్యం అభివృద్ధి చెందాలి

మారుతున్న సమాజంలో మహిళలు శక్తివంతురాలులుగా ఎదగాలి

సమాజ విలువలను కాపాడడంలో మహిళలు ముందుండాలి

ఉపాధ్యాయ ఉద్యమకారురాలు టి రమాదేవి

హన్మమకొండ జై భీమ్ న్యూస్ :

సోమవారం ఎస్ జీపీఏటి హన్మమకొండ కార్యాలయంలో మహిళా పెన్షనర్స్ ఫోరమ్ చైర్మన్ జ్యోతి రమణి ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయశ్రామిక మహిళా దినోత్సవం నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ జ్యోతి రమణి మాట్లాడుతూ మహిళల హక్కులన్నీ మానవహక్కులని, మనప్రభుత్వాలనిర్ణయాలు అన్నీ మహిళలపై హింసను పెంచు విధంగా ఉంటున్నాయని వాటికి వ్యతిరేకంగా ఉద్యమించాలని పిలుపు నిచ్చారు. కో కన్వీనర్ సుమ మాట్లాడుతూ నాటి మహిళలు పోరాటాల వల్లనే మనం ఈనాడు స్వేచ్ఛగా బ్రతుకు తున్నామని, నేటికీ సమాజం లో మహిళలపై జరుగుతున్న హింస లకు వ్యతిరేకంగాజరిగే ఉద్యమాలకు మనమంతా భాగస్వాములము కావాలని అన్నారు,ఈ సందర్భంగా వారి గౌరవ అధ్యక్షురాలు రమాదేవి మాట్లాడ్లడుతూ క్లారిజటికిన్ రోజా లగ్జం బర్గ్ తో పాటు అనేక మంది శ్రామిక మహిళలు 8 గంటల పని దినాలకై వారి హక్కుల కొరకు చేసిన పోరాటాలకు గుర్తుగా మార్చ్ 8తను నిర్వహిస్తున్నము అనేక పోరాటాల ద్వారా సాధించు కున్న పని గంటలను నేటి సామ్రాజ్య వాద, పెట్టుబడి దారి దేశాలు కోళ్లగొడుతూ శ్రమ దోపిడీకి పాల్పడుతున్నాయి. మనకేంద్ర ప్రభుత్వం 4లేబర్ కోడు చట్టాల ద్వారా కార్మిక హక్కులు కోళ్లగొట్టా ప్రయత్నిస్తున్నాయి. అనేకమంది మహిళలు త్యాగల ఫలితంగా మహిళలు సాధించుకొన్న హక్కులను రక్షించు కోవడం తో పాటు, నేటికీ మహిళలపై జరుగుతున్న లైంగిక వేధింపులకు,అసమానతలకు,అత్యాచారాలకు వ్యతిరేకంగా జరిగే ఉద్యమలలో భాగస్వాములం కావాలని పిలుపు నిచ్చారు. ఇంకా ఈ కార్యక్రమం లో కో కన్వీనర్ లైన రాజాకొమురమ్మ విజయలక్ష్మి, సరస్వతి, టి. రమాదేవి,అనేక మంది రిటైర్డ్ మహిళా పెన్షనర్లు పాల్గొన్నారు.

అందుకే ఢిల్లీ కాలుష్యాన్ని, బెంగళూరు ట్రాఫిక్ సమస్యను ఎదుర్కొంటున్నాయి: రేవంత్ రెడ్డి

పాలకులకు దూరదృష్టి లేకపోవడం వల్ల ఇలాంటి సమస్యలు వస్తున్నాయన్న సీఎం

కొత్త సవాళ్లు ఎదుర్కోవాలంటే పోలీసు అధికారులు అప్ గ్రేడ్ కావాలన్న ముఖ్యమంత్రి

సమస్యను బాగా అర్థం చేసుకుంటే సగం పరిష్కారం లభించినట్లే అన్న సీఎం

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

దేశ రాజధాని ఢిల్లీ అత్యంత తీవ్రమైన కాలుష్యాన్ని ఎదుర్కొంటోందని, బెంగళూరును ట్రాఫిక్ సమస్య వేధిస్తోందని, ముంబై, చెన్నై నగరాలు వరద సమస్యలను చూస్తున్నాయని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. పాలకులకు దూరదృష్టి లేకపోవడం వల్లే ఇలాంటి సమస్యలు వస్తున్నాయని అన్నారు. పోలీసు అధికారుల రీట్రీట్ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, ప్రజలకు మెరుగైన సేవలు అందించడం ద్వారానే పోలీసు శాఖకు గౌరవం పెరుగుతుందని అన్నారు. కొత్త కొత్త మార్గాల్లో నేరాలు జరుగుతున్నాయని, ఇవి పోలీసులకు సవాళ్లుగా మారుతున్నాయని అన్నారు. భౌతికంగా కనిపించని నేరాలను కనిపెట్టడం సవాళ్లతో కూడుకున్నదని అన్నారు. కొత్త సవాళ్లు ఎదుర్కోవాలంటే పోలీసు అధికారులు అప్ గ్రేడ్ కావాలని అన్నారు. సమస్యను బాగా అర్థం చేసుకుంటే సగం పరిష్కారం లభించినట్లేనని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. రాష్ట్రమైనా, దేశమైనా అభివృద్ధి చెందాలంటే శాంతిభద్రతలు బాగుండాలని అన్నారు. శాంతిభద్రతలు బాగున్న రాష్ట్రాలకే పెట్టుబడులు బాగా వస్తున్నాయని అన్నారు. దేశ జనాభాలో తెలంగాణ వాటా 2.5 శాతం కాగా, జీడీపీలో మాత్రం 5 శాతం అందిస్తోందని అన్నారు. దేశ జీడీపీలో తెలంగాణ వాటా 10 శాతానికి చేరాలనేది తమ ఆశయమని అన్నారు.

లంచం తీసుకుంటూ ఏసీబీకి చిక్కిన సైబర్ క్రైమ్ ఎస్సైలు

రెడ్ హ్యాండెడ్‌గా దొరికిన ఎల్బీనగర్ సైబర్‌క్రైమ్ ఎస్సైలు

ఒక కేసు విషయంలో లక్ష రూపాయల లంచం డిమాండ్ చేసిన వైనం

ఏసీబీ అధికారులకు ఫిర్యాదు చేసిన బాధితుడు

ఎల్బీనగర్, జై భీమ్ న్యూస్

ఎల్బీనగర్ సైబర్‌క్రైమ్ పోలీస్ స్టేషన్ కు చెందిన ఇద్దరు ఎస్సైలు ఏసీబీకి అడ్డంగా దొరికిపోయారు. ఒక కేసులో నిందితుడికి 41 నోటీసులు ఇచ్చేందుకు లంచం డిమాండ్ చేసి ఏసీబీ అధికారులకు చిక్కారు. వివరాల్లోకి వెళితే... ఎల్బీనగర్ సైబర్‌క్రైమ్ విభాగంలో పనిచేస్తున్న ఎస్ఐ బాబునాయక్, ఎస్ఐ ప్రమోద్ ఒక కేసు విషయంలో నిందితుడిని ఇబ్బంది పెట్టకుండా ఉండేందుకు, నోటీసులు ఇచ్చే ప్రక్రియను పూర్తి చేసేందుకు లక్ష రూపాయలను లంచంగా డిమాండ్ చేశారు. దీనిపై బాధితుడు అవినీతి నిరోధక శాఖ అధికారులను ఆశ్రయించడంతో వారు పక్కా ప్లాన్ వేశారు. ఫిర్యాదుదారు నుంచి ఆ లక్ష రూపాయల నగదును ఎస్ఐలు తీసుకుంటుండగా, మాటు వేసిన ఏసీబీ అధికారులు వారిని రెడ్ హ్యాండెడ్‌గా పట్టుకున్నారు. అనంతరం ఎల్బీనగర్ సైబర్‌క్రైమ్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఏసీబీ బృందాలు విస్తృతంగా సోదాలు నిర్వహించాయి.

కడు పేదలను కన్నీరు పెట్టిస్తున్నారు

మొదటి పేజీ తరువాయి

తీవ్రంగా హెచ్చరించారు.నేరుగా ప్రభుత్వం పేరు చెబుతూ కరెంటు మీటర్లలో వైర్లు కట్ చేయడం పేద ప్రజలు బిక్కుబిక్కుమంటూ మనోవేదన చెందుతూ తట్టుకోలేకపోతున్నారని సుమారుగా 30 నుండి 40 మంది విద్యుత్ సిబ్బంది దళితుల ఇండ్లలో తిరుగుతూ మీటర్లు కట్ చేస్తున్నారని ఇదంతా ప్రభుత్వమే చేయిస్తుందని నేరుగా అధికారులు తెలియజేయడం ప్రభుత్వ దిగజారుడుతనానికి నిదర్శనమన్నారు.పేద ప్రజలకు పెన్షన్స్ ఇవ్వడంతో పాటు మహిళలకు 2500 భృతి కల్పిస్తామని అసెంబ్లీ ఎన్నికల ప్రచారంలో భాగంగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కట్టుదిట్టమైన హామీలు ఇవ్వడమే కాకుండా మేనిఫెస్టోలో పెట్టడం జరిగిందన్నారు.రాష్ట్రవ్యాప్తంగా విద్యుత్ బకాయిలు కట్టని ప్రైవేటు వ్యాపారాలకు చెందిన సంస్థలు ఎన్నో ఉన్నాయని వాటితోపాటు ప్రభుత్వ కార్యాలయాలలో విద్యుత్ బిల్లులు చెల్లించకుండా వాడకంలో ఉంటున్న ప్రభుత్వ సంస్థలు ఎన్నో కలవన్నారు వాటన్నిటిని పక్కనపెట్టి కేవలం నిరుపేదలు చెల్లించాల్సిన విద్యుత్ బకాయిల విషయంలో ప్రభుత్వం ఎంతో కఠినంగా వ్యవహరించాలని ఆదేశాలు జారీ చేసినట్లుగా విద్యుత్ అధికారులు గ్రామాల పొంట తిరుగుతూ ప్రజలను వేధిస్తూ బలవంతంగా విద్యుత్ సరఫరాల నిలుపుదల చేయడమే కాకుండా భాజాప్త బెదిరింపులకు పాల్పడుతూ ఉండడంతో పాటు కేసులు కడుతున్నారని ఇదంతా కేవలం నిరుపేదలను, కడుపేదలను, బీదవాళ్లను కనీసం కడుపునిండా అన్నం తినడానికి నోచుకోలేని పేద వాళ్ళని మాత్రమే మానసిక వేదనలతో కూడిన ఇబ్బందులు పెట్టడానికి అధికారుల రూపంలో ప్రభుత్వం కొనసాగిస్తున్న వేధింపుల లాగా భావించాల్సి ఉంటుందన్నారు.ప్రభుత్వ అధికారిక కార్యాక్రమాల్లో వేల కోట్ల రూపాయలను దుబారాగా ఖర్చు చేయగాలేనిది నిరుపేదల ఇండ్ల మీటర్ల పై ఉన్న పాత బకాయిలను తొలగించడానికి ,తీసివేయడానికి ప్రభుత్వానికి వచ్చే నష్టమేమిటో ఏమాత్రం అర్థం కావడం లేదన్నారు. పేదవాడు మాత్రమే వేదనపడాలని పేదవాడు మాత్రమే ఇబ్బంది పడాలని పేదవానిపై మాత్రమే అన్ని రకాల కక్ష సాధింపు చర్యలు జరగాలని భావిస్తున్నట్లుగా రాష్ట్రమంతా విద్యుత్ అధికారులు పేదల ఇండ్లపై పడి కొనసాగిస్తున్న వేధింపులు స్పష్టంగా తెలియజేస్తున్నాయన్నారు. మరోవైపు పేదల ఇండ్లకు బిగించబడిన మీటర్లలో యూనిట్ చార్జీల రేటు విపరీతంగా పెరుగుతున్నాయని నిరుపేదలు కన్నీరు పెట్టుకుంటున్నారన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిన నాటి నుండి ఎన్ని మెగావాట్ల విద్యుత్ కొనుగోలు చేసారో ఎంత విలువైన సొమ్మును ఖర్చు చేశారో గత ప్రభుత్వం ప్రస్తుత ప్రభుత్వం ఒకరి మీద ఒకరు దూషించుకుంటూనే అసలు ఆధారాలను ప్రజలకు తెలియకుండా మరుగున పడేస్తూ విద్యుత్ చార్జీల బకాయిలపై కఠినమైన నిర్ణయాలతో కేవలం పేద ప్రజలను మాత్రమే వేధిస్తున్నారని ప్రభుత్వానికి గుర్తు చేశారు.రాజకీయ నాయకులు వ్యాపారవేత్తలు ప్రభుత్వాధికారులు లెక్కలేనంతమంది కరెంటు బిల్లులను చెల్లించకుండా ప్రభుత్వాలకు రోకరా కొడుతున్నారని అలాంటి వాళ్ల నుండి పాద బకాయిల విద్యుత్ చార్జీలను వసూలు చేయకుండా వాళ్లను గౌరవిస్తూ పేద ప్రజలను మాత్రం అధికారుల ఇష్టం వచ్చినట్లు వేధింపులకు గురి చేస్తున్నారన్నారు.గ్రామస్థాయిలో సర్పంచులు మండల స్థాయిలో వార్డు మెంబర్లు సిటీ పరిధిలో కార్పొరేటర్లమని చెప్పుకునే పెద్ద మనుషులు కేవలం వాళ్ళ అక్రమ వ్యాపారాలకు అడ్డుపడుతున్న వ్యక్తులపై విద్యుత్ అధికారులతో పాటు ఇతర సిబ్బందిలను గుప్పిట్లోకి తీసుకొని వాళ్ళ వ్యతిరేక వర్గాల కుటుంబాల పైకి ఉసిగొల్పుతూ వాళ్లపైనున్న కస్తంత విద్యుత్ బగాయిలను అధికారుల వేధింపుల రూపంలో తీర్చుకుంటూ తెగ సంతోష పడుతున్నారని హెచ్చరించారు.పేద ప్రజలను ఆదరిస్తున్నామని ఆదుకుంటున్నామని వాళ్లకు కావాల్సిన మౌలిక సదుపాయాలు అందిస్తున్నామని ఇందిరమ్మ ఇండ్లు నిర్మిస్తున్నామని అన్ని రకాలుగా అభివృద్ధి పరుస్తున్నామని చెప్పుకుంటున్న ప్రభుత్వం విద్యుత్ అధికారులు విద్యుత్ బకాయిలను చెల్లించండంటు ఎందుకు వేదించలేక పోతున్నారని తీవ్రంగా మండిపడ్డారు.ప్రజా పాలన ఉన్నది ధనికుల కోసం కాదని కేవలం పేద ప్రజల సంక్షేమం కొరకే అంటూ చెప్పుకొస్తున్న ప్రభుత్వం పేదలను వేదించడంలో కొత్త కొత్త ప్రణాళికలను సిద్ధపరుస్తున్నట్లుగా ప్రభుత్వ అధికారులు పేదలను పెడుతున్న ఇబ్బందులు స్పష్టంగా వెల్లడిస్తున్నాయన్నారు.కేవలం పేదల ఇండ్లను మాత్రమే టార్గెట్ చేసుకొని విద్యుత్ పాత బకాయిల పేరుమీద పేద ప్రజలను పెడుతున్న ఇబ్బందులు ప్రభుత్వానికి తెలియకుండానే జరుగుతున్నాయా అంటూ మేధావులు తీవ్రంగా మండిపడుతున్నారన్నారు. ఒకవైపు కరెంటు కోతలు మరోవైపు యూనిట్ చార్జీల పెంపు వీటన్నిటికీ మించి పేద ప్రజలకు ఉన్నటువంటి మీటర్ల పైన పాత బకాయిలు ప్రజల జీవితాలను అఘమ్య గోచరంగా తయారు చేస్తున్నాయని ప్రజలు పాతబకాయీలు చెల్లిస్తే తప్ప విద్యుత్తు అందించేది లేదంటూ పేదల ఇండ్ల గేట్లను నెట్టుకొని వచ్చి మరి కరెంటు తీసేసి పరిస్థితిని తయారు చేస్తున్న ప్రభుత్వాలు పేదలకు ఎలాంటి జవాబును చెబుతాయో వేచి చూడాలన్నారు.ప్రజల మనోభావాలను దెబ్బతీసి పేద ప్రజల గుండెలపై పెనుబారం వేస్తున్న ప్రభుత్వం పేద ప్రజల వ్యతిరేకిగా ముద్ర వేసుకుంటుందని తెలియజేశారు.ప్రస్తుతం ప్రజా పాలన సంక్షేమాలకు అర్హులైన ప్రజలందరి విద్యుత్ బకాయిలను పాత కొత్త తేడా లేకుండా పూర్తిగా ప్రభుత్వమే భరించాలని గుర్తు చేశారు.విద్యుత్ శాఖ అభివృద్ధి కోసం వృధాగా ఖర్చు చేస్తున్న సొమ్మంతా పేద ప్రజల పాత బకాయిలకు ఉపయోగిస్తే ప్రజలకు కాస్తయినా మేలు జరుగుతుందని తెలిపారు.ప్రజలు ఎంత మొత్తుకున్నా పేద ప్రజలు ఎంత ఏడ్చినా ప్రభుత్వాల పద్ధతి మారినట్లయితే తక్షణమే ప్రజా పాలన పేరు మార్చి ప్రజావేదింపుల పాలనగా మార్చి ప్రభుత్వం తన ఆధిపత్యాన్ని చలాయించుకోవచ్చునన్నారు.

పీహెచ్డీ బాధితుల ఆందోళన

విద్యార్థుల వేధింపులలో రోజుకో కొత్త రకం

విద్యార్థులకు సీట్లు ఇవ్వకుండా అడ్డుపడుతున్న మల్లారెడ్డి

కీచకుని మాటే కీలకంగా తీసుకుంటున్న రిజిస్ట్రార్

ఎలిజబిలిటీకి,క్వాలిఫైకి తేడా తెలుపకుండా వేధిస్తున్నారు

షీల్డ్ కవర్ లొల్లి విద్యార్థుల ప్రాణాలను తీసేలా ఉంది

గతంలో దొంగ సర్టిఫికెట్లు అమ్ముకున్న సారు లెక్కలు తేలాలి

30 సంవత్సరాల తర్వాత ఏఆర్ కోల శంకర్ "లా"పరీక్షకు అనుమతులు ఎవరిచ్చారు

విద్యార్థుల ప్రాణాలు పోయేంతవరకు ఇలాగే వేధిస్తామంటున్న కేయూ అధికారులు

సూపర్ న్యూమరరి సీట్ల కేటాయింపు పై కేయూ మేధావులు బహిరంగ చర్చకు రావాలి

రాష్ట్ర విద్యాశాఖ మంత్రి, ఇజ్జత్ 'మానం తీస్తున్న కేయూ వీసి రిజిస్ట్రార్

కేయూ క్యాంపస్ జై భీమ్ న్యూస్:-

కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో పిహెచ్డి సీట్ల కేటాయింపు పై జరుగుతున్న జాప్యం వల్ల విద్యార్థుల మనోభావాలు పూర్తిగా దెబ్బతింటున్నాయని సుమారుగా రెండు సంవత్సరాల కాలం పాటుగా విద్యార్థులకు సీట్లు ఇస్తామని వందలసార్లు హామీ ఇచ్చిన కేయూవిసి కేయూ రిజిస్ట్రార్ ఏఆర్ కోలశంకర్ తో 154 పాలక మండలి సమావేశంలో విద్యార్థులకు వ్యతిరేకంగా ప్రభుత్వమిచ్చిన ఆర్డర్లకు వ్యతిరేకంగా,కేయూ డీన్స్ స్టాండింగ్ కమిటీ అంగీకరించిన విధానానికి వ్యతిరేకంగా, తప్పుడు రాతలు రాయించి తెలంగాణ రాష్ట్ర విద్యా కార్యదర్శి సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారిని యోగితరానాను తప్పుదోవ పట్టించడమే కాకుండా ఓరల్ ఇన్స్ట్రక్షన్స్ తో ఆచార్య సురేష్ లాల్ కమిటీ నిర్వహించి ఇప్పటికి సుమారు సంవత్సరం దాటుతుండగా కమిటీ నివేదికలను షీల్డ్ కవర్ల పేరు మీద విద్యాశాఖ కార్యదర్శి ఐఏఎస్ అధికారి యోగితరాన పేరు చెబుతూ విద్యార్థులను వేధిస్తున్న తీరు నా భూతో నా భవిష్యత్తు లాగా మారిపోయిందని విద్యార్థులు తీవ్ర మనోవేదన చెబుతున్నారు.సోమవారం కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయం లోని వీసి ఆచార్య ప్రతాప్ రెడ్డి కార్యాలయంలో శాంతియుత నిరసనకు దిగి బైటాయించారు.తక్షణమే వీసీ ప్రతాపరెడ్డి పోలీసులను పిలిపించి విద్యార్థులను బయటికి పంపించేసారని విద్యార్థులు తెలిపారు.పీహెచ్డీ అడ్మిషన్లలో జరిగిన అవకతవకలపై వరంగల్ జిల్లా సెంట్రల్ జోన్ డీసీపీ ధార కవిత ఆధ్వర్యంలో కేయూ వీసి రిజిస్ట్రార్ కమిటీ చైర్మన్ బహిరంగ చర్చకు రావాలని విద్యార్థులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.గతంలో యూజీ అడిషనల్ కంట్రోలర్ గా పనిచేసిన ఆచార్య మల్లారెడ్డి దొంగతనంగా ధ్రువ పత్రాలు సిద్ధపరచి అమ్ముకున్నాడని వాటిని బయట పెట్టినందుకు గాను లంక రాజగోపాల్ అనే విద్యార్థిని ఇప్పటికి పలుమార్లు దాడులు చేయించడమే కాకుండా పిహెచ్డి సీట్ రాకుండా అడ్డుపడుతూ ఈసీ రిజిస్ట్రార్లను విపరీతంగా బెదిరిస్తున్నాడని విద్యార్థులు మండిపడుతున్నారు.కేయూలో మరో అసాంఘిక శక్తి టీచర్ రూపంలో చలామణి అవుతూ కీచకుని స్థాయికి ఎదిగి ప్రస్తుత రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య రామచంద్రంను విపరీతంగా బెదిరిస్తున్నాడని అందువల్లనే అధికారులు సీట్లు ఇవ్వడానికి బలవంతపు ఒత్తిల్లకు తలొగ్గి విద్యార్థులకు రావలసిన సీట్లలో విపరీతమైన కొరివిలు పెడుతూ విద్యా కార్యదర్శి పేరు చెబుతూ విద్యార్థులను మానసికంగా ఆర్థికంగా శారీరకంగా బెదిరిస్తూ సీట్లు ఇచ్చేది లేదంటూ ఎక్కువగా మాట్లాడితే కేసులు పెడతామంటూ బెదిరిస్తున్నారని విద్యార్థులు తీవ్రమైన మనోవేదన చెందుతున్నారు.అధికారుల తీరు చూస్తుంటే రికార్డులను తార్మారు చేసి నిజమైన ఆధారాలను విద్యా కార్యదర్శి కి తెలియనివ్వకుండా అడ్డుపడుతూ కావాలని కమిటీ వేయించి ప్రభుత్వం ఇచ్చిన సీట్లను విశ్వవిద్యాలయ అధికారులు అంగీకరిస్తూ డీన్స్ సమావేశంలో స్టాండింగ్ కమిటీ నిర్ణయంలో కేయూ వీసి రిజిస్ట్రార్లతోపాటు డీన్స్ అంతా ఐక్యంగా కలిపి తీసుకున్న నిర్ణయం లో భాగంగా విద్యార్థులకు సీట్లు ఇవ్వాలని లిఖితపూర్వకంగా రాస్తూ సంతకాలు చేసి సరిగ్గా సంవత్సరం నడుస్తుండగా ఇంకా విద్యార్థులను వేధిస్తూ ఇంకా విద్యార్థులను కార్యాలయాలు తిప్పుకుంటూనే మల్లారెడ్డి కక్ష సాధింపులను కీచకుని బెదిరింపులను విద్యార్థులపై రుద్దుతున్నారని ఎలాగైనా విద్యార్థులపై పలు రకాల కేసులు బనాయించి అణిచివేయాలని చూస్తున్నారని విద్యార్థులు తీవ్రంగా వేదన పడుతున్నారు.ఏ ఆర్ కోల శంకర్ 30 సంవత్సరాల తర్వాత లా పరిక్షకు ఎలా అర్హుడు అయ్యాడో పరీక్ష రాసుకునుటకు రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య రామచంద్రం ఎలా అనుమతులు ఇచ్చారో పత్రిక ముఖంగా తెలియజేయాలని విద్యార్థులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.పార్ట్ టైం లాకు అవకాశం లేని యూనివర్సిటీ లా కళాశాలలో 30 సంవత్సరాల తర్వాత అడ్మిషన్లు తెరపైకి తీసుకువచ్చి విద్యా శాఖ మంత్రికి గాని విద్యా కార్యదర్శి గాని తెలుపకుండా సంతకాలు చేసి పరీక్ష రాసుకునుటకు అనుమతులు కల్పించిన అధికారులు వాళ్లకు కావాల్సిన అవినీతి అక్రమ పనులకు మాత్రం సంతకాలు పెడుతూ విద్యార్థులను చదువుకు దూరం చేయాలని విద్యాశాఖ మంత్రి సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని విద్యార్థుల దృష్టిలో విలన్ చేసే ప్రయత్నాలు చేస్తుండటమే కాకుండా విద్యార్థులు చచ్చేంత వరకు ఇలాగే వేధిస్తామని దుర్బుద్ధి కోణాలను కనబరుస్తుండడం విచారకరంగా భావించాల్సి వుంది.విద్యార్థులను విడగొట్టి గ్రూపులుగా విభాగింపజేసి విపరీతమైన గొడవలు పెట్టిస్తున్నారని విద్యార్థులు వాపోతున్నారు.కేవలం విద్యార్థులకు రావలసిన సూపర్ న్యూమరరి పిహెచ్డి సీట్లను సుమారు మూడుసార్లు ఉన్నత విద్యా మండలి కమిషన్ సిఫారసు చేసినాక కూడా ఇప్పటివరకు సీట్లు కేటాయించలేకపోవడం కేయూ వీసి కేయూ రిజిస్ట్రార్ కమిటీ చైర్మన్ సురేష్ లాల్ విద్యాశాఖ కార్యదర్శి సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారిని యోగితరానా ఆధ్వర్యంలో బహిరంగ చర్చకు రావాలని ఈ విషయంలో ఎవరు తప్పులకు పాల్పడిన వాళ్లను పోలీస్ అధికారులు ప్రభుత్వం కఠినంగా శిక్షించాలని విద్యార్థులు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.వీసీ కార్యాలయం వద్ద నిరాహార దీక్ష చేపట్టిన పీహెచ్డీ ఆశావహులు లంక రాజ్ గోపాల్ లో మంద నరేశ్ లను కేయూ పోలీస్ అధికారులు నచ్చజెప్పి దీక్ష విరమింప చేశారు.ప్రభుత్వం 32 మంది విద్యార్థులు సూపర్ న్యూమరరీ ఎలిజబులిటీ కేటగిరీలలో సీట్లు కేటాయించాలని అధికారులకు ఆర్డర్స్ రూపంలో ఆదేశాలిస్తే అధికారులు కేటగిరీలుగా గ్రూపుకులుగా విడగోడుతూ 32 మందిలోకెళ్ళి వాళ్లకు కావాల్సిన వాళ్లకు సీట్లు ఇస్తామని మిగతా వాళ్లకు కారణాలు వెతుకుతూ సీట్లు కేటాయించకుండా ఎగరగొడతామని బహిరంగంగానే బెదిరిస్తూ విద్యాశాఖ కార్యదర్శి యోగితారాన పేరును విపరీతంగా వాడుకుంటున్నారు.చిన్న సమస్యను కేయూ పరిధిలో పరిష్కరించాల్సిన అధికారులు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చుట్టూ తిప్పుతూ రంకెలువేసే విధంగా బెదిరిస్తుండడం వాళ్లకే చెల్లుబాటు అవుతుంది

1)వార్తలు రాయిస్తే వేధిస్తాం.

2) ప్రాజెక్టు ఫెలోషిప్ పైసలు పోగేస్తున్నదెవరు అతి త్వరలో..

తెలంగాణలో సారా దుకాణాలను తెరవాలి: ఎమ్మెల్యే అనిరుధ్ రెడ్డి

జడ్చర్ల, జై భీమ్ న్యూస్

జడ్చర్ల కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే అనిరుధ్ రెడ్డి ఈరోజు సచివాలయంలో మీడియా ప్రతినిధులతో నిర్వహించిన చిట్ చాట్‌లో చేసిన వ్యాఖ్యలు రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశంగా మారాయి. రాబోయే బడ్జెట్ అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో తాను ఒక 'బాంబు' పేల్చబోతున్నానని చెప్పారు. గతంలో స్వచ్ఛమైన సారా తాగిన వారు 115 ఏళ్ల వరకు ఆరోగ్యంగా బతికేవారని, కానీ ఇప్పుడు లిక్కర్ తాగి 80 ఏళ్లకే చనిపోతున్నారని ఆయన అన్నారు. శాస్త్రీయంగా చూస్తే సారా ఆరోగ్యానికి హానికరం కాదని ఆయన వాదించారు. అసలు తెలంగాణలో సారాను ఎందుకు నిషేధించారో ప్రభుత్వం క్లారిటీ ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. వచ్చే అసెంబ్లీ సమావేశాల్లో 'జీరో అవర్'లో ఈ అంశాన్ని లేవనెత్తుతానని, సారా దుకాణాలను మళ్లీ తెరవాలని కోరతానని చెప్పారు. మధ్యప్రదేశ్, ఒడిశా వంటి రాష్ట్రాల్లో ప్రభుత్వాలే అధికారికంగా సారా దుకాణాలను నడుపుతున్నాయని, అదే తరహాలో తెలంగాణలో కూడా ఎందుకు అమలు చేయకూడదని ఆయన ప్రశ్నించారు.

సైబర్ సెక్యూరిటీపై అవగాహన కార్యక్రమం పింగిళి ప్రభుత్వ మహిళా కళాశాల (అటానమస్)

(హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండలో సోమవారం రోజున ఎన్ఎస్ఎస్ ఆధ్వర్యంలో సైబర్ సెక్యూరిటీపై అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సమావేశానికి అధ్యక్షత వహించిన కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ లెఫ్టినెంట్ ప్రొఫెసర్ బి చంద్రమౌళి మాట్లాడుతూ, విద్యార్థులు సైబర్ మోసాల పట్ల అప్రమత్తంగా ఉండాలని అన్నారు. మొదట మీరందరు అకౌంట్స్ కు ప్రత్యేక మైన పాస్వర్డ్స్ ఉపయోగించాలి,సాఫ్ట్వేర్ అప్డేటెడ్గా ఉండాలి, అంతేంటిఫికేషన్ రెండు దశలాల్లో ఉండాలి, ప్రతి మెయిల్ మెసేజ్ కి రెస్పాండ్ కావొద్దు,ఇంపార్టెంట్, సెన్సిటివ్ మ్యాటర్స్ కోడ్ భాషలో జాగ్రత్తగా ఉంచుకోవాలి.సుబేదారి పోలీస్ స్టేషన్కు చెందిన సబ్ ఇన్స్పెక్టర్లు ఎస్. వెంకన్న, డి.వి. ఫణి, కే. సోని సైబర్ సెక్యూరిటీ పై మాట్లాడి విద్యార్థులకు అవగాహన కలిగించారు. సైబర్ క్రైమ్ విభాగానికి చెందిన ఉమెన్ కానిస్టేబుల్ జి ప్రశాంతి మాట్లాడుతూ సైబర్ దొంగతనములు , దోపిడీలు , వేధింపులు, నకిలీ ప్రొఫైల్స్, మార్ఫింగ్ చిత్రాలు మొదలైన సోషల్ మీడియా నేరాల బారిన పడకుండా విద్యార్థులు జాగ్రత్తగా ఉండి, సమయస్ఫూర్తితో వ్యవహరించాలని

అన్నారు. సైబర్ క్రైమ్ జరిగిన వెంటనే కాంటాక్ట్ చేయవలసిన నెంబర్ 1930 తెలుపుతూ, ఏదైనా సైబర్ ప్రాబ్లెమ్ జరిగి నప్పుడు స్టూడెంట్స్ భయబడకుండా సంబందించిన నంబర్ కు కాల్ చేసి, గోల్డెన్ హావర్ లో చేయవలసిన పనులను వివరించినరు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రాం అధికారులు ఈ. కవిత, రామా రత్నమాల, డాక్టర్ వి. మమత, అధ్యాపకులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

మహిళ విద్యతోనే నిజమైన సాధికారత సాధ్యమవుతుంది

(కేయూ జై భీమ్ న్యూస్)

మహిళ విద్యతోనే సాధికారత కాకతీయ యూనివర్సిటీ వైస్ ఛాన్సలర్ "మహిళ విద్యతోనే నిజమైన సాధికారత సాధ్యమవుతుంది" అని కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయ వైస్ ఛాన్సలర్ ఆచార్య కే. ప్రతాప్ రెడ్డి అన్నారు. విశ్వవిద్యాలయ గోల్డెన్ జూబిలీ సంబరాల సందర్భంగా అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని సోమవారం ఉదయం విశ్వవిద్యాలయ సెనేట్ హాల్‌లో సెంటర్ ఫర్ ఉమెన్స్ స్టడీస్ అండ్ ఎంపవర్‌మెంట్ ఆధ్వర్యంలో రెండు రోజుల జాతీయ సదస్సు "సాహిత్య, లీడరషిప్ అండ్ ఇన్నోవేషన్: ఉమెన్స్ షాపింగ్ విక్సిట్ భారత్ -- 2047" ప్రారంభ సమావేశం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన వైస్ ఛాన్సలర్ విద్యార్థులు, ఉద్యోగులను ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు. మహిళా సాధికారతలో పురుషులది బాధ్యతాయుతమైన పాత్ర అని ఆయన పేర్కొన్నారు. కుటుంబ స్థాయి నుంచే మహిళా--పురుష సమానత్వం ప్రారంభం కావాలని, సమాజంలో మార్పులు వచ్చినప్పుడే సమస్యలు తగ్గుతాయని తెలిపారు. మహిళలు ఎంతో శక్తివంతులని, వారికి సమాన హక్కులు కల్పించడం అవసరమని అన్నారు. పాఠశాల మరియు ఉన్నత విద్యలో మహిళల భాగస్వామ్యం పెరుగుతోందని, కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయంలో సుమారు 80 శాతం విద్యార్థినులే ఉన్నారని తెలిపారు. వారికి అవసరమైన వసతులు కల్పించేందుకు విశ్వవిద్యాలయం కృషి చేస్తోందని చెప్పారు. రానున్న పదేళ్లలో దేశంలో విస్తృత మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయని, వికసిత్ భారత్ సాధనలో మహిళల పాత్ర కీలకమని ఆయన అన్నారు. వికసిత్ భారత్ లక్ష్యానికి యువత, పేదలు, రైతులు, మహిళలు అనే నాలుగు ప్రధాన స్తంభాలు ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. జీవితంలోని అన్ని రంగాల్లో ఆర్థిక కార్యకలాపాలకు కుటుంబం మూల స్తంభమని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధాన వక్తగా పాల్గొన్న హైదరాబాద్ యూనివర్సిటీ సోషల్ సైన్సెస్ డీన్ ఆచార్య కే. సునీత రాణి మాట్లాడుతూ మహిళా హక్కులను మానవ హక్కులుగా చూడాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. సమాజంలో వివక్ష, అసమానతలు ఇంకా కొనసాగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. మహిళలకు అవసరమైంది సంఘీభావమని, మహిళల హక్కుల సాధనలో "మీటూ ఉద్యమం ఒక మైలురాయి" అని తెలిపారు. డిజిటల్ లేదా వర్చువల్ ప్రపంచంలో మహిళలపై చేసే వ్యాఖ్యలు, తీర్పులు కూడా బాధాకరమని అన్నారు. గృహహింస, లైంగిక వేధింపులు పెరుగుతున్నప్పటికీ సమాజం చూసీ చూడనట్లుగా వ్యవహరించడం ఆందోళనకరమని పేర్కొన్నారు. ఆధునిక ప్రపంచంలో పరోక్ష హింస పెరిగిందని, వయస్సు, హోదా, వర్గం అనే తేడా లేకుండా మహిళలను చిన్నచూపు చూస్తూ వేధిస్తున్నారని తెలిపారు. దీనివల్ల మహిళల్లో గుర్తింపు సంక్షోభం పెరుగుతోందని పేర్కొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వివిధ పరిశోధనా పత్రాల సంపుటిని ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య వి. రామచంద్రం, పాలక మండలి సభ్యులు ఆచార్య బి. సురేష్ లాల్, డా. బి. రమ, డా. బి. సుకుమారి, క్యాంపస్ కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య టి. మనోహర్, ఆచార్య సి.జే. శ్రీలత, ఆచార్య పి. వరలక్ష్మి, ఆచార్య ఆర్. మల్లికార్జున రెడ్డి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నామినేటెడ్ పోస్టులపై పెరుగుతున్న ఆశలు

వరంగల్ జిల్లాలో కాంగ్రెస్ నేతల పరుగులు

వరంగల్ / జై భీమ్ న్యూస్ :

రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి రెండున్నర ఏళ్ళు పూర్తవుతుండటంతో వరంగల్ జిల్లాలో నామినేటెడ్ పోస్టులపై పార్టీ నాయకుల ఆశలు రోజురోజుకు పెరుగుతున్నాయి. ఎన్నికల సమయంలో పార్టీ విజయానికి కృషి చేసిన తమకు గుర్తింపు దక్కాలని కోరుతూ సీనియర్ నాయకులు, యువ నేతలు తమ తమ రాజకీయ గురువులు, ఉన్నత స్థాయి నాయకుల వద్ద విన్నవించుకుంటున్నారు. జిల్లాలోని వివిధ కార్పొరేషన్లు, బోర్డులు, కమిటీలు, మార్కెట్ కమిటీలు, ట్రస్ట్ బోర్డులు వంటి అనేక సంస్థల్లో నామినేటెడ్ పోస్టులు ఖాళీగా ఉండటంతో వాటిపై ఆశలు పెట్టుకున్న నాయకులు తీవ్రంగా ప్రయత్నాలు ప్రారంభించారు. పార్టీ కోసం ఎన్నో సంవత్సరాలు పనిచేసిన తమకు ఇప్పుడు అవకాశాలు ఇవ్వాలని వారు కోరుతున్నారు.

పార్టీకి సేవల గుర్తింపు కావాలని డిమాండ్

కాంగ్రెస్ పార్టీ అధికారంలో లేని సమయంలో కూడా పార్టీ జెండా పట్టుకుని పనిచేసిన కార్యకర్తలను గుర్తించాలని పలువురు నాయకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. ముఖ్యంగా గత ఎన్నికల్లో పార్టీ విజయం కోసం కష్టపడ్డ వారిని పరిగణలోకి తీసుకుని నామినేటెడ్ పోస్టులు కేటాయించాలని కోరుతున్నారు.

కీలక నాయకుల వద్ద లాబీయింగ్

నామినేటెడ్ పోస్టుల కోసం జిల్లాలోని అనేక మంది నాయకులు తమ రాజకీయ గురువుల వద్దకు వెళ్లి మద్దతు కోరుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. రాష్ట్ర స్థాయి నాయకులతో కూడా సంప్రదింపులు జరుపుతూ తమ పేర్లు పరిశీలనలోకి తీసుకోవాలని కోరుతున్నారు. కొందరు నాయకులు పార్టీకి చేసిన సేవలు, తమ అనుభవం, సామాజిక వర్గ ప్రాతినిధ్యం వంటి అంశాలను ప్రస్తావిస్తూ అవకాశాలు కల్పించాలని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నారు.

పెరుగుతున్న పోటీ

వరంగల్ జిల్లాలో కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన అనేక మంది నాయకులు నామినేటెడ్ పోస్టుల కోసం పోటీ పడుతున్నట్లు రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చ జరుగుతోంది. ముఖ్యంగా కార్పొరేషన్లు, మార్కెట్ కమిటీలు, వివిధ బోర్డులలో పోస్టుల కోసం జిల్లాలో పెద్ద సంఖ్యలో నాయకులు ఆసక్తి చూపుతున్నారు.

రాజకీయ సమతౌల్యం కీలకం

నామినేటెడ్ పోస్టుల కేటాయింపులో సామాజిక సమతౌల్యం, ప్రాంతీయ ప్రాతినిధ్యం, పార్టీకి చేసిన సేవలు వంటి అంశాలను ప్రభుత్వం పరిగణలోకి తీసుకునే అవకాశం ఉందని రాజకీయ విశ్లేషకులు భావిస్తున్నారు. జిల్లాలోని అన్ని వర్గాలకు సమాన అవకాశాలు కల్పించేలా నిర్ణయాలు తీసుకునే అవకాశముందని వారు చెబుతున్నారు.

త్వరలోనే నిర్ణయం?

నామినేటెడ్ పోస్టుల కేటాయింపుపై ప్రభుత్వం త్వరలోనే నిర్ణయం తీసుకునే అవకాశముందని పార్టీ వర్గాలు సూచిస్తున్నాయి. అయితే ఆశలు పెట్టుకున్న నాయకుల సంఖ్య ఎక్కువగా ఉండటంతో తుది నిర్ణయం తీసుకోవడం పార్టీ అధిష్ఠానానికి సవాల్‌గా మారే అవకాశముందని రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చ జరుగుతోంది. మొత్తానికి నామినేటెడ్ పోస్టుల అంశం వరంగల్ జిల్లాలో కాంగ్రెస్ పార్టీలో కీలక రాజకీయ చర్చగా మారింది. ఎవరికీ అవకాశం దక్కుతుందో అన్న ఆసక్తి పార్టీ శ్రేణుల్లో నెలకొంది. త్వరలోనే ప్రభుత్వం ఈ విషయంపై స్పష్టత ఇవ్వనున్నదనే అంచనాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి.

5,257.20 కోట్ల నిధులను వరంగల్‌కు కేటాయించడం హర్షించదగ్గ విషయం

(వరంగల్ జై భీమ్ న్యూస్)

గ్రేటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలో భూగర్భ డ్రైనేజీ (యూజీడీ) పనుల కోసం 5,257.20 కోట్ల నిధులను వరంగల్ కు కేటాయించడం హర్షించదగ్గ విషయమని మాజీ యూత్ కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మరియు జాతీయ కార్యదర్శి గొట్టిముక్కల సాగరిక రమాకాంత్ రెడ్డి అన్నారు. ఈ సందర్భంగా హన్మకొండ చౌరస్తాలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి, ఎంపీ కడియం కావ్య చిత్రపటాలకు పూలు పాలతో అభిషేకాలు చేసి స్వీట్లు పంపిణీ చేసి సంబరాలు జరుపుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ.. సరిగ్గా ఇదే ప్రాంతం నుండి ఎన్నికల ముందు రేవంత్ రెడ్డి వరంగల్ నగర ప్రజలకు ఇచ్చిన మాట ప్రకారం అండర్ గ్రౌండ్ డ్రైనేజ్ నిర్మాణం కొరకు నిధులు విడుదల చేయడం శుభ పరిణామం అన్నారు. వరంగల్ త్రి నగరాలు అభివృద్ధి చెందాలంటే కేవలం కాంగ్రెస్ పార్టీతోనే సాధ్యమవుతుందని.. వరంగల్ నగర అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం,సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కట్టుబడి ఉన్నారని... ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి చోరువతోనే అండర్ గ్రౌండ్ నిర్మాణం కొరకు నిధులు విడుదలయ్యాయని అన్నారు.. బిఆర్ఎస్ మాయమాటలను నమ్మేస్థితిలో వరంగల్ నగర ప్రజలు లేరు అని మరో 10 ఏళ్లు పాటు తెలంగాణ రాష్ట్రానికి రేవంత్ రెడ్డి సీఎంగా ఉంటారని తెలిపారు..ఈ కార్యక్రమంలో యూత్ కాంగ్రెస్ రాష్ట్ర జనరల్ సెక్రెటరీ గోవిందు శ్వేత కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు స్థానికులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు.

గంగదేవిపల్లి మాజీ సర్పంచ్ కూసం రాజమౌళి మృతి

సంతాపం తెలిపిన ఎంపీ కడియం కావ్య

వరంగల్ / జై భీమ్ న్యూస్ :

వరంగల్ జిల్లా గంగదేవిపల్లి గ్రామ మాజీ సర్పంచ్ కూసం రాజమౌళి మరణం పట్ల వరంగల్ పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ కడియం కావ్య తీవ్ర సంతాపం వ్యక్తం చేశారు. గ్రామ స్వరాజ్యానికి నిజమైన అర్థం తీసుకొచ్చి, గంగదేవిపల్లి గ్రామాన్ని దేశానికే ఆదర్శంగా నిలిచే విధంగా అభివృద్ధి చేయడంలో రాజమౌళి కీలక పాత్ర పోషించారని ఎంపీ పేర్కొన్నారు. గ్రామాభివృద్ధిలో ప్రజల భాగస్వామ్యాన్ని పెంపొందిస్తూ, విద్య, పారిశుద్ధ్యం, మౌలిక సదుపాయాలు వంటి అన్ని రంగాలలో అభివృద్ధి సాధించి గ్రామీణ ఆర్థిక వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడంలో ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయమని కొనియాడారు. తెలంగాణతో పాటు దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, మేధావులు గంగదేవిపల్లిని సందర్శించి గ్రామాభివృద్ధి నమూనాను అధ్యయనం చేసే స్థాయికి తీసుకెళ్లిన ఘనత కూసం రాజమౌళిదేనని ఎంపీ తెలిపారు. రాజమౌళి గారి పవిత్ర ఆత్మకు శాంతి చేకూరాలని ప్రార్థిస్తూ, వారి మరణంతో శోకసంద్రంలో మునిగిన కుటుంబ సభ్యులకు ఎంపీ డా. కడియం కావ్య తన ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు.

రాజ్యసభ సభ్యులుగా వేం నరేందర్ రెడ్డి, అభిషేక్ సింఘ్వీ ఏకగ్రీవం

రాజ్యసభ సభ్యులుగా తెలంగాణ నుంచి ఎన్నికైన వేం నరేందర్ రెడ్డి, అభిషేక్ సింఘ్వీ

ఇద్దరికీ ధృవపత్రాలు అందించిన రిటర్నింగ్ అధికారి

సమస్యలను పరిష్కరించి కేంద్రంపై ఒత్తిడి తీసుకువస్తామన్న వేం నరేందర్ రెడ్డి

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ సమస్యలను రాజ్యసభలో, ఢిల్లీలో వినిపిస్తానని రాజ్యసభకు ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికైన వేం నరేందర్ రెడ్డి అన్నారు. తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ తరపున రాజ్యసభ సభ్యులుగా అభిషేక్ మను సింఘ్వీ, వేం నరేందర్ రెడ్డి ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. ఇద్దరికీ రిటర్నింగ్ అధికారి ధృవపత్రాలను అందించారు. ఈ సందర్భంగా వేం నరేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, రాజ్యసభ సభ్యుడిగా అవకాశం కల్పించిన ఏఐసీసీ పెద్దలు మల్లికార్జున ఖర్గే, రాహుల్ గాంధీ, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, రాష్ట్ర మంత్రులకు ఆయన కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. తెలంగాణ సమస్యలను రాజ్యసభలో, ఢిల్లీలో వినిపించి వాటిని పరిష్కరించే విధంగా కేంద్రంపై ఒత్తిడి తీసుకువస్తానని అన్నారు.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem

అది నిశ్చితార్థం కాదు: మీడియాలో వార్తలపై స్పందించిన బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్

కావ్యతో తన బంధాన్ని అధికారికంగా ప్రకటించిన బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్
తన జీవితంలోకి కావ్య రావడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందంటూ పోస్ట్
ఆమె ముఖంలో చిరునవ్వు ఎప్పటికీ చెదరకుండా చూసుకుంటానని హామీ
ఇటీవల జరిగింది ఎంగేజ్‌మెంట్ కాదని కేవలం ఇరు కుటుంబాల కలయిక అని స్పష్టీకరణ
త్వరలోనే పెళ్లి వేడుకలకు సంబంధించిన తేదీలను వెల్లడిస్తామన్న యంగ్ హీరో;

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

టాలీవుడ్ యంగ్ హీరో బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ తన వ్యక్తిగత జీవితానికి సంబంధించి ఒక ఆసక్తికరమైన అప్‌డేట్ ఇచ్చారు. కావ్యారెడ్డి అనే అమ్మాయితో తన నిశ్చితార్థం జరిగిందంటూ వార్తలు వచ్చిన నేపథ్యంలో, బెల్లంకొండ శ్రీనివాస్ సోషల్ మీడియా వేదికగా క్లారిటీ ఇచ్చారు. ఈ క్రమంలో ఆయన కాస్తంత రొమాంటిక్‌గా స్పందించారు. "నా కావ్యమ్మకు... జీవితానికి దానికంటూ ఒక అందమైన సమయం ఉంటుంది... ఆ సమయమే నిన్ను నా ప్రపంచంలోకి తీసుకొచ్చింది. సరైన సమయంలో నా జీవితంలోకి వచ్చి, నాపై నమ్మకం ఉంచినందుకు థాంక్స్. నా రోజులను పాజిటివిటీతో, లెక్కలేనన్ని చిరునవ్వులతో నింపేశావు. నీ ముఖంలో ఆ చిరునవ్వు ఎప్పటికీ చెదరకుండా చూసుకుంటాను. మనమిద్దరం శాశ్వతంగా కలిసి ఉండే ఆ క్షణాల కోసం ఎంతో ఆసక్తిగా ఎదురుచూస్తున్నాను" అంటూ శ్రీనివాస్ తన ప్రేమను వ్యక్తపరిచారు. అలాగే, ఇటీవల జరిగింది ఎంగేజ్‌మెంట్ కాదని ఆయన స్పష్టం చేశారు. "అందరూ అడుగుతున్నట్లుగా ఇది ఎంగేజ్‌మెంట్ కాదు, కేవలం కుటుంబ సభ్యుల మధ్య జరిగిన ఒక చిన్న ప్రకటన మాత్రమే. అసలు వేడుకలు ఇంకా మొదలవ్వలేదు. త్వరలోనే తేదీలను ప్రకటిస్తాం. మీ ప్రేమ, మద్దతు నాకు ఎంతో ముఖ్యం" అని శ్రీనివాస్ పేర్కొన్నారు. శ్రీనివాస్ చేసిన ఈ పోస్ట్ ప్రస్తుతం నెట్టింట వైరల్‌గా మారింది. తమ అభిమాన హీరో జీవితంలో కొత్త అడుగు వేస్తుండటంతో అభిమానులు, నెటిజన్లు ఈ జంటకు సోషల్ మీడియా వేదికగా శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నారు. త్వరలోనే వేడుకల తేదీలు వెలువడే అవకాశం ఉంది.

వెలుగుమట్ల బాధితులకు న్యాయం చేయాలని రోడ్డుపై బైఠాయించిన కవిత

బాధితులకు న్యాయం జరిగే వరకు అండగా ఉంటామన్న కవిత
ప్రభుత్వం బాధితులకు అండగా లేదని విమర్శ
బాధితులతో కలిసి జెడ్పీ కూడలిలో ఆందోళన
పోలీసులు సర్దిచెప్పడంతో నిరసన విరమించిన కవిత

ఖమ్మం, జై భీమ్ న్యూస్

ఖమ్మం జిల్లా వెలుగుమట్ల బాధితులకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత ఖమ్మం నగరం జెడ్పీ కూడలిలో ఆందోళనకు చేపట్టారు. ఖమ్మంలోని అంబేద్కర్ భవనంలో వెలుగుమట్ల బాధితులను ఆమె పరామర్శించారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ, బాధితులకు న్యాయం జరిగే వరకు తాము అండగా ఉంటామని అన్నారు. ప్రభుత్వం ఇప్పటి వరకు బాధితులకు మద్దతుగా లేదని మండిపడ్డారు. ప్రభుత్వం తరఫున వారికి వైద్య సహాయం కూడా అందడం లేదని విమర్శించారు. అనంతరం కార్యకర్తలు, బాధితులతో కలిసి జెడ్పీ కూడలిలో ఆందోళనకు దిగారు. వెలుగుమట్ల బాధితులకు న్యాయం చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. జెడ్పీ కూడలిలో రోడ్డుపై బైఠాయించారు. దీనితో రోడ్డుపై ఇరువైపులా వాహనాలు నిలిచిపోయాయి. పోలీసులు జోక్యం చేసుకుని, సర్ది చెప్పడంతో కవిత నిరసన విరమించారు.

గచ్చిబౌలి స్టేడియంను అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో పునర్నిర్మించాలి: రేవంత్ రెడ్డి

మెగా ఈవెంట్లలో పతకాలు సాధించడమే లక్ష్యమన్న సీఎం
యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ యూనివర్శిటీని సిద్ధం చేయాలని ఆదేశం
ఒలింపిక్స్, కామన్వెల్త్ క్రీడలకు ఆతిథ్యం ఇచ్చేలా ఉండాలన్న రేవంత్

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణను అంతర్జాతీయ క్రీడా కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దే లక్ష్యం దిశగా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి కీలక అడుగులు వేశారు. ఒలింపిక్స్ వంటి మెగా ఈవెంట్లలో రాష్ట్ర క్రీడాకారులు పతకాలు సాధించడమే ధ్యేయంగా 'యంగ్ ఇండియా స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ'ని సిద్ధం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. జూబ్లీహిల్స్‌లోని తన నివాసంలో క్రీడాశాఖపై నిర్వహించిన ఉన్నత స్థాయి సమీక్షలో సీఎం భవిష్యత్తు ప్రణాళికలను ఖరారు చేశారు. ప్రధానంగా గచ్చిబౌలి స్టేడియంను అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలతో పునర్నిర్మించాలని సీఎం సూచించారు. అక్కడ ఇండోర్, అవుట్‌డోర్ స్టేడియాలతో పాటు యూనివర్సిటీ కాంప్లెక్స్, అత్యాధునిక హాస్టల్ భవనాలు, వివిధ క్రీడల శిక్షణా కేంద్రాలను అభివృద్ధి చేయాలని అధికారులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. దీనికి సంబంధించి పలు ఆర్కిటెక్చర్ నమూనాలను పరిశీలించిన ఆయన, భవిష్యత్తులో ఒలింపిక్స్, కామన్వెల్త్ క్రీడలకు తెలంగాణ ఆతిథ్యం ఇచ్చేలా మౌలిక సదుపాయాలు ఉండాలని స్పష్టం చేశారు. కేవలం గచ్చిబౌలి మాత్రమే కాకుండా, హైదరాబాద్‌లోని ఎల్బీ స్టేడియం, కోట్ల విజయభాస్కర్ రెడ్డి స్టేడియం, సరూర్ నగర్ ఇండోర్ స్టేడియాలను కూడా ఆధునికీకరించాలని నిర్ణయించారు. ఈ సమీక్షా సమావేశంలో మంత్రులు పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, వాకిటి శ్రీహరి సహా పలువురు ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. తెలంగాణ క్రీడాకారుల ప్రతిభను అంతర్జాతీయ స్థాయికి తీసుకెళ్లడమే ఈ స్పోర్ట్స్ యూనివర్సిటీ ప్రధాన ఉద్దేశమని ప్రభుత్వం వెల్లడించింది.

రాహుల్ బంధు కింద రేవంత్ రెడ్డి రూ.1000 కోట్లు పంపిస్తున్నారు: కేటీఆర్ ఎద్దేవా

కేసీఆర్ హయాంలో డిసెంబర్ నెలలో రైతుబంధు పడేదన్న కేటీఆర్
ఇప్పుడు కోతల సమయం వచ్చినా రైతుబంధు పడలేదన్న కేటీఆర్
రుణమాఫీ చేశానని అనుకుంటున్నానని రేవంత్ రెడ్డి చెప్పడం విడ్డూరమని వ్యాఖ్య

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

'రాహుల్ బంధు' పథకం కింద ప్రతి సంవత్సరం రూ.1000 కోట్లు ఇచ్చి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తన పదవిని కాపాడుకుంటున్నారని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ ఆరోపించారు. సిరిసిల్లలో జరిగిన ఒక కార్యక్రమంలో ఆయన మాట్లాడుతూ, కేసీఆర్ హయాంలో డిసెంబర్ నెలలో రైతుబంధు పడేదని, కానీ ఇప్పుడు కోతల సమయం వచ్చినా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వేయలేదని విమర్శించారు. రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వ పాలనలో రైతుబంధును నిలిపివేసి 'రాహుల్ బంధు' పేరుతో కొత్త పథకం తెచ్చారని ఎద్దేవా చేశారు. తన పదవిని కాపాడుకోవడం కోసం రేవంత్ రాహుల్ బంధు పథకం కింద గాంధీ కుటుంబానికి వెయ్యి కోట్ల రూపాయలు ఇస్తున్నాడని ఆరోపించారు. అందుకే కేసీఆర్ ముందే చెప్పారని, ఆలోచించి జాగ్రత్తగా ఓటు వేయాలని సూచించారని తెలిపారు. రేవంత్ రెడ్డి మూడుసార్లు రైతుబంధును ఎగ్గొట్టారని విమర్శించారు. "నేను రుణమాఫీ చేశానని అనుకుంటున్నా, రైతుబంధు వేశానని అనుకుంటున్నా" అని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఇటీవల అన్నారని, అసలు ఆయన ముఖ్యమంత్రేనా అని నిలదీశారు. మరి ముఖ్యమంత్రిగా మీరెందుకు ఉన్నారని ప్రశ్నించారు. రైతుబంధు వేస్తే, రుణమాఫీ ఇస్తే మీకు తెలియకుండా ఉండటమేమిటని అన్నారు. హైదరాబాద్‌లో దోమలు బాగా పెరిగిపోయాయని, కానీ నగరంలో చెత్తను మాత్రం తీయడం లేదని విమర్శించారు.

విద్యార్థినులకు ఎలక్ట్రిక్ స్కూటర్లు ఇస్తామన్న రేవంత్ వ్యాఖ్యలపై బండి సంజయ్ విమర్శలు

ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయన్న సంజయ్
పెన్షన్లు ఇవ్వడానికి నిధులు లేవని సాకులు చెబుతున్నారని మండిపాటు
మూసీ ప్రాజెక్టు కోసం వేల కోట్లు ఎక్కడి నుంచి వస్తున్నాయని ప్రశ్న

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

కాలేజీ విద్యార్థినులకు ఎలక్ట్రిక్ స్కూటర్లు పంపిణీ చేస్తామని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేసిన ప్రకటన రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో కొత్త చర్చకు దారితీసింది. అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా ప్రజా భవన్‌లో జరిగిన కార్యక్రమంలో సీఎం ఈ కీలక ప్రకటన చేయగా, దీనిపై కేంద్ర సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ 'ఎక్స్' వేదికగా తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. ప్రభుత్వ ప్రాధాన్యతలు ఎటు వెళుతున్నాయో అర్థం కావడం లేదని ఆయన మండిపడ్డారు. బండి సంజయ్ తన విమర్శల్లో ప్రధానంగా కాలేజీ విద్యార్థుల ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలను ప్రస్తావించారు. ఓవైపు వేల కోట్ల ఫీజులు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయని, దీని కారణంగా విద్యార్థులు ఇబ్బందులు పడుతుంటే... మరోవైపు, అవేమీ పట్టించుకోకుండా ఉచిత ఈవీ స్కూటర్లు ఇస్తామని వాగ్దానాలు చేయడం ప్రజలను వంచించడమేనని ధ్వజమెత్తారు. దళితులు, గిరిజనులకు పంపిణీ చేయడానికి భూములు లేవని చెబుతున్న ప్రభుత్వం, జర్నలిస్టులు, మూసీ బాధితులకు ఫ్యూచర్ సిటీలో స్థలాలు ఎలా ఇస్తుందని ఆయన ప్రశ్నించారు. పెన్షన్లు ఇవ్వడానికి నిధులు లేవని సాకులు చెబుతున్నారని... మరి, మూసీ ప్రాజెక్టు కోసం వేల కోట్లు ఎక్కడి నుంచి వస్తున్నాయని నిలదీశారు. రాష్ట్రంలో పాలన గాడి తప్పిందని బండి సంజయ్ అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వచ్చిన తర్వాత ప్రజలకు దోమల బెడద పెరిగిందని... ప్రజలు తమ పని తాము చేసుకుంటున్నా, కాంగ్రెస్ నేతలు దోమల్లా వచ్చి ఇబ్బంది పెడుతున్నారని ఘాటు వ్యాఖ్యలు చేశారు.

ఆడబిడ్డల కన్నీళ్లు మీకు మంచిది కాదు: ప్రభుత్వానికి కవిత వార్నింగ్

ఖమ్మం వెలుగుమట్ల నిర్వాసితులను పరామర్శించిన కవిత
టూరిస్ట్‌గా రాలేదు, సమస్య పరిష్కారమయ్యేవరకూ పోరాడతానని వెల్లడి
కూల్చిన చోటే ఇళ్లు కట్టివ్వాలని ప్రభుత్వానికి డిమాండ్
పేదల పక్షాన నిలబడి ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెస్తానని స్పష్టీకరణ

ఖమ్మం, జై భీమ్ న్యూస్

ఖమ్మం జిల్లా వెలుగుమట్లలో ఇళ్ల కూల్చివేతల బాధితులను తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు, ఎమ్మెల్సీ కల్వకుంట్ల కవిత ఇవాళ పరామర్శించారు. ఇళ్లు కోల్పోయి కన్నీరు పెట్టుకుంటున్న మహిళలను చూసి ఆమె చలించిపోయారు. ఈ సందర్భంగా కవిత మాట్లాడుతూ.. ఆడబిడ్డల దుఃఖం, వారి కన్నీళ్లు ప్రభుత్వానికి మంచిది కాదని హెచ్చరించారు. "నేను టూరిస్ట్‌ను కాదు. మీ సమస్యకు పరిష్కారం చూపేవరకూ ఇక్కడే ఉండి పోరాడతా" అని కవిత బాధితులకు భరోసా ఇచ్చారు. జిల్లా కలెక్టర్, మంత్రులు తక్షణమే వెలుగుమట్లకు వచ్చి బాధితులతో మాట్లాడి, వారి సమస్యలకు పరిష్కారం చూపాలని డిమాండ్ చేశారు. పేదల ఇళ్లపై బుల్డోజర్లు పంపడం అన్యాయమని మండిపడ్డారు. కొన్ని రాజకీయ పార్టీలు ఈ దుఃఖాన్ని కూడా రాజకీయం కోసం వాడుకుంటున్నాయని ఆమె ఆరోపించారు. గతంలో బీఆర్ఎస్ వాళ్లు కూడా ఇళ్లు కూల్చడానికి ప్రయత్నాలు చేశారని కవిత అన్నారు. ఎక్కడైతే ఇళ్లు కూల్చివేశారో అక్కడే తిరిగి స్థలాలు ఇచ్చి, ప్రభుత్వమే ఇళ్లు నిర్మించి ఇవ్వాలని ఆమె డిమాండ్ చేశారు. బాధితులకు న్యాయం జరిగే వరకు, సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం దొరికేంత వరకు ప్రభుత్వంపై ఒత్తిడి తెస్తానని కవిత స్పష్టం చేశారు.

మహిళా దినోత్సవం వేళ తల్లికి అల్లు అర్జున్ ఖరీదైన కానుక

మాతృమూర్తి అల్లు నిర్మలకు బ్రాండ్ న్యూ లెక్సస్ కారు బహుమతి
అమ్మపై తనకున్న ప్రేమను చాటుకున్న ఐకాన్ స్టార్
ఖరీదైన బహుమతితో తల్లి ముఖంలో సంతోషం నింపిన బన్నీ

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

అంతర్జాతీయ మహిళా దినోత్సవం సందర్భంగా టాలీవుడ్ ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ తన మాతృమూర్తి అల్లు నిర్మలకు ఎంతో విలువైన కానుకను అందించారు. ఈ ప్రత్యేకమైన రోజున ఆమెకు బ్రాండ్ న్యూ లెక్సస్ కారును బహుమతిగా ఇచ్చి సర్ ప్రైజ్ చేశారు. అమ్మపై తనకున్న ప్రేమను, కృతజ్ఞతా భావాన్ని బన్నీ ఈ విధంగా చాటుకున్నారు. మన జీవితంలో ఉన్నత స్థాయికి చేరుకోవడానికి నిరంతరం శ్రమించే తల్లులకు మహిళా దినోత్సవం రోజున ఏదైనా ప్రత్యేకంగా చేయాలని చాలామంది భావిస్తుంటారు. అందులో భాగంగానే అల్లు అర్జున్ తన తల్లి పట్ల ఉన్న అపారమైన గౌరవానికి ప్రతీకగా ఈ లెక్సస్ కారును బహూకరించారు. కొడుకు ఇచ్చిన ఈ ఊహించని బహుమతితో అల్లు నిర్మల ముఖంలో సంతోషం వెల్లివిరిసింది. మాతృమూర్తికి అల్లు అర్జున్ ఇచ్చిన ఈ ఖరీదైన బహుమతికి సంబంధించిన వార్త ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్‌గా మారింది. బన్నీ కొన్ని రోజుల కిందటే తన అర్ధాంగి స్నేహారెడ్డికి విలాసవంతమైన మెర్సిడెస్ బెంజ్ కారును బహూకరించడం తెలిసిందే. సినిమా షూటింగ్‌లతో ఎంత బిజీగా ఉన్నప్పటికీ, కుటుంబానికి సమయం కేటాయించడంలో బన్నీ ఎప్పుడూ ముందుంటారు. ముఖ్యంగా ప్రత్యేకమైన రోజుల్లో కుటుంబ సభ్యులతో కలిసి వేడుకలు జరుపుకోవడానికి ఆయన ప్రాధాన్యత ఇస్తుంటారు. తాజాగా అమ్మపై ఐకాన్ స్టార్ చూపించిన ఈ ప్రేమను చూసి నెటిజన్లు, అభిమానులు ఆయనపై ప్రశంసల వర్షం కురిపిస్తున్నారు. ఉమెన్స్ డే రోజున తల్లికి ఇంతకంటే మంచి బహుమతి ఏముంటుందని కామెంట్లు పెడుతున్నారు.

ఢిల్లీ లిక్కర్ స్కామ్... కవిత, కేజ్రీవాల్‌కు ఢిల్లీ హైకోర్టు నోటీసులు

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

దేశ రాజకీయాల్లో ప్రకంపనలు సృష్టించిన ఢిల్లీ లిక్కర్ స్కామ్ మళ్లీ కీలక మలుపు తిరిగింది. ఫిబ్రవరి 27న రౌస్ అవెన్యూ కోర్టు అరవింద్ కేజ్రీవాల్, మనీశ్ సిసోడియా, కల్వకుంట్ల కవిత సహా మొత్తం 23 మందిని ఈ కేసు నుండి విముక్తి చేస్తూ తీర్పును వెలువరించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో కోర్టు తీర్పును ఢిల్లీ హైకోర్టులో సీబీఐ సవాల్ చేసింది. ఈ క్రమంలో సీబీఐ పిటిషన్‌పై ఈరోజు హైకోర్టు విచరాణ జరిపింది. ఈ విచారణలో భాగంగా ధర్మాసనం కేజ్రీవాల్, కవిత, సిసోడియాతో పాటు మిగిలిన నిందితులందరికీ నోటీసులు జారీ చేసింది. సీబీఐ దాఖలు చేసిన ఈ రివిజన్ పిటిషన్‌పై వివరణ ఇవ్వాలని ఆదేశించింది. విచారణ సందర్భంగా సీబీఐ తరపున హాజరైన సొలిసిటర్ జనరల్ తుషార్ మెహతా వాదనలు వినిపిస్తూ... విచారణాధికారిపై కోర్టు చేసిన వ్యాఖ్యలు దర్యాప్తు సంస్థల మనోధైర్యాన్ని దెబ్బతీసేలా ఉన్నాయని పేర్కొన్నారు. దీనిపై స్పందించిన హైకోర్టు, దర్యాప్తు సంస్థ, విచారణాధికారిపై ట్రయల్ కోర్టు చేసిన ప్రతికూల వ్యాఖ్యలపై స్టే విధిస్తూ కీలక ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. అంతేకాకుండా, సీబీఐ కేసులో నిందితులు విడుదలయ్యారు కాబట్టి ఈడీ దాఖలు చేసిన మనీ లాండరింగ్ కేసు విచారణను కూడా నిలిపివేయాలని నిందితుల తరపు న్యాయవాదులు కోరగా.. హైకోర్టు భిన్నంగా స్పందించింది. సీబీఐ రివిజన్ పిటిషన్‌పై నిర్ణయం తీసుకునే వరకు మనీ లాండరింగ్ కేసు విచారణను వాయిదా వేయాలని ట్రయల్ కోర్టుకు సూచించింది. తదుపరి విచారణను వచ్చే సోమవారానికి వాయిదా వేసింది.

అవి ప్రభుత్వ హత్యలే: షర్మిల

రాజమండ్రి కల్తీ పాల ఘటనలో 11 మంది మృతి

ప్రభుత్వ నేరపూరిత నిర్లక్ష్యమే కారణమని షర్మిల తీవ్ర ఆరోపణ

11 ఏళ్లుగా లైసెన్స్ లేకుండానే వ్యాపారం జరిగిందని విమర్శ

మృతుల కుటుంబాలకు రూ. 25 లక్షల పరిహారం ఇవ్వాలని డిమాండ్

బాధితులను పరామర్శించని జగన్‌పై కూడా విమర్శలు

రాజమండ్రి, జై భీమ్ న్యూస్

రాజమండ్రిలో కల్తీ పాలు తాగి 11 మంది మరణించడంపై ఆంధ్రప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిల తీవ్రంగా స్పందించారు. ఈ మరణాలను ప్రభుత్వ హత్యలుగా అభివర్ణించిన ఆమె, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నేరపూరిత నిర్లక్ష్యం, ఆహార భద్రతా వైఫల్యమే ఈ ఘోరానికి కారణమని ఆరోపించారు. నేడు రాజమండ్రిలోని కిమ్స్ ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న బాధితులను పరామర్శించిన అనంతరం ఆమె మీడియాతో మాట్లాడారు. ఇది ప్రమాదం కాదని, అధికారుల ఉదాసీనత వల్లే జరిగిందని అన్నారు. వరలక్ష్మి అనే పాల వ్యాపారి దాదాపు 11 ఏళ్లుగా ఎలాంటి లైసెన్స్ లేకుండా వ్యాపారం చేస్తున్నా, ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారులు చర్యలు తీసుకోకపోవడం దారుణమని విమర్శించారు. అధికారులకు తెలియకుండా ఇన్నేళ్లుగా అక్రమ వ్యాపారం ఎలా సాధ్యమైందని ఆమె ప్రశ్నించారు. ఇథిలీన్ గ్లైకాల్ కలిపిన పాలు తాగడం వల్లే పలువురు తీవ్ర అస్వస్థతకు గురయ్యారని, కొందరు వెంటిలేటర్‌పై ప్రాణాలతో పోరాడుతున్నారని షర్మిల ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. రాష్ట్రంలో పాలు, నెయ్యి, మద్యం, తాగునీరు సహా అన్ని నిత్యావసరాలు కల్తీమయం అవుతున్నా, సంబంధిత అధికారులు పట్టించుకోవడం లేదని ఆరోపించారు. రాజమండ్రి వంటి నగరానికి ఒక్కరే ఫుడ్ సేఫ్టీ అధికారి ఉండటం, ఆయన కూడా స్థానికంగా అందుబాటులో లేకపోవడం సిబ్బంది కొరతకు నిదర్శనమన్నారు. ఈ ఘటనకు ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నైతిక, పరిపాలనా బాధ్యత వహించాలని షర్మిల డిమాండ్ చేశారు. ఫుడ్ సేఫ్టీ విభాగంలో వెంటనే భారీగా నియామకాలు చేపట్టి, కఠిన తనిఖీలు నిర్వహించాలన్నారు. మృతుల కుటుంబాలకు ప్రకటించిన రూ. 10 లక్షల పరిహారాన్ని రూ. 25 లక్షలకు పెంచాలని కోరారు. బాధితులను మాజీ ముఖ్యమంత్రి జగన్ ఇప్పటివరకు పరామర్శించకపోవడం సరికాదని అన్నారు. సామాన్య ప్రజల పట్ల ఆయన వైఖరి ఏంటో దీని ద్వారా తెలుస్తోందని విమర్శించారు. ప్రభుత్వం ఇప్పటికైనా మేల్కొని ఆహార భద్రతా నిబంధనలను కఠినంగా అమలు చేయకపోతే ఇలాంటి దుర్ఘటనలు పునరావృతం అవుతాయని హెచ్చరించారు.

బీఆర్ఎస్‌తో పొత్తు ప్రసక్తే లేదు..

తేల్చి చెప్పిన తెలంగాణ బీజేపీ చీఫ్

బీఆర్ఎస్‌తో ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోనూ పొత్తు ఉండదన్న రాంచందర్‌రావు

రాష్ట్రాన్ని కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలు ఎంఐఎంకు ధారాదత్తం చేస్తున్నాయని ఆరోపణ

మధ్యప్రాచ్య ఉద్రిక్తతలతో దేశంలో చమురు కొరత రాదని భరోసా

మోదీ ప్రభుత్వం 47 దేశాల నుంచి చమురు కొనుగోలు చేస్తోందని వెల్లడి

విజయవాడ, జై భీమ్ న్యూస్

భారత్ రాష్ట్ర సమితి (బీఆర్ఎస్)తో ఎలాంటి పరిస్థితుల్లోనూ పొత్తు పెట్టుకునే ప్రసక్తే లేదని తెలంగాణ బీజేపీ అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు తేల్చిచెప్పారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్‌ను గద్దె దించడానికి ఈ రెండు పార్టీలు కలుస్తాయంటూ వస్తున్న ఊహాగానాలకు ఆయన తెరదించారు. ఈ ప్రచారాన్ని ప్రజలు నమ్మవద్దని కోరారు. హైదరాబాద్ నాంపల్లిలోని బీజేపీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో ఆదివారం పలువురు బీఆర్ఎస్ నేతలకు ఆయన కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ సందర్భంగా రామచందర్ రావు మాట్లాడుతూ.. గతంలో బీఆర్ఎస్, ఇప్పుడు కాంగ్రెస్.. రెండు పార్టీలూ తెలంగాణను, హైదరాబాద్ నగరాన్ని ఎంఐఎంకు అప్పగిస్తున్నాయని తీవ్రంగా విమర్శించారు. ఈసారి ప్రజలు బీజేపీకి అవకాశం ఇచ్చేందుకు సిద్ధంగా ఉన్నారని అన్నారు. మధ్యప్రాచ్యంలో నెలకొన్న యుద్ధ వాతావరణాన్ని చూపి దేశంలో చమురు కొరత వస్తుందంటూ కాంగ్రెస్ పార్టీ భయాందోళనలు సృష్టిస్తోందని రామచందర్ రావు మండిపడ్డారు. దేశంలో చమురు కొరత వచ్చే అవకాశమే లేదని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు. 2014కు ముందు భారత్ కేవలం 16 దేశాల నుంచి ముడి చమురును దిగుమతి చేసుకునేదని, కానీ ప్రధాని మోదీ ముందుచూపుతో ప్రస్తుతం 47 దేశాల నుంచి కొనుగోలు చేస్తున్నారని వివరించారు. ఈ వ్యూహాత్మక ప్రణాళిక వల్లే దేశంలో ఇంధన భద్రత బలంగా ఉందని తెలిపారు. 2005లో నాటి యూపీఏ ప్రభుత్వం ఇరాన్‌కు వ్యతిరేకంగా ఓటు వేయడం వల్లే ఆ దేశం మనకు చమురు సరఫరా నిలిపివేసిందని ఆయన గుర్తుచేశారు.

రూ.66 లక్షల ఇన్సూరెన్స్ డబ్బుల కోసం భర్తను చంపిన భార్య

ఖమ్మం ఆటో డ్రైవర్ రవి హత్య కేసును ఛేదించిన పోలీసులు

భార్య ప్రశాంతే సూత్రధారి అని విచారణలో వెల్లడి

రోడ్డు ప్రమాదంగా చిత్రీకరించేందుకు విఫలయత్నం

ప్రశాంతితో పాటు మరో నలుగురిని అరెస్ట్ చేసిన పోలీసులు

ఖమ్మం, జై భీమ్ న్యూస్

ఖమ్మంలో సంచలనం సృష్టించిన ఆటో డ్రైవర్ చాగంటి రవి (52) హత్య కేసు మిస్టరీని పోలీసులు ఛేదించారు. భర్త అనారోగ్యంతో చనిపోతాడని భావించిన భార్య అతడి పేరుపై రూ.66 లక్షలకు బీమా చేయించింది. ఆ తర్వాత ఆ డబ్బుల కోసం భర్తను దారుణంగా చంపించింది. ఈ కేసులో ఆమెతో పాటు మరో నలుగురిని పోలీసులు అరెస్ట్ చేశారు. పోలీసుల కథనం ప్రకారం.. ఖమ్మం నగరానికి చెందిన రవి మద్యానికి బానిసై కొంతకాలంగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నాడు. దీంతో అతడి భార్య ప్రశాంతి.. భర్త ఎలాగూ చనిపోతాడనే ఆలోచనతో ఓ పథకం వేసింది. గత ఏడాది జులైలో తన బంధువు శ్రీనివాస్ సహాయంతో రవి పేరు మీద రూ.66 లక్షలకు ఇన్సూరెన్స్ పాలసీ చేయించింది. అయితే, నెలలు గడుస్తున్న కొద్దీ రవి ఆరోగ్యం మెరుగుపడటంతో ప్రశాంతిలో అసహనం పెరిగింది. బీమా డబ్బుల కోసం భర్తను అడ్డు తొలగించుకోవాలని నిర్ణయించుకుంది. ఈ క్రమంలో శ్రీనివాస్‌తో పాటు జోగి రాజ్‌కుమార్, జోగి వెంకటేష్, జోగి రాంబాబులతో ఒప్పందం కుదుర్చుకుంది. హత్య చేస్తే వచ్చే బీమా డబ్బులో సగం ఇస్తానని వారికి ఆశ చూపింది. పథకం ప్రకారం ఈ నెల 2వ తేదీన రవికి ఫుల్లుగా మద్యం తాగించి వీవీ పాలెం శివారు ప్రాంతానికి తీసుకెళ్లారు. అనంతరం కారుతో ఢీకొట్టి రోడ్డు ప్రమాదంగా చిత్రీకరించేందుకు ప్రయత్నించారు. అయితే, ఈ ఘటనపై అనుమానంతో లోతుగా దర్యాప్తు చేసిన పోలీసులు, సాంకేతిక ఆధారాల సాయంతో అసలు నిజాన్ని బయటపెట్టారు. ఈ హత్య కేసులో ప్రధాన సూత్రధారి అయిన ప్రశాంతితో పాటు మిగిలిన నలుగురు నిందితులను అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించారు.

అవంత్ రెడ్డిపై కాంగ్రెస్ నేత మోత్కుపల్లి నర్సింహులు సంచలన ఆరోపణలు

రెండున్నరేళ్లుగా సీఎంను కలవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నానన్న మోత్కుపల్లి నర్సింహులు

ఆయన అపాయింట్‌మెంట్ దొరకడం లేదన్న కాంగ్రెస్ నాయకుడు

200 సార్లు ఫోన్ చేసిన లిఫ్ట్ చేయడం లేదని ఆవేదన

హైదరాబాద్, జైభీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై మాజీ మంత్రి, కాంగ్రెస్ నాయకుడు మోత్కుపల్లి నర్సింహులు సంచలన ఆరోపణలు చేశారు. మా జాతి సమస్యలు చెప్పుకుందామని రెండున్నరేళ్లుగా ముఖ్యమంత్రిని కలవడానికి ప్రయత్నిస్తున్నానని, కానీ ఆయన దొరకడం లేదని అన్నారు. 200 సార్లు ఫోన్ చేసినా తన ఫోన్ లిఫ్ట్ చేయడం లేదని, అపాయింట్‌మెంట్ ఇవ్వడం లేదని ఆరోపించారు. ఒక యూట్యూబ్ ఛానల్‌కు ఇచ్చిన ఇంటర్వ్యూలో ఆయన మాట్లాడుతూ, ఎస్సీ వర్గీకరణ కోసం అమరులైన వారి కుటుంబాలకు ఆర్థిక సహాయం కోసం అడుగుదామని ప్రయత్నిస్తే కలవడానికి అవకాశం రావడం లేదని అన్నారు. ఐదు ఎకరాల భూమి ఇస్తే తాము మాదిగ భవనం నిర్మించుకుంటామని తెలిపారు. ఈ రెండున్నరేళ్ల కాలంలో తమ వర్గానికి అన్ని చోట్ల అన్యాయమే చేశారని ఆరోపించారు. నిన్న జరిగిన మాదిగల సన్మాన సభకు తనను పిలవలేదని ఆవేదన చెందారు. ముఖ్యమంత్రి తనను పిలవలేదు కాబట్టి నిర్వాహకులు కూడా పట్టించుకోలేదేమో అని వాపోయారు. తాను కూడా కాంగ్రెస్ పార్టీలోనే ఉన్నానని, ఎంతకాలమైనా ముఖ్యమంత్రి పదవిలో ఉండు... నిన్ను మా భుజాన మోస్తాం అని రేవంత్ రెడ్డితో చెప్పానని, కానీ ఆయన మాత్రం తనకు అపాయింట్‌మెంట్ కూడా ఇవ్వడం లేదని వాపోయారు. మాదిగ కులాన్ని రేవంత్ రెడ్డి పట్టించుకోడం లేదని ఆరోపించారు. పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో, రాజ్యసభ, ఎమ్మెల్యే, ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికల్లో మాదిగలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వలేదని ఆరోపించారు. వందల కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేశారని, కానీ మాదిగలకు మాత్రం ఒక్కటే ఇచ్చారని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై తమకు ఎలాంటి కోపం లేదని, కానీ తమ సమస్యల పరిష్కారానికి కృషి చేయాలని కోరారు.

గత ప్రభుత్వ తప్పిదాలను సరిదిద్దుతున్నాం: సీఎం చంద్రబాబు

నంద్యాల జిల్లా కొత్త బురుజులో రైతులకు పట్టాదార్ పాస్‌పుస్తకాల పంపిణీ

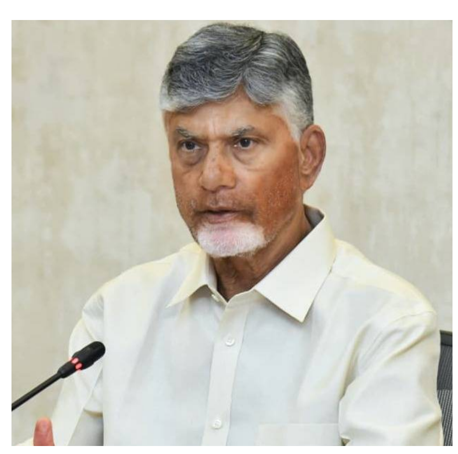
ల్యాండ్ టైట్లింగ్ యాక్ట్ పేరుతో గత ప్రభుత్వం భూములు లాక్కునే ప్రయత్నం చేసిందన్న సీఎం

రికార్డులు ట్యాంపరింగ్ కాకుండా క్యూఆర్ కోడ్, బ్లాక్ చైన్ టెక్నాలజీతో కొత్త పాస్‌పుస్తకాలు

కేంద్ర సాయంతో రాయలసీమను హార్టికల్చర్ హబ్‌గా మారుస్తామని వెల్లడి

గత ప్రభుత్వంలా విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంచి ప్రజలపై భారం మోపబోమని స్పష్టీకరణ

విజయవాడ, జై భీమ్ న్యూస్



ఆంధ్రప్రదేశ్ ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు సోమవారం నంద్యాల జిల్లా కొత్త బురుజు గ్రామంలో రైతులకు కొత్త పట్టాదార్ పాస్‌పుస్తకాలను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా జరిగిన బహిరంగ సభలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. గత వైసీపీ ప్రభుత్వం చేసిన తప్పులను కూటమి ప్రభుత్వం సరిదిద్దుతోందని స్పష్టం చేశారు. గత పాలకులు రెవెన్యూ వ్యవస్థను భ్రష్టు పట్టించారని, ల్యాండ్ టైట్లింగ్ యాక్ట్ పేరుతో రైతులు, పేదల భూములను లాక్కునే ప్రయత్నం చేశారని ఆరోపించారు. రాజకీయ కక్ష సాధింపులు, అక్రమ ఆక్రమణల కోసమే గత ప్రభుత్వం 1.95 కోట్ల ఎకరాలను సెక్షన్ 22ఏ కింద నిషేధిత జాబితాలో పెట్టిందని సీఎం మండిపడ్డారు. తాము అధికారంలోకి రాగానే ఆ చట్టాన్ని రద్దు చేసి, రికార్డుల్లోని తప్పులను సరిచేస్తున్నామని చెప్పారు. గత పాలకులు పాస్ పుస్తకాలపై, సర్వే రాళ్లపై తమ ఫోటోలు వేసుకుని రూ.750 కోట్లు వృథా చేశారన్నారు. రైతుల సమక్షంలోనే కొలతలు వేసి, వారి ఆమోదంతోనే ఎలాంటి అవినీతికి తావులేకుండా పారదర్శకంగా కొత్త పుస్తకాలు ఇస్తున్నట్లు వివరించారు. క్యూఆర్ కోడ్, బ్లాక్ చైన్ టెక్నాలజీని వినియోగిస్తున్నామని, దీనివల్ల రికార్డులను ఎవరూ ట్యాంపరింగ్ చేయలేరని, అధికారులు తప్పు చేసినా ఇట్టే తెలిసిపోతుందని పేర్కొన్నారు. రాయలసీమను హార్టికల్చర్ హబ్‌గా మారుస్తామని సీఎం పునరుద్ఘాటించారు. ఇందుకోసం పూర్వోదయ పథకం కింద కేంద్రం రూ.30 వేల కోట్లు ఇస్తుందని తెలిపారు. కర్నూలులో డ్రోన్ సిటీ, అనంతపురంలో ఏరోస్పేస్ సిటీ ఏర్పాటు చేస్తామన్నారు. గత ప్రభుత్వం ఎనిమిది సార్లు విద్యుత్ ఛార్జీలు పెంచి ప్రజలపై రూ.32 వేల కోట్ల భారం మోపిందని, కూటమి ప్రభుత్వం ఛార్జీలు పెంచబోదని హామీ ఇచ్చారు. అలాగే, తిరుపతి లడ్డూ వ్యవహారంపై ప్రతిపక్షం తప్పుడు ప్రచారం చేస్తోందని, శ్రీవారి పవిత్రతను దెబ్బతీసే ఎలాంటి చర్యలనూ సహించేది లేదని చంద్రబాబు హెచ్చరించారు. రాష్ట్రానికి భారీగా పెట్టుబడులు వస్తున్నాయని ఆయన హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

నాగర్‌కర్నూల్‌లో కలకలం.. ఒకేరోజు 10 వేల కోళ్ల మృతి!

జిల్లా పౌల్ట్రీ రైతులను వణికిస్తున్న అంతుచిక్కని వైరస్

పెద్దకొత్తపల్లి, నాగర్‌కర్నూల్ మండలాల్లో తీవ్రంగా నష్టపోయిన రైతులు

విచారణ కోసం రంగంలోకి దిగనున్న ఫోరెన్సిక్ నిపుణుల బృందం

నాగర్ కర్నూల్, జై భీమ్ న్యూస్

నాగర్‌కర్నూల్ జిల్లాలోని పౌల్ట్రీ రైతులు అంతుచిక్కని వైరస్ దెబ్బకు బెంబేలెత్తిపోతున్నారు. జిల్లావ్యాప్తంగా ఒకే రోజులో సుమారు 10 వేల కోళ్లు మృత్యువాత పడటం తీవ్ర కలకలం రేపుతోంది. ఈ పరిణామంతో పెట్టుబడులు పెట్టిన చిన్న, సన్నకారు రైతులు తీవ్ర ఆందోళన చెందుతున్నారు. కొల్లాపూర్ నియోజకవర్గంలోని పెద్దకొత్తపల్లి మండలం చిన్నపురావుపల్లిలో ఉన్న ఓ ఫారంలో ఏకంగా 5 వేల కోళ్లు చనిపోయాయి. అలాగే నాగర్‌కర్నూల్ మండలంలోని రాంరెడ్డిపల్లి తండాలో 1,500 కోళ్లు, జిల్లాలోని ఇతర ప్రాంతాల్లో మరో 4 వేల వరకు కోళ్లు ప్రాణాలు కోల్పోయినట్లు అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. ఈ పరిణామంతో ఏం చేయాలో తెలియక రైతులు లబోదిబోమంటున్నారు. కోళ్ల మృతికి కారణమైన వైరస్‌ను గుర్తించేందుకు అధికారులు చర్యలు చేపట్టారు. ఇందులో భాగంగా సోమవారం ఫోరెన్సిక్ నిపుణుల బృందం నాగర్‌కర్నూల్‌కు రానుంది. వారు మృతి చెందిన కోళ్ల నమూనాలను సేకరించి, వైరస్ రకాన్ని నిర్ధారించేందుకు పూర్తిస్థాయిలో పరిశోధనలు జరపనున్నారు. నిపుణుల నివేదిక వచ్చిన తర్వాతే కోళ్ల మరణాలకు గల కచ్చితమైన కారణం తెలియనుంది.

రేవేంద్రపాడులో ఎన్టీఆర్ విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించిన మంత్రి లోకేశ్

మంత్రి నారా లోకేశ్ ఘనస్వాగతం పలికిన స్థానికులు, టీడీపీ శ్రేణులు

భారీ ర్యాలీ మధ్య విగ్రహాన్ని ఆవిష్కరించిన విద్యా, ఐటీ శాఖల మంత్రి

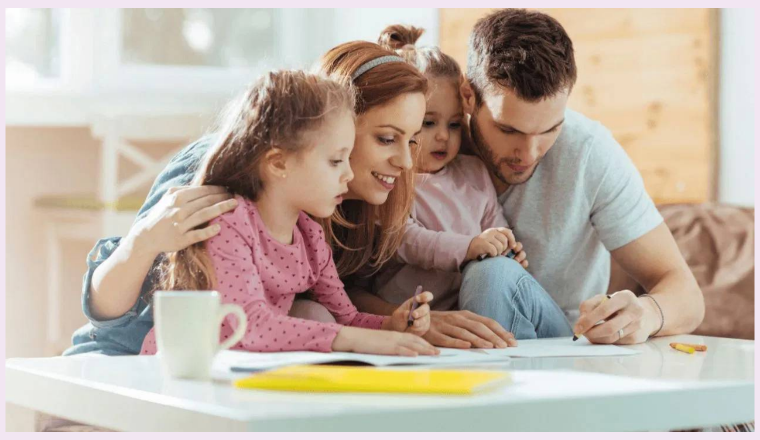
ఎన్టీఆర్, అంబేద్కర్ విగ్రహాలకు పూలమాలలు వేసి ఘన నివాళులు

కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న పలువురు ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు

మంగళగిరి, జై భీమ్ న్యూస్

మంగళగిరి నియోజకవర్గం దుగ్గిరాల మండలం రేవేంద్రపాడులో ఏర్పాటు చేసిన ఎన్టీఆర్ విగ్రహాన్ని రాష్ట్ర విద్యా, ఐటీ శాఖల మంత్రి నారా లోకేశ్ నేడు లాంఛనంగా ఆవిష్కరించారు. ఇవాళ రేవేంద్రపాడు చేరుకున్న మంత్రి లోకేశ్ కు స్థానిక ప్రజలు, టీడీపీ నాయకులు, కార్యకర్తలు ఘనస్వాగతం పలికారు. అనంతరం గ్రామంలో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఈ ర్యాలీ మధ్య ఉత్సాహభరిత వాతావరణంలో ఎన్టీఆర్ విగ్రహావిష్కరణ జరిగింది. విగ్రహావిష్కరణ తరువాత అక్కడ ఉన్న ఎన్టీఆర్, డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ విగ్రహాలకు లోకేశ్ పూలమాలలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. కార్యక్రమానికి వచ్చిన అభిమానులు, కార్యకర్తలతో ఆయన కాసేపు ముచ్చటించి, వారితో కలిసి ఫోటోలు దిగారు. ఈ విగ్రహావిష్కరణ కార్యక్రమంలో గుంటూరు పార్లమెంట్ తెలుగుదేశం పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి పోతినేని శ్రీనివాసరావు, దుగ్గిరాల మార్కెట్ యార్డ్ డైరెక్టర్ కాసరనేని జశ్వంత్, దుగ్గిరాల మండల టీడీపీ అధ్యక్షురాలు కేశినేని శ్రీఅనిత తదితరులు పాల్గొన్నారు. పెద్ద ఎత్తున పార్టీ శ్రేణులు, స్థానికులు తరలిరావడంతో రేవేంద్రపాడులో కోలాహలం నెలకొంది.

ఈ చిన్న చిన్న అలవాట్లతో పిల్లల జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది..!



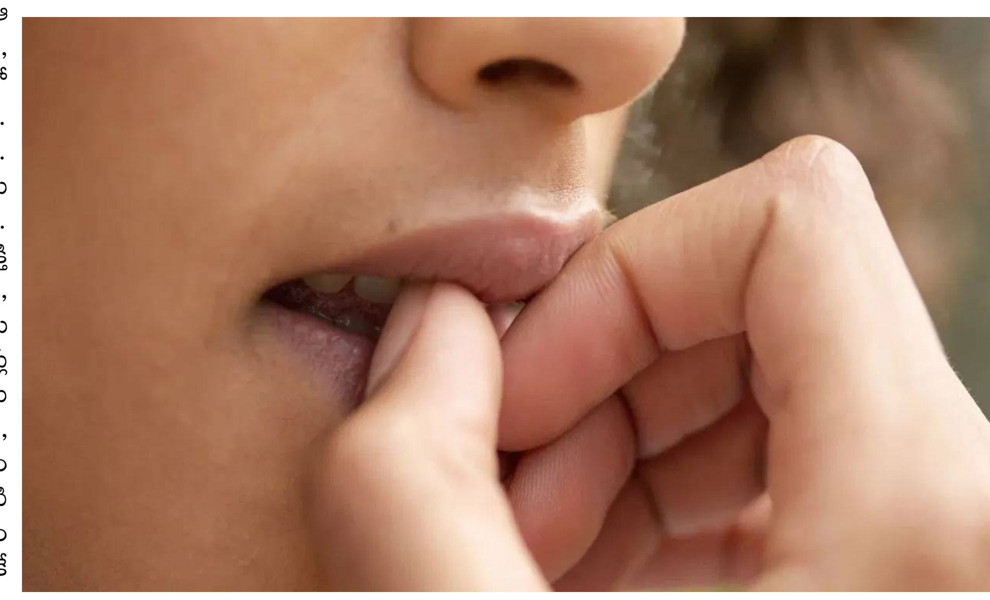
పిల్లలు చదివిన విషయాలను సులభంగా గుర్తుంచుకోవాలంటే సరైన అభ్యాస పద్ధతులు అనుసరించాలి. జ్ఞాపకశక్తిని పెంచే కొన్ని ముఖ్యమైన వ్యూహాలు ఉన్నాయి. వీటిని పాటించడం వల్ల చదువు మరింత ప్రభావవంతంగా మారుతుంది. చురుకైన అభ్యాసం, విజువల్ లెర్నింగ్, మైండ్ మ్యాప్స్, ఫ్లాష్‌కార్డ్స్ వంటివి పిల్లల మెదడు పనితీరును మెరుగుపరిచి ఎక్కువ కాలం గుర్తుంచుకునేలా చేస్తాయి. పిల్లలు చదివిన విషయాలను సులభంగా గుర్తుంచుకోవాలంటే సరైన అభ్యాస పద్ధతులు అవసరం. కొన్ని సాధారణ అలవాట్లు మెదడు పనితీరును మెరుగుపరచి, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతాయి. సమర్థవంతమైన అభ్యాసం కోసం జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపర్చే వ్యూహాలను అనుసరించడం చాలా అవసరం. చురుకైన అభ్యాసం, విజువలైజేషన్, చిన్న గుర్తింపు పదాలు వంటివి చదివిన విషయాలను మెదడులో నిలుపుకోవడానికి సహాయపడతాయి. ఈ పద్ధతులు చదువును మరింత సమర్థవంతంగా, ఆనందదాయకంగా మార్చేస్తాయి. నిత్యం ఒక నిర్దిష్ట సమయాన్ని చదువుకు కేటాయించడం వల్ల పిల్లలు క్రమశిక్షణతో చదువుకునే అలవాటు పెంచుకుంటారు. ఇది విషయాలను సులభంగా గుర్తుంచుకోవడానికి సహాయపడుతుంది. క్రమం తప్పకుండా చదివితే మేమరీ పవర్ మెరుగుపడుతుంది. క్లిష్టమైన విషయాలను చిన్న పదాలతో, ప్రాసలతో లేదా గుర్తించదగిన విధంగా రూపొందించుకోవడం వల్ల పిల్లలు సులభంగా అర్థం చేసుకోవచ్చు. మానసిక ఉపాయాలు, గుర్తింపు పదాలు విద్యార్థులకు చదివిన విషయాలను మరింత సులభంగా గుర్తుంచుకునేలా చేస్తాయి. చర్చలు, బోధన, ఆచరణాత్మక పద్ధతులు పిల్లల చదువును మరింత ప్రభావవంతంగా మారుస్తాయి. చురుకైన అభ్యాసం ద్వారా పిల్లలు ఎక్కువ కాలం విషయాలను గుర్తుంచుకోవచ్చు. ఇతరులకు నేర్చుకున్న విషయాలను బోధించడం మరింత మేలు చేస్తుంది. ఒకేసారి ఎక్కువ విషయాలను చదవడం కన్నా, చిన్న చిన్న ముక్కలుగా విభజించి చదివితే మెదడు వాటిని సులభంగా గుర్తుంచుకోగలదు. దీనిని చంకింగ్ అనే వ్యూహంగా పిలుస్తారు. ఇది ఎక్కువ సమాచారం మెదడులో నిల్వ ఉండేలా చేస్తుంది. ఫ్లాష్‌కార్డ్స్ ద్వారా ముఖ్యమైన విషయాలను పిల్లలు సులభంగా గుర్తుంచుకోవచ్చు. ముఖ్యమైన సమాచారాన్ని చిన్న కార్డులపై రాసి తరచూ పునర్విమర్శ చేయడం జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరుస్తుంది. పిల్లలు విజువల్‌గా ఆలోచించేలా ప్రోత్సహించాలి. మైండ్ మ్యాప్స్, చిత్రాలు, గమనికలు వంటివి ఉపయోగించడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుంది. చదివిన విషయాలను ఒక కథలా మానసికంగా ఊహించుకోవడం అవగాహన పెంచుతుంది. తరచూ పునర్విమర్శ చేయడం ద్వారా పిల్లలు నేర్చుకున్న విషయాలను ఎక్కువ కాలం గుర్తుంచుకోవచ్చు. స్పేస్డ్ రిపిటిషన్ అనే పద్ధతి ద్వారా చదివిన అంశాలను సమయానుసారం మళ్లీ మళ్లీ పునర్విమర్శ చేయాలి. నిద్ర, సరైన ఆహారం, వ్యాయామం మెదడు పనితీరును మెరుగుపరుస్తాయి. ఆరోగ్యంగా ఉండే పిల్లలు ఎక్కువ ఏకాగ్రతతో చదవగలుగుతారు. మంచి జీవనశైలి మెదడు చురుకుగా ఉండేలా చేస్తుంది. ఈ అలవాట్లు పిల్లలకు చదువుపై ఆసక్తి పెంచడంతో పాటు జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరుస్తాయి. సరైన పద్ధతులను పాటిస్తే పిల్లలు మరింత ప్రభావవంతంగా అభ్యసించగలరు.

కంది పప్పు అసలైనదేనా?

చాలా మంది ఇష్టంగా తినే వంటకాల్లో పప్పుచారు, సాంబారు ముఖ్యమైనవి. ఇవి లేకుండా ఏ ఇంట్లోనూ భోజనం పూర్తి కాదు. అందువల్ల, చాలా మంది వంటలు తయారు చేయడానికి కంది పప్పును ఉపయోగిస్తుంటారు. ఇందులో ప్రోటీన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దక్షిణ భారతదేశంలో వంటకాలకు ఎక్కువగా ఉపయోగించే పదార్థాల్లో కందిపప్పు ఒకటి. దీనితో తయారు చేసిన రసం, సాంబారు లేకుండా ఏ ఇంట్లోనూ భోజనం పూర్తి కాదు. అందువల్ల, చాలా మంది వంటలు తయారు చేయడానికి కంది పప్పును ఉపయోగిస్తుంటారు. ఇందులో ప్రోటీన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అయితే ఇటీవల కాలంలో కొంతమంది వ్యాపారులు అధిక లాభాలకు అలవాటుపడి రసాయనిక రంగు వేసిన కల్తీ పప్పును అమ్ముతున్నారు. ఈ రంగు పప్పుధాన్యాలను తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య దుష్ప్రభావాలు ఉంటాయి. అందువల్ల పప్పు కొనడానికి ముందు దాని స్వచ్ఛతను తనిఖీ చేయడం చాలా ముఖ్యం. నకిలీ పప్పును గుర్తించడానికి ఇక్కడ చిట్కాలు ఉన్నాయి. సహజ కంది పప్పు పరిమాణంలో చిన్నగా, లేత పసుపు రంగులో ఉంటుంది. హైబ్రిడ్ కాయధాన్యాలు తక్కువ పోషక విలువలను కలిగి ఉంటాయి. పరిమాణంలో పెద్దవిగా ఉంటాయి. మార్కెట్లో కంది పప్పు కొనే ముందు చేయవలసిన పని వాటిని మీ చేతిలో వేసి రుద్దడం. ఇలా రుద్దినప్పుడు పప్పు గోధుమ రంగులోకి మారితే అది కల్తీ అని అర్థం. రంగు మారకపోతే అది స్వచ్ఛమైనదని ఖచ్చితంగా చెప్పవచ్చు. కంది పప్పు నిజమైనదో కాదో తెలుసుకోవడానికి మరో టెస్ట్ కూడా చేయవచ్చు. గోరువెచ్చని నీటిలో ఐదు నిమిషాల పాటు కాసింత కంది పప్పు నానబెట్టాలి. నీరు పసుపు రంగులోకి మారితే, ఈ పప్పు కల్తీ అని అర్థం చేసుకోవాలి. పప్పు స్వచ్ఛతను పరీక్షించడానికి హైడ్రోక్లోరిక్ ఆమ్లాన్ని కూడా ఉపయోగించవచ్చు. ఒక టేబుల్ స్పూన్ కంది పప్పుని నీటిలో కలపాలి. దానికి రెండు చుక్కల హైడ్రోక్లోరిక్ ఆమ్లం కలపాలి. ఈ సమయంలో పప్పు వేరే రంగులోకి మారితే అది కల్తీ అని అర్థం. నకిలీ పప్పు కూడా చౌక ధరకు లభిస్తుంది. అందువల్ల శుభ్రమైన, మధ్యస్థ పరిమాణంలో ఉన్న పప్పు ధాన్యాలను మాత్రమే ఎంచుకోవాలి. తక్కువ ధరకు అమ్ముతుంటే, దాని నాణ్యత బాగాలేదని అర్థం చేసుకుని.. దానిని కొనుగోలు చేయకుండా జాగ్రత్త తీసుకోవాలి.

ఈ అలవాటును వెంటనే మానుకోండి..!

గోళ్లు కొరకడం చాలా మందికి అలవాటుగా మారింది. కానీ జ్యోతిష్య శాస్త్రం ప్రకారం ఈ అలవాటు అనేక ప్రతికూల ప్రభావాలను కలిగించవచ్చు. శని గ్రహానికి సంబంధించి గోళ్లు కొరికే అలవాటు శని దోషాన్ని పెంచే అవకాశం ఉంది. ఇది ఆర్థిక, ఆరోగ్య, మానసిక సమస్యలకు కారణం అవుతుందని జ్యోతిష్యులు చెబుతున్నారు. గోళ్లు కొరికే అలవాటు చాలా మందికి ఉంటుంది. ఇది చిన్నపిల్లలు మాత్రమే కాదు.. పెద్దల్లో కూడా కనిపించే సమస్య. అయితే జ్యోతిషశాస్త్రం ప్రకారం ఈ అలవాటు శని గ్రహాన్ని బలహీనపరుస్తుందని చెబుతారు. ఎందుకంటే శనిని గోళ్లకు సంబంధించిన గ్రహంగా పరిగణిస్తారు. జ్యోతిషశాస్త్రం ప్రకారం.. ఒక వ్యక్తి గోళ్లు కొరికితే అతని జాతకంలో శని దోషం ఏర్పడుతుంది. అంటే శనికి సంబంధించి ప్రతికూల ప్రభావం ఆ వ్యక్తిపై పడుతుంది. శని బలహీనపడితే జీవితంలో అనేక ఆటంకాలు, ఆర్థిక సమస్యలు, మానసిక ఒత్తిడి పెరుగుతాయి. జ్యోతిషశాస్త్రంలో శనిని గోళ్లు, ఎముకలతో సంబంధం ఉన్న గ్రహంగా చూస్తారు. అలాంటి పరిస్థితిలో గోళ్లు కొరికితే శని మరింత బలహీనపడుతుంది. దీని ప్రభావంగా ఉద్యోగ జీవితం, ఆరోగ్యం, కుటుంబ సంబంధాలు ప్రభావితమవుతాయి. గోళ్లు కొరకడం వల్ల శని మాత్రమే కాదు.. రాహువు, కేతువుల ప్రభావం కూడా పడుతుంది. వీటి కారణంగా వ్యక్తి అనేక అనుకోని సమస్యలను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. అనారోగ్యం, మానసిక ఒత్తిడి, ఆత్మవిశ్వాసం కోల్పోవడం వంటి పరిణామాలు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉంది. జ్యోతిష్యుల అభిప్రాయం ప్రకారం గోళ్లు కొరకడం వల్ల సూర్య గ్రహం బలహీనపడుతుంది. సూర్యుడు అధికారం, పరిపాలన, గౌరవాన్ని సూచించే గ్రహం. ఇది దెబ్బతింటే, వ్యక్తికి కెరీర్‌లో అవరోధాలు ఎదురవుతాయి. వ్యాపారం, ఉద్యోగం కోల్పోవడం, ఇతరులను ప్రభావితం చేసే స్థాయిని కోల్పోవడం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. గోళ్లు కొరకడం వల్ల లక్ష్మీదేవికి కోపం వస్తుందని చెబుతారు. లక్ష్మీదేవి సంపదకు సూచిక. గోళ్లు కొరికే అలవాటు ఉంటే ఇంటి శ్రేయస్సు దెబ్బతింటుందని నమ్ముతారు. దీని వల్ల ఆర్థిక సమస్యలు పెరిగే అవకాశముంటుంది. గోళ్ళను కొరకడం వల్ల వ్యక్తి ఆర్థికంగా నష్టపోతాడని, డబ్బు నిలవదని కొన్ని విశ్వాసాలు చెబుతున్నాయి. అలాంటి అలవాట్లు ఉండకూడదని పెద్దవారు సలహా ఇస్తారు. ఇది ఆరోగ్యపరమైన సమస్యలకు కూడా దారితీస్తుంది. గోళ్లు కొరికే అలవాటు ఆరోగ్యానికి మాత్రమే కాదు.. జ్యోతిష్య పరంగా కూడా అనేక ప్రతికూల ప్రభావాలను కలిగించవచ్చని చెబుతారు. శని, రాహు, కేతువుల బలహీనత, ఆర్థిక ఇబ్బందులు, కెరీర్‌లో ఆటంకాలు వంటి సమస్యలు రావచ్చు. అందువల్ల ఈ అలవాటును నివారించడం మంచిది.



ఇంట్లోనే చిల్లీ ఎగ్స్ రెసిపీని చేయండి..!

ఎగ్స్ తో చేసే వంటకాల్లో చిల్లీ ఎగ్స్ చాలా ప్రత్యేకమైనది. ఇది ఘాటుగా, క్రిస్పీగా, రెస్టారెంట్ స్టైల్‌లో రుచికరంగా ఉంటుంది. కొద్దిపాటి చిట్కాలు పాటిస్తే ఇంట్లోనే రెస్టారెంట్ రుచిని ఆస్వాదించొచ్చు. ఈ రెసిపీ పిల్లలు, పెద్దలందరికీ నచ్చేలా ఉంటుంది. ఎగ్ వంటకాలలో చిల్లీ ఎగ్స్ ఒక ప్రత్యేకమైన వంటకం. గుడ్లతో ఎన్నో రకాల రుచికరమైన వంటకాలు చేయవచ్చు, అయితే రెస్టారెంట్ స్టైల్లో తయారుచేసే చిల్లీ ఎగ్స్ అయితే మరింత ఘాటుగా, రుచిగా ఉంటుంది. ఇంట్లోనూ అదే రుచిని పొందాలంటే కొన్ని చిన్న చిట్కాలను పాటిస్తే చాలు. ఈ రుచికరమైన వంటకాన్ని ఓసారి ప్రయత్నిస్తే పిల్లలతో పాటు పెద్దలకూ కూడా ఎంతో నచ్చుతుంది. గుడ్ల మిశ్రమం కోసం కావాల్సిన పదార్థాలు:గుడ్లు - 6/ మైదా పిండి - 1.5 టేబుల్ స్పూన్/కార్న్ ఫ్లోర్ - 1 టేబుల్ స్పూన్/నీరు - 4-5 టేబుల్ స్పూన్లు/పచ్చిమిర్చి తరుగు - 1 టీస్పూన్/కారం - టీస్పూన్/ఉప్పు - రుచికి సరిపడా/చిల్లీ ఎగ్స్ ఫ్రై కోసం కావాల్సిన పదార్థాలు: నూనె - 4 టేబుల్ స్పూన్లు/అల్లం తరుగు - టేబుల్ స్పూన్/వెల్లుల్లి తరుగు -టేబుల్ స్పూన్/ఉల్లిపాయ తరుగు -4 టేబుల్ స్పూన్లు/పచ్చిమిర్చి చీలికలు - 2/%క్యాప్సికం ముక్కలు - కప్పు/చిల్లీ సాస్ / షెజ్వాన్ సాస్ - 1 టేబుల్ స్పూన్/రెడ్ చిల్లీ సాస్ -1 టేబుల్ స్పూన్/గ్రీన్ చిల్లీ సాస్ - 1 టేబుల్ స్పూన్/ వేడి నీళ్లు - కప్పు/డార్క్ సోయా సాస్ - 1 టీస్పూన్/వెనిగర్ - 1 టీస్పూన్/మిరియాల పొడి - 1 టీస్పూన్/అరోమాటిక్ పౌడర్ - 1 టీస్పూన్/వైట్ పెప్పర్ పౌడర్ - టీస్పూన్/చక్కెర - 1 టీస్పూన్/ ఉప్పు -రుచికి సరిపడా/ కొత్తిమీర తరుగు- అలంకరణ కోసం తయారీ విధానం: ముందుగా ఒక గిన్నెలో గుడ్లను పగలగొట్టి వేసుకోవాలి. అందులో పచ్చిమిర్చి తరుగు, కారం, ఉప్పు వేసి బాగా బీట్ చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని స్టీమ్ చేసుకోవాలి కాబట్టి ముందుగా ఒక కేక్ టిన్ తీసుకుని నెయ్యి లేదా నూనెతో గ్రీస్ చేయాలి. ఇందులో గుడ్ల మిశ్రమాన్ని పోసి సిద్ధం చేసుకోవాలి. స్టీమ్ చేయడం కోసం పెద్ద గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీరు పోసి స్టాండ్ ఉంచాలి. ఈ స్టాండ్ పై కేక్ టిన్ పెట్టి గిన్నెకు మూత పెట్టి హై ఫ్లేమ్‌లో 15 నిమిషాలు స్టీమ్ చేయాలి. పూర్తిగా ఉడికిన తర్వాత మిశ్రమాన్ని చల్లబరచి, టిన్ నుంచి బయటకు తీసి చిన్న ముక్కలుగా కట్ చేయాలి. ఒక గిన్నెలో మైదా, కార్న్ ఫ్లోర్ వేసి కొద్దికొద్దిగా నీరు పోసి మిశ్రమాన్ని బాగా కలపాలి. ఇది చాలా మందంగా లేకుండా.. మరీ పల్చగా కూడా కాకుండా ఉండాలి. ఇప్పుడు స్టవ్‌పై ఒక పాన్ పెట్టి నూనె వేడిచేయాలి. స్టీమ్ చేసిన గుడ్ల ముక్కలను పిండిలో ముంచి వేడి నూనెలో వేయాలి. ఇవి గోల్డెన్ బ్రౌన్, క్రిస్పీగా అయ్యాక బయటకు తీసి ఉంచుకోవాలి. ఇప్పుడు స్టవ్‌పై పాన్ పెట్టి నాలుగు టేబుల్ స్పూన్లు నూనె వేడిచేయాలి. అందులో అల్లం, వెల్లుల్లి తరుగు వేసి బాగా వేయించాలి. ఇప్పుడు ఉల్లిపాయ ముక్కలు, పచ్చిమిర్చి చీలికలు, క్యాప్సికం ముక్కలు వేసి వేయించాలి. అవి కాస్త మెత్తబడిన తర్వాత చిల్లీ సాస్, షెజ్వాన్ సాస్, రెడ్ చిల్లీ సాస్, గ్రీన్ చిల్లీ సాస్, వేడి నీరు వేసి బాగా కలపాలి. సాసులు కాస్త చిక్కబడిన తర్వాత డార్క్ సోయా సాస్, వెనిగర్, మిరియాల పొడి, అరోమాటిక్ పౌడర్, వైట్ పెప్పర్, చక్కెర, ఉప్పు వేసి స్టవ్ హై ఫ్లేమ్‌లో ఉంచి కలపాలి. చివరగా క్రిస్పీగా ఫ్రై చేసిన గుడ్ల ముక్కలు ఇందులో వేసి మిక్స్ చేయాలి. ఒక్క నిమిషం వేయించాక కొత్తిమీర చల్లి స్టవ్ ఆఫ్ చేయాలి. ఇంతే సింపుల్.. రెస్టారెంట్ స్టైల్ స్పైసీ, టేస్టీ చిల్లీ ఎగ్స్ రెసిపీ రెడీ అయ్యింది. ఇలా ఇంట్లోనే రెస్టారెంట్ లెవల్ స్పైసీ అండ్ క్రిస్పీ చిల్లీ ఎగ్స్ రెసిపీని సులభంగా తయారు చేయండి. ఇంకెందుకు ఆలస్యం ఇది ఓసారి ప్రయత్నించి మీ కుటుంబ సభ్యులకు సర్ప్రైజ్ ఇవ్వండి.

టూత్ బ్రష్ ఎన్ని రోజులకు మారుస్తున్నారు?

చాలా మంది రోజుల తరబడి ఒకే బ్రష్‌ను ఉపయోగిస్తుంటారు. ఈ పద్ధతి సరైనది కాదు. కనీసం ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి బ్రష్‌లను మార్చాలి. బ్రష్‌లు అరిగిపోయిన తర్వాత కూడా చాలా మంది వాటిని ఉపయోగించడం కొనసాగిస్తారు. ఈ రకమైన బ్రష్‌ను అస్సలు ఉపయోగించకూడదు. నోటి ఆరోగ్యాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడం అంటే కేవలం పళ్ళు తోముకోవడం మాత్రమే కాదు. నోటి ఆరోగ్యం కోసం చాలా మంది సాల్టెడ్ టూత్‌పేస్ట్‌తో బ్రష్ చేసుకుంటారు. కానీ అసలు సమస్య వేరే చోట ఉంది. నోటి ఆరోగ్యం చాలావరకు టూత్ బ్రష్ మీద ఆధారపడి ఉంటుందని దంత వైద్యులు అంటున్నారు. చాలా మంది రోజుల తరబడి ఒకే బ్రష్‌ను ఉపయోగిస్తుంటారు. ఈ పద్ధతి సరైనది కాదు. కనీసం ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి బ్రష్‌లను మార్చాలి. బ్రష్‌లు అరిగిపోయిన తర్వాత కూడా చాలా మంది వాటిని ఉపయోగించడం కొనసాగిస్తారు. ఈ రకమైన బ్రష్‌ను అస్సలు ఉపయోగించకూడదు. ఏదైనా అంటు వ్యాధి నుండి కోలుకున్న తర్వాత మీ టూత్ బ్రష్‌ను మార్చడం చాలా ముఖ్యం. ఎందుకంటే ఆ వ్యాధికి కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియా లాలాజలంలో ఉండి, బ్రష్ పొడవైన కమ్మీలలో ఎక్కువ కాలం ఉంటుంది. ఆ కుంచె నుంచి ఆ వ్యాధి తరువాత మళ్ళీ వ్యాపిస్తుంది. దంతాల వెలికితీత తర్వాత లేదా నోటి లోపల ఏ రకమైన శస్త్రచికిత్స జరిగినా.. ఆ తర్వాత మీ టూత్ బ్రష్‌ను ఖచ్చితంగా మార్చడం కూడా మర్చిపోవద్దు. ఇటీవల, దంతాలను తోముకోవడానికి ఎలక్ట్రిక్ టూత్ బ్రష్‌ల వాడకం అందుబాటులోకి వచ్చింది. ఈ బ్రష్ హెడ్‌ను కూడా ప్రతి రెండు నుండి మూడు నెలలకు ఒకసారి మార్చాలి. సాధారణ బ్రష్‌ల కంటే ఇలాంటి బ్రష్‌ల ముళ్ళగరికెలు త్వరగా అరిగిపోతాయని వైద్యులు అంటున్నారు.

వేసవిలో రోజంతా బూట్లు ధరించే వారు అలర్ట్..

కొంతమంది తమ దుస్తులకు సరిపోయేలా బూట్లు కొని ధరిస్తారు. కానీ వేసవిలో కూడా కొంతమంది రోజంతా బూట్లు ధరించి తిరుగుతుండటం మీరు చూసే ఉంటారు. వేసవిలో బూట్లు ఎక్కువగా ఇష్టపడే వారు ఈ విషయాలు కొన్ని తెలుసుకుంటే మంచిది. వేసవిలో బూట్లు వేసుకునే వారి పాదాలకు గాలి అంతగా తగలదు. మార్కెట్‌లోకి వచ్చే రంగురంగుల, ఆకర్షణీయమైన స్టైలిష్ షూ ఫ్యాషన్ ప్రియుల దృష్టిని ఆకర్షిస్తుంటాయి. అయితే బూట్లలో కూడా చాలా రకాలు ఉంటాయి. కొంతమంది తమ దుస్తులకు సరిపోయేలా బూట్లు కొని ధరిస్తారు. కానీ వేసవిలో కూడా కొంతమంది రోజంతా బూట్లు ధరించి తిరుగుతుండటం మీరు చూసే ఉంటారు. వేసవిలో బూట్లు ఎక్కువగా ఇష్టపడే వారు ఈ విషయాలు కొన్ని తెలుసుకుంటే మంచిది. వేసవిలో బూట్లు వేసుకునే వారి పాదాలకు గాలి అంతగా తగలదు. చాలా మంది రోజంతా బూట్లు ధరిస్తారు. ఇంటికి వచ్చిన తర్వాత కూడా సాక్స్‌లను ధరించి నడవకూడదు. ఎండ, వేడి కారణంగా పాదాలు విపరీతంగా చెమట పడుతుంటాయి. బూట్లు బిగుతుగా ఉండటం వల్ల పాదాలు దుర్వాసన వస్తాయి. ఈ సీజన్‌లో వీలైనంత వరకు తోలు బూట్లు ధరించడం మానుకోవాలి. వేసవిలో చాలా బిగుతుగాలేని సౌకర్యవంతంగా ఉండే బూట్లు లేదా పాదరక్షలను వినియోగించడం మంచిది. బిగుతుగా ఉండే బూట్లు ధరించడం వల్ల రక్త ప్రసరణ సమస్యలు, వాపు, పాదాలలో నొప్పి వస్తుంది. గాలి ప్రసరణ లేకుండా రోజంతా పాదాలను బూట్లలో ఉంచడం వల్ల బాక్టీరియల్ ఇన్ఫెక్షన్లు, ఫంగస్ వచ్చే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. కాబట్టి ఇలాంటి సమస్యలను నివారించడానికి కొన్ని జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం మంచిది. అందువల్ల తేలికైన, గాలి వెళ్ళే పాదరక్షలను ధరించడం ఉత్తమం. మీరు బూట్లు ధరిస్తే, వాటిని ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రం చేసుకోవాలి. బూట్లు, సాక్స్‌లను సరిగ్గా శుభ్రం చేయకపోతే, పాదాలకు చర్మ వ్యాధులకు దారితీస్తుంది. వేసవిలో బరువైన బూట్లు ధరించ కూడదు. దీనివల్ల పాదాలు ఎక్కువగా చెమట పడతాయి. ఎల్లప్పుడూ క్లాత్ బూట్లు, కాటన్ సాక్స్ మాత్రమే ధరించాలి. ఈ సమయంలో వీలైనంత వరకు నైలాన్ లేదా పాలిస్టర్‌తో చేసిన సాక్స్‌లను ధరించడం మానుకోండి.

గర్భిణులు కాఫీ తాగొచ్చా?

గర్భధారణ సమయంలో జీవనశైలి, ఆహారపు అలవాట్లపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలి. కాబోయే తల్లులలో తరచుగా తలెత్తే ప్రశ్న ఏమిటంటే కాఫీ తాగడం మంచిదేనా అని. ముఖ్యంగా కెఫీన్ కంటెంట్ కారణంగా వారి శిశువు మెదడు అభివృద్ధికి సురక్షితమేనా అనే ప్రశ్నలు కూడా తలెత్తుతుంటాయి. కెఫీన్ ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల

పిండంపై ఎలాంటి ప్రభావం ఉంటుంది? కాఫీ అనేది కెఫిన్ ప్రసిద్ధ మూలం. ఇది కేంద్ర నాడీ వ్యవస్థను ప్రభావితం చేస్తుంది. మితమైన మొత్తంలో కెఫిన్ చాలా మందికి సురక్షితంగా పరిగణిస్తుంటారు. గర్భధారణ సమయంలో తల్లి ఏది తిన్నా అది కడుపులో పెరుగుతున్న బిడ్డపై ప్రత్యక్ష ప్రభావం చూపుతుందని చెబుతున్నారు వైద్యులు. గర్భిణీ స్త్రీలు కెఫిన్ చాలా నెమ్మదిగా జీర్ణం కావడమే దీనికి కారణం. రక్తప్రవాహంలో ఎక్కువసేపు ఉంటుంది. కెఫీన్‌ను సమర్థవంతంగా విచ్ఛిన్నం చేయడానికి అవసరమైన ఎంజైమ్‌లు పిండంలో లేనందున బిడ్డపై ప్రభావం చూపుతుందంటున్నారు. కెఫీన్ వినియోగం పిండం మెదడు అభివృద్ధిని ఎలా ప్రభావితం చేస్తుంది? గర్భధారణ సమయంలో అధిక కెఫిన్ శిశువు మెదడు అభివృద్ధికి ఆటంకం కలిగిస్తుంది. ఇది భవిష్యత్ పలు సమస్యలకు దారి తీసేలా ఉంటుంది. న్యూరోఫార్మకాలజీలో ప్రచురించిన పరిశోధన ప్రకారం.. చాలా కెఫిన్ మెదడు సర్క్యూట్లకు అంతరాయం కలిగిస్తుందని సూచిస్తుంది. కొన్ని అధ్యయనాలు గర్భంలో అధిక స్థాయిలో కెఫిన్‌కు గురయ్యే శిశువులకు అటెన్షన్ డిజార్డర్స్, హైపర్యాక్టివిటీ వంటి సమస్యలు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుందని సూచిస్తున్నాయి. అయినప్పటికీ, ఈ ప్రమాదాలు ప్రధానంగా అధిక కెఫిన్ వినియోగంతో ముడిపడి ఉన్నాయని డాక్టర్ విష్ణోయ్ చెబుతున్నారు.

ఉప్పు తినడం పూర్తిగా మానేశారా?

ఒక హెల్తీ అడల్ట్ రోజుకు 4 గ్రాముల కంటే ఎక్కువ ఉప్పు తినకూడదని ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ నివేదిక తెలిపింది. అలాగని ఉప్పు పూర్తిగా మానేయకూడదు అంటున్నారు నిపుణులు. అయితే 30 రోజులు సాల్ట్ తినడం మానేస్తే ఏమవుతుందో ఇప్పుడు మనం

తెలుసుకునే ప్రయత్నం చేద్దాం. బరువు తగ్గుతారు : ఉప్పు తినడం ఆపేస్తే బరువు తగ్గుతారు అంటున్నారు నిపుణులు. ఒక నెల పాటు సాల్ట్ తినకపోతే శరీరం తక్కువ సోడియంకు అడ్జస్ట్ అవడం మొదలు అవుతుంది దీంతో సోడియం లెవెల్స్ డ్రాప్ అవుతాయి. ఆ పరిస్థితులకు శరీరం సర్దుకుంటుంది కూడా. సాధారణంగా సోడియం నీటి శాతాన్ని హెూల్డ్ చేయడానికి సహాయపడుతుంది. శరీరంలో అది ఎక్కువ లేకపోతే నీటి శాతం తగ్గుతుంది కాబట్టి వెయిట్ లాస్ అవుతారు. సాల్టీ ఫుడ్స్‌లో చాలా కేలరీలు ఉంటాయి. వీటికి దూరంగా ఉంటే కేలరీల ఇన్‌టెక్ తగ్గి బరువు తగ్గుతారు. ఎందుకంటే సాల్టీ ఫుడ్స్ మానేస్తే హెల్తీ ఫుడ్స్ తింటాం కాబట్టి శరీరంలోని, ముఖ్యంగా కడుపు, నడుము చుట్టూ ఉన్న కొవ్వు తగ్గడానికి స్కోప్ ఉంటుంది. బ్లోటింగ్ వంటి సమస్యలకు గుడ్ బాయ్ చెప్పవచ్చు. అయితే, చాలా త్వరగా బరువు తగ్గితే ఆరోగ్యానికి హానికరం అని మాత్రం గుర్తు పెట్టుకోండి.జీర్ణ సమస్యలు : ఉప్పు డైజెషన్‌కు కూడా అవసరమే. ఉప్పులోని సోడియం స్టమక్ యాసిడ్ తయారు కావడానికి అవసరం. సడన్‌గా సాల్టిపుట్స్ మానేస్తే డైజెస్టివ్ సిస్టమ్ అడ్జస్ట్ అవదు. సాల్ట్‌కు బదులు ఫైబర్-రిచ్ ఫ్రూట్స్ వంటివి తింటే వాటిని అరిగించుకోవడానికి డైజెస్టివ్ సిస్టమ్‌కు కష్టమైపోతుంది. దీంతో కడుపు నొప్పి, ఇతర అజీర్తి సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. మానసిక ఆరోగ్యం: ఉప్పును పూర్తిగా మానేస్తే బ్రెయిన్ మీద ప్రభావం పడే అవకాశం ఉంటుంది. ఇది ఒత్తిడి, ఆందోళన వంటి మానసిక సమస్యలకు దారితీస్తుంది. సోడియం శరీరంలోని ఫ్లూయిడ్స్ మెయింటెన్ చేయడానికి అవసరం. ఇది నాడీ వ్యవస్థ పనితీరుకు కూడా ముఖ్యం. సోడియం తక్కువైతే నాడీ కణాల మధ్య కమ్యూనికేషన్ సరిగ్గా జరగక మూడ్ పాడవుతుంది.

ఈ కాయతో బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు

చేదు ఆరోగ్యానికి మంచి అని తెలిసిన కూడా చాలా మంది తినడానికి ఇష్టపెట్టుకోరు. చేదుగా ఉండే పదార్థాల జోలికి అసలు దగ్గరగా ఉండరు.చేదుగా ఉండే పదార్థాలకు కిలోమీటరు దూరంలో ఉంటారు. అయితే కూరగాయాల్లో కాకరకాయ

చేదుగా ఉంటుంది. అసలు దీనిని తినడానికి ఎవరూ ఇష్టపడరు. కాకరకాయను ఎలా వండిన కూడా చేదుగా ఉంటుంది. కనీసం ఏడాదికి కూడా ఒక్కసారి కూడా వీటిని తినరు. ఇందులోని పోషకాలు శరీర ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది. ఈ కాకరకాయను వారానికి ఒకసారి అయిన తినడం వల్ల అనారోగ్య సమస్యలు బారిన పడకుండా ఆరోగ్యంగా ఉంటారని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనిని డైలీ తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో బాగా ఉపయోగపడుతుంది. ఇవే కాకుండా వ్యాధికారక ప్రమాదాల నుంచి కాపాడటంలో కాకరకాయలు ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తాయని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనివల్ల ఇవే కాకుండా ఇంకా బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. మరి ఈ ప్రయోజనాలేంటో తెలియాలంటే ఆలస్యం చేయకుండా ఈ ఆర్టికల్‌పై ఓ లుక్కేయండి. కాకరకాయలో ఎక్కువగా పాలీపెప్టైడ్-పి అనే ఇన్సులిన్ వంటి సమ్మేళనాలు ఉన్నాయి. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో బాగా సహాయపడతాయి. కాకరకాయ మధుమేహం ఉన్నవారి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇందులో ఫైబర్ కంటెంట్ ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది మలబద్ధకం వంటి సమస్యల నుంచి కాపాడుతుంది. చేదు అనారోగ్య వ్యాధుల నుంచి కాపాడుతుంది. ఇందులోని పోషకాలు చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మేలు చేస్తాయి. అలాగే ఈ కాకరకాయ మొక్క ఆకులను పేస్ట్ చేసి తలకు అప్లై చేస్తే చుండ్రు తగ్గుతుంది. చేదు వల్ల తలలో పేలు వంటివి ఉన్న కూడా మాయమైపోతాయి. మీకు నచ్చిన విధంగా కాకరకాయను వండి తినడం వల్ల తలనొప్పి నుంచి విముక్తి పొందుతారు. దీనిని తినలేమని అనుకునేవారు జ్యూస్ చేసి కూడా తాగవచ్చు. దీని జ్యూస్ తాగితే కిడ్నీ సమస్యలు, మోకాలి నొప్పులు తొందరగా తగ్గుతాయి. ఎలాంటి ఆపరేషన్, మందులు వాడకుండా కిడ్నీలోని రాళ్ల సమస్యలను తగ్గించవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొందరు మైగ్రేన్ సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. ఎన్ని మందులు వాడిన ఈ సమస్య తగ్గదు. అలాంటి వారు కాకరకాయ ఆకలను మెత్తగా చేసి దానిని నుదిటిపై రాస్తే.. క్షణాల్లో తలనొప్పి నుంచి విముక్తి పొందుతారు.

మునగ స్త్రీలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది

మన దేశంలో మునగ ప్రయోజనాలను పొందడంలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఉండవు..? ఇది అందరికీ తెలిసిన విషయమే.. సులువుగా లభించే మునగకాయలను అందరూ ఇష్టపడతారు.గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ప్రతి ఇంట్లో మునగ చెట్టు ఉంటుంది. ఒక్కొక్కరు ఒక్కో రకంగా వాటి నుంచి లభించే మునగకాయలను తింటారు. మునగ రుచి, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ప్రజలను ఆకర్షిస్తాయి. అయితే.. మునగలో ఉండే విటమిన్ సి, యాంటీ బ్యాక్టీరియల్ లక్షణాలు దగ్గు, జలుబును నివారిస్తాయి. అంతేకాదు, క్యాల్షియం , ఐరన్ మునగలో పుష్కలంగా ఉంటాయి. మగవారికి మునగతో చేసిన వంటకాలు తినాలని చెబుతుంటారు. అయితే.. ఇది మగవారికే కాకుండా.. మహిళలకు కూడా ఎంతో ప్రయోజనాలను కల్గిస్తుంది. మునగలో గర్భిణీ స్త్రీలకు అవసరమైన నియాసిన్, రిబోఫ్లావిన్ , విటమిన్ బి12 వంటి బి విటమిన్లు కూడా ఉన్నాయి. మునగాలోని యాంటీబయాటిక్ ఏజెంట్లు రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అలాగే, మునగలో జింక్ ఉంటుంది, ఇది చర్మ సంరక్షణకు చాలా మంచిది. గ్లుటాతియోన్ చర్యను వేగవంతం చేసే లక్షణాలను కూడా మునగ కలిగి ఉంది. శరీరంలో మొటిమలు ఏర్పడటాన్ని తగ్గిస్తుంది.

మునగ ఆకు రసం చర్మాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. పాలిచ్చే తల్లులు పాల సరఫరాను పెంచడానికి మునగను ఉపయోగిస్తారు. అంతే కాకుండా మురిపంలో ఉండే పొటాషియం, ఐరన్, కాల్షియం, విటమిన్ సి, బి, బీటా కెరోటిన్ , అమినో యాసిడ్స్ తల్లి పాలను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. మునగ కొవ్వు తగ్గడానికి , బరువు తగ్గడానికి సహాయపడుతుంది. మునగలో ఫైబర్ , మోనోశాచురేటెడ్ ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి ఆకలిని అదుపులో ఉంచుతాయి. ఉసిరి ఆకులతో నీరు తాగడం వల్ల కూడా రుతు నొప్పి తగ్గుతుంది. ఉసిరికాయ ఆకులతో నీటిని మరిగించి రోజూ తాగడం వల్ల కొలెస్ట్రాల్ అదుపులో ఉంటుంది. ఇది కాకుండా, మునగా యొక్క హెపాటోప్రొటెక్టివ్ ఫంక్షన్ కాలేయాన్ని రక్షించడానికి , టాక్సిన్స్ నుండి రక్షించడానికి సహాయపడుతుంది. శరీరంలోని క్యాలరీల పరిమాణాన్ని తగ్గించడంలో కూడా మునగ మంచిది. మునగ లైంగిక ఉద్దీపనలో కూడా సహాయపడుతుంది. మునగలో ఉండే కామోద్దీపన సమ్మేళనం టెస్టోస్టెరాన్ స్థాయిలను పెంచుతుంది. ఆహారంలో మునగ పువ్వును చేర్చుకోవడం కూడా స్పెర్మ్ కౌంట్ పెంచడంలో సహాయపడుతుంది.

పచ్చి ఉల్లిపాయల ప్రయోజనాలు

మన వంటింట్లో దొరికే కూరగాయలలో ఉల్లిపాయ కూడా ఒకటి. ఈ ఉల్లిపాయ వల్ల ఎన్నో రకాల లాభాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం మనందరికీ తెలిసిందే. ఉల్లిపాయను తరచుగా తినడం వల్ల అనేక రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఉల్లి చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. అందుకే ఉల్లి చేసే మేలు తల్లి కూడా చేయదని అంటూ ఉంటారు. అయితే కొందరు పచ్చి ఉల్లిపాయలు తింటే మరి కొందరు కూరల్లో తినడానికి

ఇష్టపడుతూ ఉంటారు. మనలో చాలామంది పచ్చి ఉల్లిపాయ తినడానికి అసలు ఇష్టపడరు. కానీ చాలా మందికి తెలియని విషయం ఏమిటంటే ఉల్లిపాయ వల్ల ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు కలుగుతాయట. మరి పచ్చి ఉల్లిపాయ తింటే ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో మన శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్ సి, విటమిన్ బీ6, కాల్షియం, ఫాస్పరస్, పొటాషియం వంటి పోషకాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అలాగే పచ్చి ఉల్లిపాయల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో ఉండే ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడటానికి సహాయపడతాయి. అలాగే ఎన్నో రోగాల ప్రమాదాన్ని కూడా తగ్గిస్తాయని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలలో యాంటి క్యాన్సర్ లక్షణాలు కూడా ఉంటాయి. అంటే వీటిని మోతాదులో తింటే క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధుల ప్రమాదం తగ్గుతుందని కొందరు ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే పచ్చి ఉల్లిపాయ డయాబెటిక్ పేషెంట్లకు కూడా ఎంతో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందట. ఎలా అంటే మధుమేహులు పచ్చి ఉల్లిపాయలను తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలను తింటే శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నార్మల్ గా ఉంటాయట. దీంతో మీ గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుందని, శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్ లెవెల్స్ నార్మల్ గా ఉంటే గుండెపోటు వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుందని చెబుతున్నారు. ఉల్లిపాయల్లో యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు ఉంటాయి. అంటే వీటిని తినడం వల్ల మంట, నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలుగుతాయట. ముఖ్యంగా చలికాలంలో కీళ్లనొప్పుల నొప్పుల నుంచి బయటపడాలంటే పచ్చి ఉల్లిపాయలను మోతాదులో తినడం చాలా మంచిదని చెబుతున్నారు. పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం వల్ల జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు కూడా తలెత్తవట.

పళ్ళుతోమకుంటే ఏమవుతుంది..?

చాలా మంది తమ నోటిని దేవుని ఇల్లుగా భావిస్తారు. దానిలోని దంతాలు , ఆ ఒక్క నాలుక అన్ని విధాలుగా నీతిగా , శుభ్రంగా ఉంచబడతాయి. అక్కడ స్వేచ్ఛకు అనుమతి లేదు. అయితే కొన్ని ఉన్నాయి. వారి పొడవాటి నాలుకలను వదులుకోండి. దాంతో వారు గందరగోళానికి గురవుతారు. మరికొందరు పళ్లు తోముకోవడం, శుభ్రంగా ఉంచుకోవడం వంటి పనుల జోలికి వెళ్లరు.కానీ ఆ ప్రాతిపదికన, బ్రషింగ్‌ను ఒకటి లేదా రెండు రోజులు దాటవేయడం పెద్ద విషయంగా అనిపించదు. అయినప్పటికీ, మీ దంత పరిశుభ్రతను చాలా కాలం పాటు నిర్లక్ష్యం చేయడం వలన మీ శరీరం యొక్క మొత్తం ఆరోగ్యంపై తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుంది. నోరు మిలియన్ల బ్యాక్టీరియాలకు నిలయం. , మీరు మీ దంతాలను క్రమం తప్పకుండా బ్రష్ చేయకపోతే, బ్యాక్టీరియా సంఖ్య పెరుగుతుంది. ఇది నోటి దుర్వాసన లేదా తడిసిన దంతాల కంటే అనేక సమస్యలకు దారితీస్తుంది. బ్రష్ చేయని మొదటి కొన్ని రోజుల్లో నోటిలో తక్షణ మార్పులు సంభవిస్తాయి మీరు బ్రష్ చేయడం ఆపివేసినప్పుడు గుర్తించదగిన మొదటి మార్పు దంతాల మీద మృదువైన ఫలకం ఏర్పడటం. ఈ ఫలకం బ్యాక్టీరియాతో నిండిపోయి చిగుళ్లను చికాకుపెడుతుంది. ఇది మంటను కలిగిస్తుంది , ఈ ఎర్రబడిన చిగుళ్ళను తాకినప్పుడు లేదా సున్నితంగా బ్రష్ చేసినప్పుడు సులభంగా రక్తస్రావం అవుతుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, డెంటల్ ప్లేక్ డెంటిన్‌లో డీకాల్సిఫికేషన్‌ను ప్రారంభించే సామర్థ్యాన్ని కలిగి ఉంటుంది. కాబట్టి ఈ వైవిధ్యం ఫలకం మీ దంతాలను నాశనం చేసే ముందు ఎనామెల్ కింద రక్షిత పొరపై 48 గంటలలోపు సంభవిస్తుంది.

జీరో ఆయిల్ కుకింగ్

ఎప్పుడైనా నూనె రుచి చూశారా? కచ్చితంగా నచ్చదు. కానీ నూనె వల్లే వంట రుచికరంగా ఉంటుందని నమ్ముతాం. అయితే ఆయిల్, నెయ్యి, వెన్నెకు సంబంధించిన ఒక్క చుక్క లేకుండా కూడా టేస్టీ ఫుడ్ ప్రిపేర్ చేయొచ్చని చెప్తున్నారు నిపుణులు.రుచిని త్యాగం చేయకుండా రుచికరమైన భోజనం వండొచ్చని వాగ్దానం చేస్తున్నారు. ప్రస్తుతం జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ ట్రెండ్ అవుతుండగా.. ఈ విప్లవాత్మక విధానం, ఉపయోగాల గురించి తెలుసుకుందాం. జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ అనేది ఎటువంటి నూనెలు లేదా కొవ్వులను ఉపయోగించకుండా ఆహారాన్ని తయారు చేయడాన్ని సూచిస్తుంది. ఈ వంట పద్ధతి స్టీమింగ్, బాయిల్ చేయడం, గ్రిల్లింగ్, రోస్ట్ చేయడం లేదా ఆహారాన్ని అంటుకోకుండా నిరోధించడానికి నాన్-స్టిక్ కుక్‌వేర్‌లను ఉపయోగించడం వంటి ప్రత్యామ్నాయాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది. సుగంధ ద్రవ్యాలు, మూలికలు, నిమ్మకాయ, ఇతర సహజ రుచులను టేస్ట్ మెరుగుపరచడానికి ఉపయోగిస్తారు. తద్వారా నూనె అవసరం లేకుండా ఆహారాన్ని పోషకమైనదిగా, రుచిగా మారుస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం : నూనెను తగ్గించడం, ముఖ్యంగా అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు, చెడు కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. గుండె జబ్బులు, రక్తపోటు, స్ట్రోక్స్ ప్రమాదాన్ని నివారిస్తుంది. నూనెలో సంతృప్త కొవ్వులు ఉంటాయి. ఇవి గుండెకు చాలా అనారోగ్యకరమైనవి. కాబట్టి నూనెను వాడకుండా ఉండటం ద్వారా.. ఈ సంతృప్త కొవ్వులను కూడా వదిలించుకోవచ్చు. వెయిట్ మేనేజ్మెంట్ : నూనెలో కేలరీలు ఎక్కువగా ఉన్నందునా.. మీ ఆహారం నుంచి దానిని తొలగించడం మొత్తం కేలరీల తీసుకోవడం తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. ఇది కిలోల బరువు తగ్గడానికి, వెయిట్ మేనేజ్మెంట్ కు సహాయపడుతుంది. నూనెలో కొవ్వు ఉంటుంది. అధిక కొవ్వు అధిక బరువు పెరగడానికి దారితీస్తుంది. కాబట్టి జీరో ఆయిల్ కుకింగ్ బరువు నిర్వహణలో సహాయపడుతుంది. జీర్ణక్రియ మెరుగు :భారీ, జిడ్డుగల ఆహారాలను జీర్ణం చేయడం కష్టం. అజీర్ణం, ఉబ్బరం, ఇతర జీర్ణ సమస్యలకు దారితీయవచ్చు. నూనె లేకుండా వంట చేయడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగుపడుతుంది. పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. నూనె లేకుండా, నూనె రహిత వంటకాలు చేసేందుకు కూరగాయలు, ధాన్యాలపై ఎక్కువ దృష్టి పెట్టడం వలన ఎక్కువ ఫైబర్ తీసుకునేందుకు కారణమవుతుంది. దీనివల్ల జీర్ణక్రియ సులభమవుతుంది.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem

మలైకాకు సిద్ధూ నుంచి కానుకలు.. కపిల్ శర్మ షోలో బయటపడ్డ సరదా సీక్రెట్!

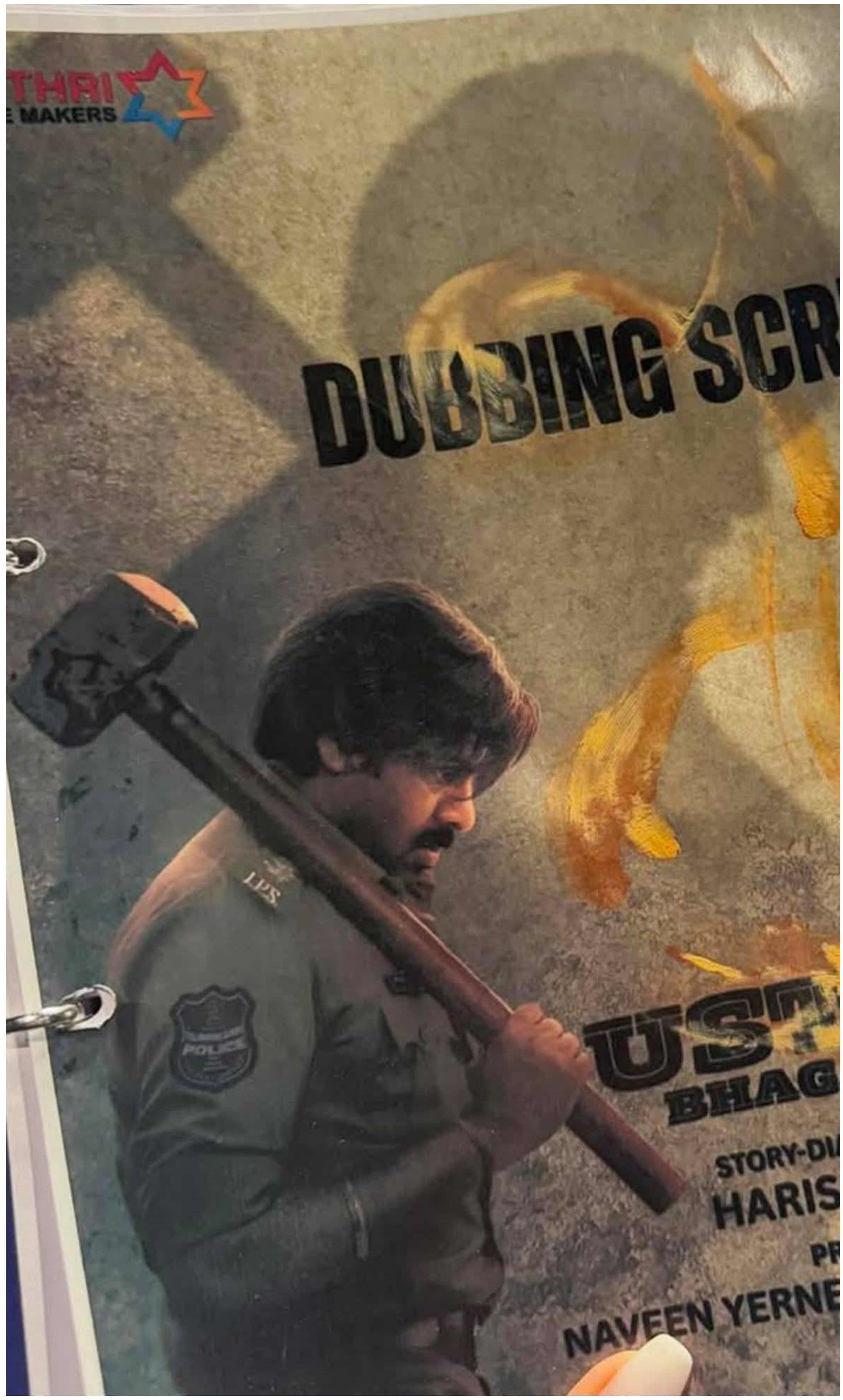
'ది గ్రేట్ ఇండియన్ కపిల్ శర్మ షో'లో ఆసక్తికర విషయం చెప్పిన మలైకా
ప్రతి 15-20 రోజులకు తనకు సిద్ధూ వెన్న, బెల్లం పంపిస్తారని వెల్లడి
మలైకాపై అసూయగా ఉందంటూ కపిల్ శర్మ సరదా వ్యాఖ్యలు
సిద్ధూ గెటప్‌లో వచ్చిన సునీల్ గ్రోవర్.. మలైకాతో ఫ్లర్టింగ్

బాలీవుడ్ నటి మలైకా అరోరా, మాజీ క్రికెటర్ నవజ్యోత్ సింగ్ సిద్ధూకు మధ్య ఉన్న ఓ సరదా అనుబంధం గురించి బయటపడింది. ప్రముఖ టాక్ షో 'ది గ్రేట్ ఇండియన్ కపిల్ శర్మ షో'లో పాల్గొన్న మలైకా మాట్లాడుతూ... సిద్ధూ ప్రతి 15-20 రోజులకు ఒకసారి తన కోసం ఇంటి నుంచి ప్రత్యేకంగా తెల్ల వెన్న (వైట్ మఖన్) పంపిస్తారని వెల్లడించారు. షోలో హోస్ట్ కపిల్ శర్మ.. అమృత్‌సర్ ఫుడ్ గురించి మాట్లాడుతూ, "అక్కడి కుల్చాపై వేసే తెల్ల వెన్నను చూస్తే నాకు మీరే గుర్తొస్తారు" అని మలైకాతో అన్నారు. వెంటనే సిద్ధూ జోక్యం చేసుకుని, "మలైకా మ్యామ్, మా ఇంటి నుంచి మీకు ఏం వస్తుంది?" అని అడిగారు. దీనికి మలైకా బదులిస్తూ, "ప్రతి 15 లేదా 20 రోజులకు ఒకసారి, ఆయన తన ఇంటి నుంచి నాకు తెల్ల వెన్న, కొన్ని స్నాక్స్, బెల్లం పంపిస్తారు" అని తెలిపారు. ఈ విషయం విన్న కపిల్ శర్మ సరదాగా అసూయ వ్యక్తం చేశారు. "సిద్ధూ గారు మీకు పరిచయమైంది గత ఏడాదే. అయినా ఇన్ని పంపిస్తున్నారు. నాకు ఆయన 20 ఏళ్లుగా తెలుసు. కనీసం సోంపు, బెల్లం ముక్క కూడా ఎప్పుడూ ఇవ్వలేదు" అని నవ్వులు పూయించారు. మలైకాను చూస్తే తనకు చాలా అసూయగా ఉందని కూడా కపిల్ అన్నారు. ఇదే షోలో సిద్ధూ, మలైకాను "చాలా తుంటరి" అని ఆటపట్టించారు. ఆమె గురించి వాళ్ల అమ్మకు కూడా అంతగా తెలిసి ఉండదేమోనని కపిల్ చమత్కరించారు. చివర్లో, నటుడు సునీల్ గ్రోవర్.. సిద్ధూ గెటప్‌లో వచ్చి మలైకాకు రోజా పూలు ఇచ్చి ప్రపోజ్ చేస్తూ అందరినీ అలరించారు. తనను అద్భుతంగా అనుకరించిన సునీల్‌ను చూసి, "నీ ముందు నవజ్యోత్ ఫెయిల్ అయ్యాడు" అంటూ సిద్ధూ ప్రశంసించారు.

నా గురించి రాసిన ఆర్టికల్ చదివి ఎమోషనల్ అయ్యా..

ఎంతో చెప్పాలని ఉన్నా మాటలు రావడం లేదు: రష్మిక
రష్మిక, విజయ్ దేవరకొండల సినిమాలు, ప్రేమాయణం, వివాహం గురించి రాసిన నెటిజన్
చాలా రోజుల తర్వాత నా గురించి ఆర్టికల్ చదివానన్న రష్మిక
మిమ్మల్ని స్వేచ్ఛగా ఉండనిచ్చే ప్రేమను వెతుక్కోవాలని సూచన

చాలారోజుల తర్వాత తన గురించి రాసిన ఒక ఆర్టికల్‌ను చదివి ఎంతో ఎమోషనల్ అయ్యానని, ఎంతో చెప్పాలని ఉంది కానీ మాటలు రావడం లేదని ప్రముఖ సినీ నటి రష్మిక అన్నారు. గత నెలలో విజయ్ దేవరకొండ, రష్మికల వివాహం జరిగిన విషయం తెలిసిందే. రష్మిక, విజయ్‌ల సినిమాలు, వారి ప్రేమాయణం, వివాహం గురించి ఒక నెటిజన్ తన బ్లాగ్‌లో రాశారు. దీనిని చదివిన రష్మిక, తాను భావోద్వేగానికి గురైనట్లు చెప్పారు. చాలా రోజుల తర్వాత తన గురించి రాసిన ఆర్టికల్ చదివానని పేర్కొన్నారు. ప్రస్తుతం తనకంటూ ప్రత్యేక స్థానాన్ని వెతుక్కునే ప్రయాణంలో ఆనందంగా ఉన్నానని రష్మిక పేర్కొన్నారు. దానిని గుర్తించి ఇంత అందంగా వివరించినందుకు సదరు నెటిజన్‌కు ఆమె ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ప్రేమ గురించి నేను ఒక్కటే చెప్పదలుచుకున్నానని, మిమ్మల్ని స్వేచ్ఛగా ఉండనిచ్చే ప్రేమను వెతుక్కోవాలని అన్నారు.



'ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్'లో ఐటమ్ సాంగ్ ఉండదు

కారణం చెప్పిన హరీశ్ శంకర్
పవన్ 'ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్' చిత్రంలో స్పెషల్ సాంగ్ ఉండదన్న హరీశ్ శంకర్
డిప్యూటీ సీఎం హోదాను గౌరవిస్తూ ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నామన్న దర్శకుడు
గతంలోని 'కెవ్వు కేక' పాట తరహాలో ఆశించిన అభిమానులకు నిరాశ
మార్చి 19న భారీ ఎత్తున సినిమా విడుదల
శ్రీలీల, రాశీ ఖన్నా హీరోయిన్లుగా నటిస్తున్న చిత్రం

పవర్ స్టార్ పవన్ కల్యాణ్, దర్శకుడు హరీశ్ శంకర్ కాంబినేషన్‌లో వస్తున్న 'ఉస్తాద్ భగత్ సింగ్' చిత్రంపై అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు నెలకొన్నాయి. గతంలో వీరిద్దరి కలయికలో వచ్చిన 'గబ్బర్ సింగ్'లోని 'కెవ్వు కేక' పాట ఎంత పెద్ద హిట్టయ్యిందో తెలిసిందే. అయితే ఈసారి ఆ తరహా స్పెషల్ సాంగ్ ఉండబోదని దర్శకుడు హరీశ్ శంకర్ స్పష్టం చేశారు. ఈ నిర్ణయం వెనుక ఉన్న కారణాన్ని కూడా ఆయన వివరించారు. ప్రస్తుతం పవన్ కల్యాణ్ ఆంధ్రప్రదేశ్ ఉపముఖ్యమంత్రిగా కీలక రాజకీయ బాధ్యతల్లో ఉన్నారని, ఆయన హుందాతనాన్ని గౌరవిస్తూనే ఈ సినిమాను తీర్చిదిద్దుతున్నామని హరీశ్ శంకర్ తెలిపారు. "ఒక డిప్యూటీ సీఎం హోదాలో ఉన్న వ్యక్తి, ఐటమ్ గర్ల్ వెనుక తిరుగుతూ పాటలు పాడితే బాగుండదు. అందుకే ఈ సినిమాలో ఆ తరహా ప్రత్యేక గీతాన్ని చేర్చలేదు" అని ఆయన వెల్లడించారు. పవన్ కల్యాణ్ ఇమేజ్‌ను దృష్టిలో పెట్టుకునే ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. మైత్రీ మూవీ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్న ఈ భారీ యాక్షన్ ఎంటర్‌టైనర్‌లో శ్రీలీల, రాశీ ఖన్నా కథానాయికలుగా నటిస్తున్నారు. దేవి శ్రీ ప్రసాద్ స్వరపరిచిన పాటలు ఇప్పటికే ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకోగా, త్వరలోనే మూడవ సింగిల్‌ను విడుదల చేసేందుకు సన్నాహాలు చేస్తున్నారు. తమన్ నేపథ్య సంగీతాన్ని అందిస్తుండడం ఈ సినిమాకు అదనపు ఆకర్షణగా మారింది. ఈ చిత్రాన్ని మార్చి 19న ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్‌గా విడుదల చేయనున్నారు.