జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

Jai Bheem TV
STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి - 07 | సంచిక 75 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | శనివారం 14, ఫిబ్రవరి 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

ఆంధ్రా బడ్జెట్.. ఆదర్శవంతం!

కూటమి ప్రభుత్వ బలోపేతాన్ని నిరూపించుకునే ప్రయత్నం

అన్ని వర్గాలకు సమన్యాయం జరిగే విధంగా బడ్జెట్ కూర్పు

ప్రజలకు సంక్షేమాలు అందించే విధంగా కృషి

విద్య వైద్యం, వ్యవసాయం, సాంకేతిక రంగాలపై ప్రత్యేక దృష్టి

గ్రామీణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి బడ్జెట్లో ప్రత్యేక నిధులు కేటాయింపు

అభివృద్ధి సంక్షేమం రెండు కళ్ళలా భావిస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వం

ప్రాజెక్టుల నిర్మాణాలకు వేగవంతమైన కృషి చేయాలని నిర్ణయం

అమరావతి, పోలవరం నిర్మాణాలకు కేంద్రం సహాయం తప్పనిసరి అవసరం

పెట్టుబడిదారుల విశ్వాసాన్ని పెంచడానికి కూటమి ప్రభుత్వం కృషి చేస్తుంది

ఉచిత వ్యవసాయ విద్యుత్కు పెద్ద ఎత్తున నిధుల కేటాయింపు

పోలవరం నల్లమల్ల సాగర్ ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలి

డాక్టర్ బరిగెల శివ

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ డెస్క్)

ప్రజాసేవపై ఆశలు పెంచే విధంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ కూటమి ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ ఉందని డాక్టర్ బరిగెల శివ అభిప్రాయం వ్యక్తపరిచారు.ప్రజల అభిమానం మేరకు ప్రజల అభివృద్ధి మేరకు ప్రజాసంక్షేమాల అభివృద్ధిని బలపరచడానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీసుకోవాల్సిన నిర్ణయాలతో బడ్జెట్ వివరాల ద్వారా ప్రజలకు మేలు జరుగుతుందని ఆశించాల్సి ఉందన్నారు.అన్ని రకాల అభివృద్ధి సంక్షేమాలకు తగినన్ని నిధులను కేటాయిస్తూ 3.32 లక్షల కోట్ల బడ్జెట్ ప్రవేశపెడుతూ కూటమి ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయం పట్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారన్నారు.ప్రజాసేవను పటిష్టపరిచే క్రమంలో నిధుల దుర్వినియోగం జరగకుండా బడ్జెట్లో కేటాయించబడిన ప్రతి సంక్షేమ అభివృద్ధిని తూచా తప్పకుండా పాటించే విధంగా కూటమి ప్రభుత్వం పాలన కొనసాగిస్తుందని ఆశించాలన్నారు.అభివృద్ధి సంక్షేమం రెండు కళ్ళల భావిస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వం

- మిగతా 2లో..

డాక్టర్ బరిగెల శివ
జై భీమ్ సంస్థల ఫౌండర్, చైర్మన్

చదువు పేరుతో కార్పొరేట్ బిజినెస్

పుట్టగొడుగుల్లా పుట్టుకొస్తున్న విద్యాసంస్థలు

అనుమతి లేకుండానే అడ్మిషన్ల ప్రక్రియ

ఆన్లైన్ క్లాస్‌ల పేరుతో డెమో క్లాస్‌లు..

ఐఐటీ, నీట్ కోచింగ్‌ల పేరుతో దోపిడి..

పట్టించుకొని అధికారులు.

అనుమతి లేని విద్యాసంస్థలపై చర్యలు తీసుకోండి

5

తెలంగాణ ప్రజలు మమ్మల్ని ఆశీర్వదించారు

జాతీయ మీడియాతో కల్వకుంట్ల కవిత

మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలు తమకు సంతోషాన్ని ఇచ్చాయన్న కవిత

ఒక మున్సిపాలిటీని కైవసం చేసుకున్నామన్న జాగృతి అధ్యక్షురాలు

తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కీలక పాత్ర పోషిస్తామని వ్యాఖ్య

5

రాష్ట్ర బడ్జెట్‌లో శాఖల వారీగా..

వివిధ సంక్షేమ పథకాలు, వివిధ కార్యక్రమాలకు కేటాయింపులు

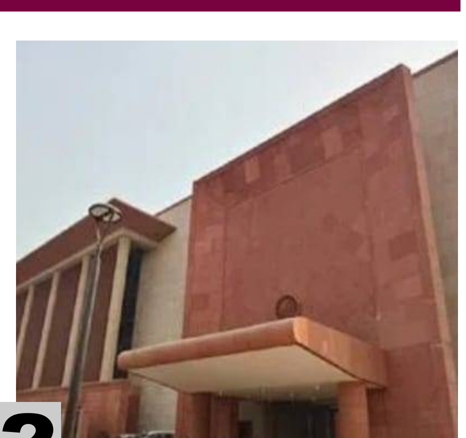
2

నూతన ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయం

'సేవా తీర్థ్' ప్రారంభించిన మోదీ..

తొలి రోజే కీలక నిర్ణయాలు

2



'గ్రేటర్' విలీనం, విభజన కొత్త సమస్యలకు దారితీసిందా?

సికింద్రాబాద్ పేరే లేకుండా చేశారని లష్కర్ ప్రజల ఆవేదన

జనగణన నోటిఫికేషన్ వచ్చాక డీలిమిటేషన్ చేశారంటున్న బీజేపీ

హైడ్రా, హెచ్ఎండీఏకు అన్‌లిమిటెడ్ పవర్స్ ఇచ్చారన్న చర్చ

కార్పొరేషన్ల పవర్స్, ఇన్‌కమ్ తగ్గిపోతాయన్న ఆందోళన

4

నూతన ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయం

'సేవా తీర్థ్' ప్రారంభించిన మోదీ..
తొలి రోజే కీలక నిర్ణయాలు

(జై భీమ్ న్యూస్ ఢిల్లీ)

స్వతంత్ర భారత దేశ చరిత్రలో, అత్యంత ప్రభావవంతమైన ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయం చిరునామా తొలిసారి మారింది. ఇన్నేళ్ల తర్వాత ఢిల్లీలో నూతన ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయం ప్రారంభమైంది. 'సేవా తీర్థ్' పేరుతో రూపొందిన నూతన ప్రధాన మంత్రి కార్యాలయాన్ని ప్రధాని మోదీ శుక్రవారం మధ్యాహ్నం రెండు గంటలకు ప్రారంభించారు. కొత్త భవనం ప్రారంభమైన సందర్భంగా రూ.100 ప్రత్యేక నాణేన్ని ప్రధాని విడుదల చేశారు. ప్రధాని కార్యాలయం ఆధునికంగా, పౌర సేవలకు మరింత అనుకూలంగా ఉండాలనే మోదీ ఆలోచనకు అనుగుణంగా నూతన కార్యాలయం నిర్మితమైంది. దేశానికి స్వాతంత్రం లభించిన తర్వాత ప్రధాని కార్యాలయం ఒక చోటు నుంచి మరో చోటుకు మారడం ఇదే మొదటిసారి. ఇక సేవా తీర్థ్‌లో ప్రధాని కార్యాలయం (సేవా తీర్థ్-1), నేషనల్ సెక్యూరిటీ కౌన్సిల్ సెక్రటేరియట్ (సేవా తీర్థ్2), క్యాబినెట్ సెక్రటేరియట్ (సేవా తీర్థ్-3) పని చేస్తాయి.

నేషనల్ ఇంటిగ్రేషన్ క్యాంపునకు 'బాలంకి కార్తికేయ' ఎంపిక

(హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

కే.యూ కాలేజీ అఫ్ ఇంజినీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ (కాకతీయ యూనివర్సిటీ కాలేజీ అఫ్ ఇంజనీరింగ్ అండ్ టెక్నాలజీ - కో ఎడ్యుకేషన్)కు చెందిన, ఈసీఈ విభాగ మూడో సంవత్సరం విద్యార్థి, ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్ "బాలంకి కార్తికేయ" ఫిబ్రవరి 17 నుండి 23, 2026 తేదిలలో కొట్టాయం, కేరళ లోని మహాత్మా గాంధి యూనివర్సిటీ లో జరుగు జాతీయ సమైక్యత శిబిరం (నేషనల్ ఇంటిగ్రేషన్ క్యాంపు) కు ఎంపిక అయినట్టు ప్రిన్సిపాల్ ఆచార్య ఎన్. రమణ వెల్లడించారు, ఈ సందర్భంగా ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ కోఆర్డినేటర్ ప్రొఫెసర్ ఈసం నారాయణ, ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్లు డా. డి. శైలజ, ఎం. సౌజన్య, బోధనా, బోధనేతర సిబ్బంది బాలంకి కార్తికేయను అభినందించారు, జాతీయ స్థాయి శిబిరానికి ఎంపిక కావడం కళాశాలకు గర్వకారణమని, భవిష్యత్తులో మరిన్ని విజయాలు సాధించాలని వారు ఆకాంక్షించారు.

నిజామాబాద్, కరీంనగర్ కార్పోరేషన్లను మేమే కైవసం చేసుకుంటాం: మహేశ్ కుమార్ గౌడ్

కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్ విషయంలో సరైన నిర్ణయం ?
తీసుకుంటామన్న మహేశ్ గౌడ్
ఈ ఎన్నికలు కవితకు సంతోషాన్ని ఇచ్చి ఉంటాయని వ్యాఖ్య
రాబోయే రోజుల్లో బీఆర్ఎస్ ప్రభావం ఉండదన్న పీసీసీ ప్రెసిడెంట్

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ సత్తా చాటిన సంగతి తెలిసిందే. ఎన్నికల ఫలితాలపై టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ సంతృప్తిని వ్యక్తం చేశారు. నిజామాబాద్, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్లను కూడా తామే కైవసం చేసుకుంటామని ఆయన ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్ విషయంలో సరైన నిర్ణయం తీసుకుంటామని చెప్పారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డితో ఈరోజు సమావేశమవుతానని... ఈ భేటీలో కార్పొరేషన్లపై చర్చించి తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని తెలిపారు. ఈ ఎన్నికలు కల్వకుంట్ల కవితకు సంతోషాన్ని ఇచ్చి ఉండవచ్చని మహేశ్ గౌడ్ అన్నారు. బీఆర్ఎస్ పార్టీ రోజురోజుకు పతనమవుతోందని... రాబోయే రోజుల్లో ఆ పార్టీ ప్రభావం ఉండదని చెప్పారు. మతాన్ని రెచ్చగొట్టినా మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీజేపీ ఏమీ సాధించలేకపోయిందని ఎద్దేవా చేశారు. జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో కూడా కాంగ్రెస్ పార్టీ ఘన విజయం సాధిస్తుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. మరోవైపు, ఈ ఎన్నికల ఫలితాలతో రేవంత్ రెడ్డి కాంగ్రెస్ పార్టీలో తన పట్టును మరింత పెంచుకున్నారని రాజకీయ విశ్లేషకులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

కొత్తగూడెంలో కిడ్నాప్ కలకలం !

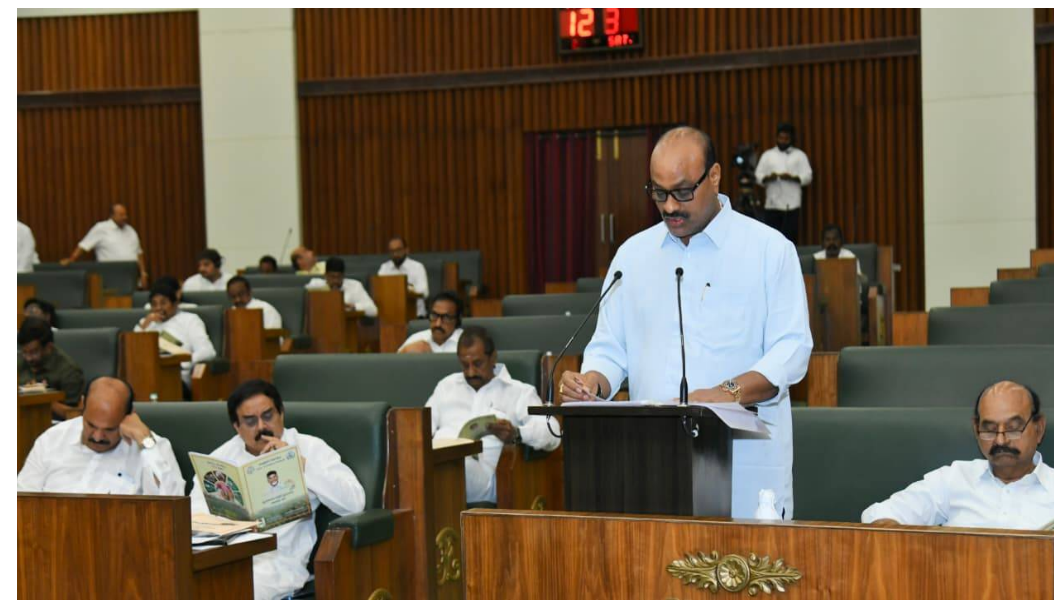
కొత్తగూడెం, జై భీమ్ న్యూస్

కొత్తగూడెం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ఎన్నికల ఫలితాలు వెలువడిన గంటల్లోనే రాజకీయ వాతావరణం ఒక్కసారిగా వేడెక్కింది. ఏ పార్టీకీ మేయర్ పీఠం దక్కించుకోవడానికి అవసరమైన సంపూర్ణ మెజారిటీ రాకపోవడంతో క్యాంపు రాజకీయాలు, కిడ్నాప్ ఆరోపణలతో పరిస్థితి ఉద్రిక్తంగా మారింది. తమ పార్టీ తరఫున గెలిచిన కార్పొరేటర్‌ను కాంగ్రెస్ పార్టీ కిడ్నాప్ చేసిందని బీఆర్ఎస్ ఆరోపించడం తీవ్ర కలకలం రేపుతోంది. శుక్రవారం వెలువడిన ఫలితాల్లో 32వ డివిజన్ నుంచి బీఆర్ఎస్ తరఫున గెలిచిన గుగులోతు రాంబాబు అదృశ్యమయ్యారు. కాంగ్రెస్ నాయకులే రాంబాబును బలవంతంగా తీసుకెళ్లారని మాజీ మంత్రి వనమా వెంకటేశ్వరరావు ఆరోపించారు. రాంబాబు భార్య నాగమణితో కలిసి ఆయన నివాసం వద్ద ధర్నాకు దిగారు. అధికార పార్టీ అండతోనే ఈ కిడ్నాప్ జరిగిందని, తమ కార్పొరేటర్‌ను వెంటనే విడిచిపెట్టాలని డిమాండ్ చేశారు. మొత్తం 60 స్థానాలున్న ఈ కార్పొరేషన్‌లో మేయర్ పీఠానికి 31 మంది సభ్యుల మద్దతు అవసరం. తాజా ఫలితాల్లో కాంగ్రెస్, సీపీఐ చెరో 22 స్థానాలు గెలుచుకోగా, బీఆర్ఎస్ 8, స్వతంత్రులు 6, బీజేపీ 1 స్థానంలో విజయం సాధించాయి. దీంతో హంగ్ ఏర్పడింది.

ఆంధ్ర 'బడ్జెట్' ఆదర్శవంతం !

మొదటి పేజీ తరువాయి

ప్రాజెక్టుల నిర్మాణాలకు పెద్దపీట వేస్తూనే రాష్ట్రంలో పెట్టుబడిదారుల విశ్వాసాన్ని పెంపొందించే విధంగా బడ్జెట్ రూపకల్పన జరిగిందని ప్రభుత్వం విశ్వాసం వ్యక్తపరుస్తున్న సందర్భంలో ప్రతిపక్ష పార్టీలు ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ పై విమర్శలు చేస్తున్నారని అన్నారు.రాష్ట్ర బడ్జెట్ పై ప్రజల్లో ఎలాంటి బిన్నాభిప్రాయాలు అవసరం లేదని కూటమి నేతలు హామీ ఇస్తుండడం పట్ల ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజల స్పందన ఎలా వస్తుందో వేచి చూడాలన్నారు.బడ్జెట్లో కేటాయించబడుతున్న సొమ్ము ఆయా శాఖలకు అభివృద్ధి పనుల కోసం ఉపయోగిస్తారా తర్జుమా చేస్తూ అవసరం ఉన్న శాఖలకు అవసరం ఉన్న చోట అభివృద్ధి పనులకు కేటాయిస్తారా వేచి చూడాలన్నారు.పోలవరం ప్రాజెక్టు, అమరావతి నిర్మాణం కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వ నిధులు తప్పకుండా అవసరమని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున కేంద్రం నుండి నిధులు తీసుకురావడానికి తీవ్రమైన కృషి చేస్తున్నామని కూటం ప్రభుత్వం నేతలు వెల్లడిస్తున్నారన్నారు.ఒకవైపు రాష్ట్రం అప్పుల్లో కూరుకుపోయిందని విమర్శిస్తూ మరోవైపు రాష్ట్రాన్ని అభివృద్ధి చేయడం కోసం అప్పులు చేయాల్సి వస్తుంది అని తెలుపుతున్నారన్నారు.ఆంధ్రప్రదేశ్లోని అన్ని ప్రాంతాలకు సమన్యాయం చేసే విధంగా బడ్జెట్ రూపకల్పనను చేశామని రాష్ట్ర ఆర్థిక శాఖ మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ ప్రవేశపెట్టిన బడ్జెట్ పై కూటమి ప్రభుత్వం నేతలు సంపూర్తియైన ధీమాను వ్యక్తపరుస్తున్నారన్నారు.పాఠశాల విద్యా వ్యవస్థ మొదలుకొని ఉన్నత విద్యా వ్యవస్థ వరకు ఆంధ్ర ప్రదేశ్ విద్యా వ్యవస్థ రూపకల్పనతో పాటు అభివృద్ధిని ఏ విధంగా కొనసాగిస్తారో చూడాలని ప్రజలు ఆతృతంగా ఎదురుచూస్తున్నారన్నారు.ఉచిత విద్యుత్ వ్యవసాయ రంగానికి పెద్ద పీట వేస్తున్నామని ప్రకటిస్తున్న కూటమి ప్రభుత్వం సంక్షేమ పథకాల అమలులో భాగంగా విద్యారంగానికి వ్యవసాయ రంగానికి మహిళా సంక్షేమ రంగానికి వృద్ధాప్య పెన్షన్ల రంగానికి చేస్తున్న సేవ పట్ల ప్రతి ఆధారాన్ని రికార్డు స్థాయిలో నమోదు చేసుకోవాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉంటుందన్నారు.బడ్జెట్ వివరాలను ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రజలకు చేరువయ్యే విధంగా ప్రభుత్వం తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటుండడంతో పాటు బడ్జెట్ ప్రవేశపెట్టిన సొమ్ములో ఎలాంటి అవినీతి సంభవించకుండా రాజమార్గంగా నీతి మార్గంగా ప్రజలకు ఉపయోగకరమైన పరిపాలన అందిస్తారని ఆశిస్తున్నామన్నారు.



బడ్జెట్ వివరాలు.

స్వర్ణ ఆంధ్రప్రదేశ్, స్థలం: సచివాలయం, 5వ భవనం, నం.186, వెలగపూడి, "ఈ బడ్జెట్ స్వర్ణాంధ్రప్రదేశ్ సాధన దిశగా రాష్ట్రాన్ని ముందుకు నడిపిస్తూ, వికసిత్ భారత్‌లో భాగస్వామ్య స్ఫూర్తిని ప్రతిబింబిస్తుంది." రాష్ట్రంలోని ఉత్తరాంధ్ర, రాయలసీమ, కోస్తా ఆంధ్ర ప్రాంతాల జల వనరుల ప్రాజెక్టులు, పారిశ్రామిక, హార్టికల్చర్ రంగాల్లో అభివృద్ధి సాధించే దిక్సూచి ఈ బడ్జెట్. "గరిష్ట ఆస్తుల కల్పన ద్వారా గ్రామీణ అభివృద్ధి కోసం విబిజీ--రామ్ జీ కింద రాష్ట్ర వాటా కేటాయింపులు జరిగాయి." "విద్య, వైద్య,వ్యవసాయం, సాంకేతిక రంగాల అభివృద్ధి సామాజిక సంక్షేమానికి ప్రాధాన్యతనిస్తూ స్వర్ణాంధ్రను వికసిత్ భారత్‌లో భాగస్వామ్యం చేసే బడ్జెట్ ఇది."

బడ్జెట్ ప్రధానాంశాలు.

1) స్వర్ణాంధ్ర సాధనకు అన్ని ప్రాంతాల సమగ్ర అభివృద్ధికి సూచీ ఈ బడ్జెట్

జగన్ పాలన విధ్వంసం ఆనవాళ్లను చెరిపివేస్తూ స్వర్ణాంధ్ర సాధన లక్ష్యంతో 2026--27 సంవత్సరానికి రెండవ పూర్తి స్థాయి బడ్జెట్‌ను రాష్ట్ర ఆర్థిక మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ ప్రవేశపెట్టారు.

2) గ్రామీణ ఆస్తుల కల్పన -- విబిజీ--రామ్ జీ రాష్ట్రం 40శాతం వాటా మరియు కేంద్ర ప్రభుత్వం 60శాతం వాటా కలుపుకొని మొత్తం రూ. 8,365 వేల కోట్లతో గ్రామీణ ఆస్తుల కల్పనకు అవకాశం కలుగుతుంది.

3) అభివృద్ధి ,సంక్షేమం -- రెండు కళ్లులా

రూ. 3.32 లక్షల కోట్ల బడ్జెట్‌లో అభివృద్ధి మరియు సంక్షేమం సమతుల్యంగా ప్రతిబింబించాయి. ఈ బడ్జెట్ 10 జిల్లాల విశాఖ ఆర్థిక మండలి కోసం 28 వేల కోట్లు, ఏలూరు నుండి ప్రకాశం మరియు మార్కాపురం జిల్లా వరకు ఆర్థిక మండలి ప్రతిపాదన వ్యయం 25 వేల కోట్ల రూపాయలు వరకు ఉండే అవకాశం ఉంది, రాయలసీమ గ్లోబల్ హార్టీ కల్చర్ హబ్ గా 30 వేల కోట్లు తో తిరుపతి, చిత్తూరు, అన్నమయ్య, కడప, సత్యసాయి, అనంతపురం మరియు మార్కాపురం జిల్లాలను తీర్చిదిద్దనున్నట్లు ప్రకటన చేయడం అంటే రాష్ట్రంలోని అన్ని ప్రాంతాల సమగ్ర అభివృద్ధికి బాటలు వేస్తుంది. ఇరిగేషన్ల విషయంలో కూడా పోలవరం, వంశధార, వెలిగొండ, హంద్రీ- నీవా లను పూర్తి చేయడానికి ప్రాధాన్యతను తెలపడం చూస్తే ఉత్తరాంధ్ర, కోస్తా ఆంధ్ర , రాయలసీమ మూడు ప్రాంతాల పైన సమ దృష్టి పెట్టడం జరిగింది.

4) అమరావతి ,పోలవరం కేంద్ర సహకారంతో అమరావతి నిర్మాణం స్వయం వనరులతో పూర్తి అవుతుందని స్పష్టం చేయడం ద్వారా నిధుల లేవన్న ప్రచారం తప్పుడు అని తేలింది, ఈ బడ్జెట్ లో 6000 కోట్లు కేటాయించడం జరిగింది. పోలవరం మొదటి దశ పూర్తి కోసం రూ. 6,105 వేల కోట్ల కేటాయింపులు చేయడం కేంద్ర నిధుల సద్వినియోగానికి నిదర్శనం. పోలవరం-- నల్లమల్ల సాగర్ వేగంగా పూర్తి చేయడం ద్వారా 200 టీఎంసీల నీటి తరలింపుతో పశ్చిమ ప్రకాశం, కడప మరియు నెల్లూరు జిల్లాలలోని కొన్ని ప్రాంతాల కరువు సమస్య పరిష్కారం.

5) ఎన్నికల హామీల అమలు "తల్లికి వందనం" పథకం కింద ప్రతి విద్యార్థి తల్లికి రూ..15,000 అందించేందుకు 9,668 కోట్లు కేటాయింపులు జరిగాయి. అన్నదాత సుఖీభవ" కింద రైతులకు కేంద్రం ఇచ్చే ?6,000 కలుపుకొని ?20,000 పెట్టుబడి సహాయం కోసం రూ. 6,600 కోట్లు.

పెన్షన్ల కోసం 27,708 కోట్లు ఉచిత వ్యవసాయ విద్యుత్‌కు రూ. కోట్లు కేటాయింపు.

6) ఉపాధి & మూలధన వ్యయం

రూ. 53,915 కోట్ల మూలధన వ్యయంతో ఉద్యోగ, ఉపాధి అవకాశాల కల్పనకు ప్రాధాన్యం, బడ్జెట్ లో 17.5 శాతం మూలధన వ్యయం కోసం కేటాయింపులు.

7) జల్ జీవన్ మిషన్ం పునరుద్ధరణకు ఈ సంవత్సరం రూ. 4,000 కోట్లు కేటాయింపు.

8) మున్సిపాలిటీలకు ఆర్థిక స్వేచ్ఛ 2019--24 మధ్య సిఎఫ్ఎంఎస్ ద్వారా మున్సిపల్ నిధులు మళ్లింపులు జరిగాయి. ఇప్పుడు నిధులు నేరుగా మున్సిపాలిటీలకు అందజేసి స్వయం సమృద్ధికి దోహదం.

9) 1 లక్ష మంది మహిళలను వ్యాపారవేత్తలుగా తీర్చిదిద్దడానికి ప్రణాళిక .

ఆర్థిక క్రమశిక్షణ

10) రెవిన్యూ వ్యయం: రూ. 2,56,143 కోట్లు మూలధన వ్యయం : రూ. 53,915 కోట్లు

రెవిన్యూ లోటు: రూ. 22,002 కోట్లు

ద్రవ్యలోటు: రూ. 75,868 కోట్లు (20025 - 26 సవరించిన అంచనా 80 వేల కోట్లు)

జీఎస్డీపీలో రెవిన్యూ లోటు: 1.88% (20025 - 26 సవరించిన అంచనా 3.79శాతం)

జీఎస్డీపీలో ద్రవ్యలోటు: 3.84 శాతం (20025 - 26 సవరించిన అంచనా 5.1శాతం)

గత ప్రభుత్వ అస్తవ్యస్త విధానాలను రుణాల పునర్వ్యవస్థీకరణ చేసి సంవత్సరానికి 300 కోట్లు ఆదా, మరో 1 లక్ష కోట్ల అప్పుల పునర్వ్యవస్థీకరణ కోసం ప్రణాళిక ద్వార వడ్డీ భారం తగ్గించే ప్రయత్నం. 18,700 కోట్ల రూపాయలు మాచింగ్ గ్రాంట్ పెట్టడం ద్వారా 83 కేంద్ర ప్రాయోజిత పథకాలను సమర్థవంతంగా వినియోగించుకోవడం జరిగింది.

పెట్టుబడిదారుల విశ్వాసాన్ని పెంచే బడ్జెట్..

వ్యవసాయ బడ్జెట్‌లో ప్రకృతి వ్యవసాయానికి ప్రాధాన్యత. దార్శనిక నాయకత్వం ఈ బడ్జెట్ ముఖ్యమంత్రి ఎన్ చంద్రబాబు నాయుడు దార్శనికతను ప్రతిబింబిస్తుంది. ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ వికసిత్ భారత్ సంకల్పంలో భాగస్వామ్యం అయ్యేలా స్వర్ణాంధ్ర సాధనకు ఇది ఊతమిస్తుంది. మాజీ ముఖ్యమంత్రి వైయస్ జగన్మోహన్ రెడ్డి బడ్జెట్ సమావేశాలకు హాజరుకాకపోవడం బాధ్యతారాహిత్యం. రాష్ట్రాన్ని అప్పుల్లో ముంచిన వారు ప్రతిపక్ష హోదా గురించి మాట్లాడే నైతిక హక్కు లేదు.

హన్మకొండ జిల్లా పోస్టల్ కాలనీలో టేక్ అవే హోటల్ ప్రారంభం

(హనుమకొండ, జై భీమ్ న్యూస్)

హన్మకొండ జిల్లా పోస్టల్ కాలనీలో నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన టేక్ అవే హోటల్ ను హోటల్ యజమాని భూక్యా తిరుపతి నాయక్ పిలుపు మేరకు డాక్టర్ బరిగెల శివ, జై భీమ్ టీవీ ఫౌండర్ & చైర్మన్, ఘనంగా ప్రారంభించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నెక్కొండ కిషన్ (50వ డివిజన్ కార్పొరేటర్), ఉప్పల సతీష్ (టీచర్ యూనియన్ లీడర్) తదితర ప్రముఖులు పాల్గొని హోటల్ యజమానికి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ డాక్టర్ బరిగెల శివ మాట్లాడుతూ.. స్థానిక యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు కల్పించే ఇటువంటి వ్యాపారాలను ప్రోత్సహించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. నాణ్యమైన ఆహారాన్ని అందిస్తూ ప్రజల ఆదరణ పొందాలని హోటల్ యాజమాన్యానికి సూచించారు. ప్రాంతీయ ప్రజలు, వ్యాపారవేత్తలు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు.

రాష్ట్ర బడ్జెట్‌లో శాఖల వారీగా.. వివిధ సంక్షేమ పథకాలు, వివిధ కార్యక్రమాలకు కేటాయింపులు

(ఆంధ్రప్రదేశ్ జై భీమ్ న్యూస్)

ఆంధ్రప్రదేశ్ వార్షిక బడ్జెట్‌ను ఆర్థిక మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ అసెంబ్లీలో ప్రవేశపెట్టారు. వరుసగా మూడోసారి బడ్జెట్‌ను ప్రవేశపెట్టడం తన అదృష్టమని మంత్రి కేశవ్ అన్నారు. అభివృద్ధి, సంక్షమమే లక్ష్యంగా బడ్జెట్ రూపొందించినట్లు మంత్రి చెప్పారు. తమ దృష్టిలో బడ్జెట్ అంటే కేవలం పద్దుల కాదని.. ఏపీ ప్రజల భవిష్యత్ కలలను సాకారం చేసేది బడ్జెట్ అన్నారు. గృహిణికి భరోసా ఇచ్చేది బడ్జెట్ అని చెప్పుకొచ్చారు. రాష్ట్రాభివృద్ధి, సంక్షేమం జోడెద్దుల బండిలో పరుగులు పెట్టించాలనే సంకల్పంతో బడ్జెట్‌ను ప్రతిపాదిస్తున్నట్లు మంత్రి కేశవ్ స్పష్టం చేశారు. ఎన్నో సవాళ్లు ఉన్నా.. ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు ముందు చూపుతో రాష్ట్రం చెప్పుకోదగ్గ స్థాయిలో అభివృద్ధి జరిగిందని మంత్రి పయ్యావుల కేశశ్ అన్నారు. ఇప్పటి వరకు ఏం సాధించాం... ఇంకా ఏం సాధించాలనే అంశాల ఆధారంగా బడ్జెట్ రూపొందించామని మంత్రి తెలిపారు. ఉత్తరాంధ్ర నుంచి రాయలసీమ వరకు అన్ని ప్రాంతాల్లోనూ అభివృద్ధి చేయాలనే సంకల్పంతో ఈ బడ్జెట్‌ను తీర్చిదిద్దామన్నారు. కాగితాలకే పరిమితం కాకుండా... క్షేత్ర స్థాయిలో సంక్షేమాన్ని అమలు చేయడమే లక్ష్యంగా బడ్జెట్ రూపొందించామని మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ వెల్లడించారు. కూటమి ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేసిన తొలి ఏడాదే ఆర్థిక వ్యవస్థను గాడిలో పెట్టే ప్రయత్నం చేశామని మంత్రి వెల్లడించారు. ఈ చొరవతోనే 11.75 శాతం వృద్ధి రేటు సాధించామన్నారు. 2025-26వ ఆర్థిక సంవత్సరంలో కూడా సీఎం చంద్రబాబు నేతృత్వంలో డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ సహకారంతో రెండంకెల వృద్ధి నమోదు అవుతుందని అంచనా వేస్తున్నామన్నారు. 2025-26 ఏడాదిలో కూడా 10.75 శాతం మేర వృద్ధి నమోదు అవుతుందని ఆర్థిక శాఖ అంచనా వేశామన్నారు. 2025-26వ ఏడాదిలో ప్రపంచ వ్యాప్తంగా అనిశ్చితి పరిస్థితులు నెలకొన్నాయి. అయినప్పటికీ ఏపీలో వృద్ధి రేటు సాధించామన్నారు.

2026-27 బడ్జెట్ - ప్రధాన శాఖల కేటాయింపులు:

(పాఠశాల విద్య): రూ. 32,308.32 కోట్లు

(బీసీ సంక్షేమం): రూ. 23,650.88 కోట్లు

గ్రామీణాభివృద్ధి -- (పీఆర్‌డఆర్డీ): రూ. 22,941.54 కోట్లు

(ఆరోగ్యం): రూ. 19,306.04 కోట్లు

(జల వనరులు): రూ. 18,223.67 కోట్లు

పురపాలక శాఖ -- (ఎంఏయూడీ): రూ. 14,538.68 కోట్లు

(ఇంధనం): రూ. 13,934.25 కోట్లు

(వ్యవసాయం): రూ. 11,745.21 కోట్లు

(సామాజిక సంక్షేమం): రూ. 11,118.84 కోట్లు

(ఈడబ్ల్యూఎస్ సంక్షేమం): రూ. 10,699.33 కోట్లు

తల్లికి వందనం -- రూ. 9,668 కోట్లు

మహిళా ౚ శిశు సంక్షేమం -- రూ. 4,581 కోట్లు

స్కాలర్‌షిప్స్ (రిచ్ టెక్స్ట్ ఫార్మాట్ ౚ మార్జిన్ ట్రేడింగ్ ఫెసిలిటీ) : రూ. 3,836 కోట్లు

సమగ్ర శిక్ష -- రూ. 2,946 కోట్లు

ఉన్నత విద్య -- రూ. 2,566 కోట్లు

డొక్కా సీతమ్మ మధ్యాహ్న భోజనం -- రూ. 2,161 కోట్లు

మన బడి మన భవిష్యత్తు (క్యాపిటల్ వర్క్స్): రూ. 1,500 కోట్లు

నైపుణ్యాభివృద్ధి -- రూ. 1,232 కోట్లు

పీఎం స్కూల్స్ ఫర్ రైజింగ్ ఇండియా: రూ. 707 కోట్లు

సర్వేపల్లి రాధాకృష్ణ విద్యార్థి మిత్ర: రూ. 654 కోట్లు

యువత అభివృద్ధి ౚ సేవలు -- రూ. 438 కోట్లు

వ్యవసాయం ౚ సాగునీరు, ప్రధాన సాగునీటి ప్రాజెక్టులు (పోలవరం మినహా) -- రూ. 9,906 కోట్లు

అన్నదాత సుఖీభవ -- రూ. 6,600 కోట్లు

పోలవరం -- రూ. 6,105 కోట్లు

రాష్ట్రీయ కృషి వికాస్ యోజన -- రూ. 1,927 కోట్లు

ధర స్థిరీకరణ నిధి -- రూ. 500 కోట్లు

మత్స్యకార సేవలో -- రూ. 260 కోట్లు

పంట బీమా -- రూ. 250 కోట్లు

పీఎం. కృషి సించాయి యోజన -- రూ. 190 కోట్లు

సంక్షేమ పథకాలు, వివిధ కార్యక్రమాలకు కేటాయింపులు:

ఎన్టీఆర్ భరోసా -- రూ.27,719 కోట్లు

దీపం 2.0 -- రూ.2,601 కోట్లు

వివిధ వర్గాలకు ఆర్థిక మద్దతు -- రూ.2,320 కోట్లు

స్త్రీశక్తి -- రూ.1,420 కోట్లు

వీకర్ సెక్షన్లకు సబ్సిడీ, ఉచిత విద్యుత్ -- రూ.600 కోట్లు

ఆటో డ్రైవర్ల సేవలో -- రూ.450 కోట్లు

స్త్రీ, శిశు సంక్షేమం -- రూ.4,581 కోట్లు

ఘనంగా ఎన్ఎస్ఎస్ శిబిరం ప్రారంభం

(హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

ధర్మసాగర్ మండలం క్యాతంపల్లి గ్రామంలో యూనివర్సిటీ మహిళా కళాశాల, సుబేదారి ఎన్ఎస్ఎస్ యూనిట్ ఆధ్వర్యంలో 2026 ఫిబ్రవరి 14 నుండి 20 వరకు నిర్వహించబడుతున్న శీతాకాల 7 రోజుల ప్రత్యేక ఎన్ఎస్ఎస్ శిబిరం ఘనంగా ప్రారంభమైంది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన ప్రొఫెసర్ ఈసం నారాయణ, ఎన్ఎస్ఎస్ కోఆర్డినేటర్, కే.యు., విద్యార్థినులను ఉద్దేశించి సమాజ సేవ యొక్క ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. వాలంటీర్లు గ్రామంలో సాధ్యమైనంత సేవా కార్యక్రమాలు చేపట్టి ప్రజల్లో చైతన్యం కల్పించాలని ఆకాంక్షించారు. గ్రామ సేవ ద్వారా సామాజిక బాధ్యత, పరస్పర సహకారం, మానవీయ విలువలను ఆచరణలో నేర్చుకునే అపూర్వ అవకాశం లభిస్తుందని పేర్కొన్నారు. ఎన్ఎస్ఎస్ శిబిరం విద్యార్థులను బాధ్యతగల పౌరులుగా తీర్చిదిద్దే జీవన పాఠశాల వంటిదని అభిప్రాయపడ్డారు. గౌరవ అతిథిగా పాల్గొన్న డా. అనిత రెడ్డి, ఈసీ మెంబర్ మరియు ఎన్ఎస్ఎస్అడ్వైజరీ కమిటీ సభ్యురాలు, మహిళా సాధికారత, సామాజిక చైతన్యం మరియు సేవా తత్వంపై విశదీకరించారు. విద్యార్థులు సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలవాలని పిలుపునిచ్చారు. కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన డా. బి.ఎస్.ఎల్. సౌజన్య, ప్రెసిడెంట్, యూనివర్సిటీ మహిళా కళాశాల, సుబేదారి, తన సందేశంలో ఎన్ఎస్ఎస్ కార్యకలాపాలు యువతలో నాయకత్వ లక్షణాలు, క్రమశిక్షణ మరియు సేవాభావాన్ని పెంపొందిస్తాయని తెలిపారు. మండల విద్యాధికారి డా. బి. రమదాన్ మాట్లాడుతూ విద్యతో పాటు సామాజిక బాధ్యతను కలిగి ఉండటం అత్యవసరమని, గ్రామీణ అభివృద్ధిలో యువత పాత్ర కీలకమని పేర్కొన్నారు. ధర్మసాగర్ పోలీస్ స్టేషన్‌కు చెందిన ఎస్ఐ గారు గౌరవ అతిథిగా పాల్గొని చట్టపరమైన అవగాహన, భద్రత మరియు క్రమశిక్షణపై విద్యార్థులకు సూచనలు అందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎన్ఎస్ఎస్ ప్రోగ్రామ్ ఆఫీసర్ డా. కె. కవిత, గ్రామ సర్పంచ్ జి. బాలస్వామి, అప్పర్ ప్రైమరీ స్కూల్ హెడ్‌మాస్టర్ బి. రమేష్, వార్డు సభ్యులు, గ్రామ ప్రజలు, పాఠశాల విద్యార్థులు మరియు ఎన్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లు పాల్గొన్నారు. అనంతరం వాలంటీర్లు సుబ్రహ్మణ్యస్వామి ఆలయ ప్రాంగణాన్ని శుభ్రపరచి "క్లీన్ అండ్ గ్రీన్" కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

చోరీకి పాల్పడిన అనుమానితుల ఫోటోలను విడుదల చేసిన ధర్మసాగర్ పోలీసులు

(ధర్మసాగర్ జై భీమ్ న్యూస్)

ధర్మసాగర్ పరిధిలోని కరుణాపురం చర్చిలో ప్రార్థనలు అనంతరం హనుమకొండ భీమారం ప్రాంతానికి చెందిన విజయలక్ష్మి అనే మహిళ మెడలోని పుస్తెలతాడు చోరీనిఆ గురైంది. దీంతో ఫిర్యాదు అందుకున్న ధర్మసాగర్ పోలీసులు, దర్యాప్తు అనంతరం ఈ చోరీకి పాల్పడిన ఇద్దరు అనుమానిత మహిళలకు సంబంధించి విడుదల చేశారు. ఎవరైనా ఈ మహిళలను గుర్తిస్తే 8712685127 నంబర్ కు సమాచారం ఇవ్వాలని ధర్మసాగర్ ఇన్స్ స్పెక్టర్ తెలిపారు.

అభివృద్ధి పనులను ప్రారంభించిన ఎమ్మెల్యే మంజుల లింబావళి

బెంగళూరు జై భీమ్ న్యూస్ :

మహదేవపుర నియోజకవర్గంలో రోడ్లు, డ్రైనేజీ మరియు తాగునీటి సరఫరా వంటి అభివృద్ధి పనులకు ఎమ్మెల్యే మంజుల లింబావళి పూజలు చేసి ప్రారంభించారు. తరువాత ఆమె మాట్లాడుతూ గరుడాచార్ పాల్య వార్డు, దొడ్డనెక్కుండి వార్డు, ఎ ఇ సి ఎస్ లేఅవుట్ వార్డు, వర్తూర్ స్లమ్ బోర్డు, పాణత్తూర్ తో సహా వివిధ ప్రాంతాలలో రోడ్డు అభివృద్ధి, డ్రైనేజీ వ్యవస్థ, తాగునీటి కనెక్షన్, పైప్‌లైన్ అభివృద్ధి పనులు జరిగాయని ఎమ్మెల్యే మంజుల లింబావళి తెలిపారు. పనులు వీలైనంత త్వరగా పూర్తవుతాయి. ప్రజలకు ప్రయోజనం చేకూరుస్తామని ఆమె అన్నారు. కొత్తగా నిర్మించిన అంగన్‌వాడీని ప్రారంభించేందుకు వర్తూర్ స్లాంబోర్డ్‌లో భవనాన్ని నిర్మించి అంగన్‌వాడీ పిల్లల విద్యకు మంచి వాతావరణాన్ని కల్పించడం కోసం, మా పార్టీ కార్యకర్తలు మరియు దాతలు, ఆలయ ప్రాపర్టీస్‌కు చెందిన కృపాకర్ ఆచార్య, సంజయ్ మరియు నవీన్, 5 అంగన్‌వాడీలకు మంచి ఫర్నిచర్‌ను విరాళంగా ఇచ్చి అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా, నగర్ మండల అధ్యక్షుడు శ్రీధర్ రెడ్డి, ఎల్. రాజేష్, వి.పి. రక్షిత్, కృపాకర్ ఆచార్య, సంజయ్, నవీన్, సంతోష్ వంటి నాయకులు మరియు ప్రజలు పాల్గొన్నారు.

సరోజినీనాయుడును విద్యార్థినిలు ఆదర్శశీగా తీసుకోవాలి!

(హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

పింగిళి ప్రభుత్వ మహిళా కళాశాల (ఎ) వడ్డేపల్లి (హనుమకొండ)లో సరోజినీనాయుడు జయంతిని ఘనంగా నిర్వహించారు. ప్రిన్సిపాల్ లెఫ్టినెంట్ బి.చంద్రమౌళి భారతదేశ స్వాతంత్ర్య పోరాటంలో నాయుడు యొక్క కీలక పాత్రను మరియు మహిళల హక్కుల కోసం ఆమె జీవితకాల పోరాటాన్ని గుర్తుచేశారు, వారు సంఘీభావంతో సవాళ్లను ఎదుర్కోవాలని కోరారు. ఆమె ధైర్యసాహసలను, క్రమశిక్షణ ను మహిళా విద్యార్థులు ఆదర్శనంగా తీసుకోవాలి అన్నారు.బి ఓ యస్ చైర్‌పర్సన్ మరియు హెచ్ ఓ డి పి.డి.సుజాత మాట్లాడుతు నాయుడు యొక్క కవితా ప్రతిభను ప్రస్తుతించారు, ఆమెను "అందమైన కవితల నిధి"గా అభివర్ణించారు మరియు సాహిత్య వారసత్వం స్ఫూర్తిగా కొనసాగుతున్న పురాణ స్వాతంత్ర్య సమరయోధురాలు అని కొనియాడారు. నిన్న ఘనంగా జరిగిన సరోజినీ నాయుడు జయంతిలో విద్యార్థులకు కాంపిటీషన్స్ నిర్వహించి ఈ రోజు బహుమతులను ప్రదానం చేసారు. అధ్యాపకులు డా.సువర్ణ, టి.రమేష్‌కుమార్ మరియు కె.శ్యామ్‌సుందర్‌రెడ్డి హాజరు ఎంపిసిఎస్ ప్రథమ సంవత్సరం విద్యార్థులు బి.సుధీష్ణ, ఇ.దీక్షిత, జి.ప్రవళికాఅభిలాష, జి.అక్షిత బహుమతులు అందుకున్నారు.

కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయ కంప్యూటర్ సైన్సు విభాగ పార్య ప్రణాళిక అధ్యక్షులు గా, విభాగ అసోసియేట్ ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ డి. రమేష్ ను వైస్ ఛాన్సలర్ ఆచార్య కే. ప్రతాప్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు రెండు సంవత్సరాల కాలానికి నియమిస్తూ రిజిస్ట్రార్ ఆచార్య వి. రామచంద్రం ఉత్తర్వులు జారి చేసారు, ప్రస్తుత పార్య ప్రణాళిక అధ్యక్షురాలు డాక్టర్ మంజుల పదవి కాలం పూర్తి కావటం తో ఈ ఖాళి ఏర్పడింది, పలువురు బోధనా, బోధనేతర సిబ్బంది, పరిశోధకులు, విద్యార్థులు డాక్టర్ డి. రమేష్ ను అబినందించారు.
- (హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

కుట్రలు చేస్తే... మీ అందరినీ రాజకీయ సమాధి చేస్తా: బండి సంజయ్

కరీంనగర్ మేయర్ పీఠం బీజేపీదే అన్న బండి సంజయ్
మేయర్ పీఠాన్ని దక్కించుకుంటామని కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ అంటున్నాయని మండిపాటు
ఆ రెండు పార్టీలు ఒకటే అనే విషయం కరీంనగర్ వేదికగా బయటపడుతోందని విమర్శ

కరీంనగర్, జై భీమ్ న్యూస్

కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్, ఎంఐఎం మూడు పార్టీలు ఒకటేనని కేంద్ర సహాయ మంత్రి బండి సంజయ్ విమర్శించారు. ఆ మూడు పార్టీలకు ప్రేమికుల రోజు శుభాకాంక్షలు అని వ్యగ్యంగా అన్నారు. కరీంనగర్ లో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీలు చిల్లర రాజకీయాలకు పాల్పడుతున్నాయని మండిపడ్డారు. కార్పొరేషన్ ఎన్నికల్లో బీజేపీకి ఎక్కువ స్థానాలు వచ్చినప్పటికీ... మేయర్ పీఠం దక్కించుకుంటామని కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ చెబుతున్నాయని... ఏ విధంగా దక్కించుకుంటాయో చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ రెండు పార్టీలు ఒకటే అనే విషయం కరీంనగర్ వేదికగా బయటపడుతోందని చెప్పారు. కరీంనగర్ మేయర్ పీఠం తమదేనని బండి సంజయ్ అన్నారు. ఈ విషయంలో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ కుట్రలు చేస్తే... కరీంనగర్ నుంచే యుద్ధాన్ని ప్రారంభిస్తానని హెచ్చరించారు. వారందరినీ రాజకీయ సమాధి చేస్తానని సీరియస్ వార్నింగ్ ఇచ్చారు. బీజేపీ కార్యకర్తల శక్తి, దమ్ము మీకు తెలియదు అని అన్నారు. కరీంనగర్ కార్పొరేషన్లో బీజేపీకి కేవలం 13 సీట్లే వస్తాయని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి ఇంటెలిజెన్స్ విభాగం నివేదిక ఇచ్చిందని సంజయ్ తెలిపారు. అందుకే, ఈ విజయాన్ని ఇంటెలిజెన్స్ కే అంకితమిస్తున్నామని అన్నారు. మేయర్ పదవి కోసం గుంటనక్కలన్నీ ఏకమయ్యాయని మండిపడ్డారు. బీజేపీ సింహమని, సింగిల్ గానే వస్తుందని చెప్పారు. మరోవైపు, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్లో మొత్తం 66 డివిజన్లు ఉండగా... బీజేపీ 30 డివిజన్లలో జయకేతనం ఎగురవేసింది. కాంగ్రెస్ 14, బీఆర్ఎస్ 9 స్థానాలకే పరిమితమయ్యాయి. ఈ నెల 16న కార్పొరేటర్ల ప్రమాణస్వీకారం ఉంటుంది.

మేము అనుకున్నన్ని రాలేదు... కాంగ్రెస్ పరిస్థితి కూడా అదే: కేటీఆర్

మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలపై కేటీఆర్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు
30కి పైగా మున్సిపాలిటీలు వస్తాయని అనుకున్నామన్న కేటీఆర్
హంగ్ వచ్చిన ప్రాంతాల్లో పరిస్థితి తమకు అనుకూలంగా ఉందని వ్యాఖ్య

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తనదైన శైలిలో ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఈ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ 30కి పైగా మున్సిపాలిటీలను కైవసం చేసుకుంటుందని తాము అంచనా వేశామని... కానీ తుది ఫలితాల్లో ఆ సంఖ్య కొంత మేర తగ్గిందని ఆయన తెలిపారు. ఇదే సమయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీపై కూడా ఆయన ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. అధికార కాంగ్రెస్ పార్టీకి కూడా ఆశించిన స్థాయిలో ఫలితాలు రాలేదని అన్నారు. హంగ్ ఫలితాలు వచ్చిన మున్సిపాలిటీల్లో పరిస్థితి తమకు అనుకూలంగా ఉందని కేటీఆర్ చెప్పారు. ఛైర్మన్ పీఠాలను దక్కించుకోవడంలో కీలకమైన ఎక్స్ అఫీషియో ఓట్ల విషయంలో ఇప్పటికే రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం అధికారులతో చర్చించామని తెలిపారు. తమ పార్టీకి ప్రజాప్రతినిధులు ఉన్న ప్రతి చోటా కచ్చితంగా పట్టు సాధిస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ గాలిలో మేడలు కట్టిందని, కానీ క్షేత్ర స్థాయిలో ప్రజలు వారికి ఆశించినన్ని మున్సిపాలిటీలను ఇవ్వలేదని కేటీఆర్ ఎద్దేవా చేశారు. ఇదే సమయంలో ఆయన బీజేపీపై సెటైర్లు వేశారు. నిజామాబాద్, కరీంనగర్ వంటి ఒకటి రెండు ప్రాంతాల్లో మినహా ఆ పార్టీ ప్రభావం ఎక్కడా కనిపించలేదని అన్నారు.

మున్సిపల్ ఎన్నికలు.. ఎక్స్అఫీషియో ఓటుపై ఈసీ స్పష్టత.. ఎవరు ఎక్కడ వేయాలంటే..!

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణలో మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో 30కి పైగా మున్సిపాలిటీల్లో ఏ పార్టీకి మెజార్టీ రాలేదు. దీంతో అధికార కాంగ్రెస్ ప్రతిపక్ష బీఆర్ఎస్ ఇతర పార్టీలు, స్వతంత్ర అభ్యర్థుల మద్దతును కూడగట్టేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నాయి. కౌన్సిలర్లను క్యాంపులకు తరలించారు. పలు మున్సిపాలిటీలలో ఎక్స్అఫీషియో ఓట్లు కీలకంగా మారాయి. ఈ క్రమంలో ఎక్స్అఫీషియో ఓటుపై రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం స్పష్టతనిచ్చింది. ఎమ్మెల్యేలు, లోక్ సభ సభ్యులు తమ నియోజకవర్గ పరిధిలో ఏదైనా ఒక మున్సిపాలిటీలో ఎక్స్అఫీషియో ఓటు వేయవచ్చునని వెల్లడించింది. రాజ్యసభ సభ్యులు, ఎమ్మెల్సీలు తమకు ఓటు ఉన్న మున్సిపాలిటీలోనే ఎక్స్అఫీషియో ఓటును వినియోగించుకోవచ్చని తెలిపింది. ఎమ్మెల్యేలు, ఎంపీలు, ఎమ్మెల్సీలకు ఎక్స్అఫీషియో ఓటు నమోదుకు నేటి వరకు ఎన్నికల సంఘం గడువు ఇచ్చింది. తెలంగాణలోని 7 కార్పొరేషన్లు, 116 మున్సిపాలిటీలకు ఎన్నికలు జరిగాయి. నిన్న ఫలితాలు వెలువడగా మూడు కార్పొరేషన్లు, 66 మున్సిపాలిటీలను కాంగ్రెస్ పార్టీ, 13 మున్సిపాలిటీలను బీఆర్ఎస్, కరీంనగర్ కార్పొరేషన్‌ను బీజేపీ దక్కించుకున్నాయి. స్వతంత్రులు లేదా ఇతరులతో కలిపి నిజామాబాద్ కార్పొరేషన్‌ను కూడా బీజేపీ దక్కించుకునే అవకాశాలు ఉన్నాయి. 37 మున్సిపాలిటీల్లో హంగ్ వచ్చింది. ఏడు కార్పొరేషన్లకు మేయర్లు, డిప్యూటీ మేయర్లు, 116 మున్సిపాలిటీలకు ఛైర్‌పర్సన్లు, వైస్ ఛైర్‌పర్సన్ పదవులకు ఈ నెల 16న ఎన్నికలు నిర్వహించేందుకు ఎన్నికల సంఘం ఏర్పాట్లు చేస్తోంది. ఈ ఎన్నికల్లో పాల్గొనాలని కార్పొరేటర్లు, కౌన్సిలర్లతో పాటు ఎక్స్అఫీషియో సభ్యులు, పార్టీల అధ్యక్షులకు సమాచారం ఇవ్వాలని అన్ని జిల్లాల కలెక్టర్లను ఎన్నికల సంఘం ఆదేశించింది. హంగ్ ఉన్నచోట ఎక్స్అఫీషియో ఓటు కీలకం కానున్న నేపథ్యంలో ఈసీ స్పష్టతనిచ్చింది.

కుల మతాంతర వివాహాలను ప్రోత్సహించాలి

కుల మతాంతర వివాహితులకు రక్షణ చట్టం ఏర్పాటు చేయాలి
కుల మతాంతర వివాహితుల అభినందన సభలో కెవిపిఎస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మంద సంపత్

(హనుమకొండ జై భీమ్ న్యూస్)

ఈరోజు ఫిబ్రవరి 14 ప్రేమికుల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని కుల వివక్ష వ్యతిరేక పోరాట సంఘం (కేవిపీఎస్), హనుమకొండ జిల్లా కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ప్రేమ వివాహాలు చేసుకున్న జంటలను ఆత్మీయ అభినందన సభ ద్వారా ఘనంగా శాలువాలతో సన్మానించడం జరిగింది. అనంతరం కుల మతాంతర వివాహాల వేదిక జిల్లా నాయకులు ఇస్లావత్ రవీందర్ అధ్యక్షతన జరిగిన సమావేశంలో మందసంపత్ మాట్లాడుతూ.. భారతదేశం వెనుకబాటుకు ప్రధాన కారణం కులమే అని, అనేకమంది మేధావులు ఈ కుల వ్యవస్థ వలన చదువుకు దూరమై వృత్తులు చేసేవారిగా బానిసల్లాగా ఉండిపోయారని, ఈ దేశంలో ఉన్నటువంటి నిచ్చెన మెట్ల కుల వ్యవస్థను ధ్వంసం చేయాలంటే సమాజంలో కుల మతాంతర వివాహాలను ప్రోత్సహించడం తప్ప మరో మార్గం లేదని స్పష్టం చేశారు. కులాల్లోని అంతరాలను తగ్గించాలంటే కుల మతాంతర వివాహాలు జరిపించాలని తద్వారా కుల అంతరాలను క్రమక్రమంగా తగ్గించవచ్చని డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ చెప్పిన విధంగా, అంబేద్కర్ ఆలోచనపరులు ఆయన ఆశయాల సాధన కోసం కృషి చేయాలన్నారు. కానీ కేంద్రంలో బిజెపి అధికారంలోకి వచ్చినప్పటి నుండి దేశంలోని అనేక రాష్ట్రాల్లో కుల మతాంతర వివాహితులపై దాడులు దౌర్జన్యాలు పెరిగిపోతున్నాయని. తెలుగు రాష్ట్రాల్లో కూడా అనేక కుల దురహంకార హత్యలు జరిగాయని, నిండు గర్భిణీని కూడా హత్య చేశారని ఇలాంటి కులదురహంకా ర హత్యలకు పాల్పడిన నిందితులను కఠినంగా శిక్షించాలని అన్నారు. కులాంతర, మతాంతర వివాహితులకు ప్రత్యేక రక్షణ చట్టం ఏర్పాటు చేయాలని, కుల మతాంతర వివాహితులకు ఇచ్చే ప్రోత్సాహకాలను పెంచాలని, వివాహం జరిగిన వెంటనే నగదు ప్రోత్సాహకాలు అందేలా ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలని, కులమతాంతర వివాహితులకు ఒకరికి ప్రభుత్వ ఉద్యోగం ఇవ్వాలని, ఇంటి స్థలం ఇచ్చి వారి కుటుంబానికి ఇల్లు కట్టివ్వాలని, ఆర్థికంగా స్థిరపడేందుకు ప్రభుత్వం ఆర్థిక సహాయం చేయాలని కుల మతాంతర వివాహితులకు ప్రభుత్వం కల్పించే అన్ని రకాల సంక్షేమ పథకాలు వర్తింపజేయాలని, వారి పిల్లలకు ఉచిత విద్య, వైద్యం అందించాలని అన్నారు. కానీ అధికారంలో ఉన్నటువంటి కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు అలాంటి ప్రయత్నాలు ఏమి చేయకపోవడం వలన వివాహాలు చేసుకున్న జంటలు అనేక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొని చివరకు విడిపోతున్నారని, కొందరిని వారి కుటుంబ సభ్యులే అత్యంత దారుణంగా తెలుగు పాల్పడుతున్నారని ఈ హత్యలకు పాల్పడిన వారిని కఠినంగా శిక్షించడంలో ప్రభుత్వాలు

విఫలమవుతున్నాయని కుల మతాంతర వివాహితులకు ప్రత్యేక రక్షణ చట్టం ఏర్పాటు చేసి వారికి రక్షణ కల్పించాలని అన్నారు. ఈ సమాజంలో కుల మత అంతరాలు తొలగిపోవాలంటే కులమతార వివాహాలే తొలిమెట్టుగా సమాజంలోని ప్రతి పౌరుడు కృషి చేయవలసిన బాధ్యత మన అందరిపై ఉందని ముఖ్యంగా సామాజిక లౌకిక శక్తులు ఏకమై కుల మతాంతర ఆదర్శ వివాహాలను ప్రోత్సహించి కుల మత అంతరాలు లేని సమసమాజ స్థాపనకు పాటుపడాలని, అందుకు కెవిపిఎస్ హనుమకొండ జిల్లా కమిటీ ముందు వరుసలో ఉంటుందని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో కెవిపిఎస్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఓరుగంటి సాంబయ్య, ఉపాధ్యక్షులు దూడపాక రాజేందర్, ఆదర్శ వివాహాలు చేసుకున్న జంటలు వక్కల ప్రదీప-అమర భు వన్ కుమార్, గుర్రం రోజా-రమేష్, రవి-సత్యలక్ష్మి పాల్గొన్నారు. ఇట్లు మంద సంపత్, కెవిపిఎస్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి, 9059207790, ৷22:14, 14/02/2026౮ ం91 99491 07175.

'గ్రేటర్' విలీనం, విభజన కొత్త సమస్యలకు దారితీసిందా?

సికింద్రాబాద్ పేరే లేకుండా చేశారని లష్కర్ ప్రజల ఆవేదన
జనగణన నోటిఫికేషన్ వచ్చాక డీలిమిటేషన్ చేశారంటున్న బీజేపీ
హైడ్రా, హెచ్ఎండీఏకు అన్‌లిమిటెడ్ పవర్స్ ఇచ్చారన్న చర్చ
కార్పొరేషన్ల పవర్స్, ఇన్‌కమ్ తగ్గిపోతాయన్న ఆందోళన

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ న్యూస్)

గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ ముఖచిత్రం మారిపోయింది. సైబరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్, మల్కాజ్‌గిరి మున్సిపల్ కార్పొరేషన్, గ్రేటర్ హైదరాబాద్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్‌గా ప్రభుత్వం విభజించింది. అయితే మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ల విలీనం తర్వాత వార్డుల విభజన, కొత్త కార్పొరేషన్ల ఏర్పాటుపై తీవ్ర అభ్యంతరాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. ఒకవైపు సికింద్రాబాద్ పేరే లేకుండా చేశారని లష్కర్ ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. జంట నగరాల్లో ఎంతో పేరు ప్రతిష్టలు ఉన్న సికింద్రాబాద్ ప్రాంతాన్ని మల్కాజ్‌గిరిలో సగం, హైదరాబాద్ కార్పొరేషన్‌లో సగం కలిపేసి సికింద్రాబాద్‌కు ప్రత్యేక గుర్తింపు లేకుండా చేశారని ప్రధాన ప్రతిపక్షం బీఆర్ఎస్ ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తోంది. తాము అధికారంలోకి వచ్చాక సికింద్రాబాద్‌ను జిల్లాగా చేస్తామని ప్రకటించింది. ఇక జనగణన నోటిఫికేషన్ విడుదలైన తర్వాత గ్రేటర్‌లో వార్డుల విభజన,కార్పొరేషన్ల ఏర్పాటు చేశారని ఇది పూర్తిగా చట్ట విరుద్ధమని బీజేపీ అభ్యంతరం వ్యక్తం చేస్తోంది. పైగా కొత్త కార్పొరేషన్ల ఏర్పాటులో కోర్ హైదరాబాద్ ప్రాంతంలో ఎంఐఎం బలం పెరిగేలా కుట్ర జరిగిందని కమలనాథులు మండిపడుతున్నారు. రాజకీయ అభ్యంతరాలు ఇలా ఉండగా ప్రభుత్వం మాత్రం పరిపాలన పరంగా తన పని తాను చేసుకుపోతోంది. మూడు కార్పొరేషన్లకు కలిపి ఒకే ప్రత్యేకాధికారిని నియమించింది. పైగా ప్రభుత్వం తీసుకొచ్చిన కొన్ని మార్పులు కార్పొరేషన్ల అధికారాలనే కాదు, ఆర్థిక వనరులను కూడా తగ్గించి పూర్తిగా ప్రభుత్వంపైనే ఆధారపడే పరిస్థితి తీసుకొస్తాయన్న అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. పాత జీహెచ్ఎంసీ పరిధిలో ఉన్న శేరిలింగంపల్లి, కూకట్‌పల్లి,ఎల్బీనగర్, ఉప్పల్ జోన్ల నుంచి గతంలో బల్దియాకు భారీ ఆస్తిపన్ను, పట్టణ ప్రణాళిక నిర్మాణ ఫీజుల రూపంలో ఆదాయం వచ్చేది. ఇప్పుడు ఆ జోన్లను వేర్వేరు కార్పొరేషన్లలో కలిపేశారు.ప్రస్తుతం ఉన్న జీహెచ్ఎంసీ పరిధిలో సికింద్రాబాద్,ఖైరతాబాద్, గోల్కొండ, చార్మినార్ జోన్లలో నిర్మాణానికి అనుకూల భూములు చాలా తక్కువగా ఉన్నాయి. దీంతో విభజిత జీహెచ్ఎంసీ ప్రాంతం నుంచి వచ్చే ఆదాయం గణనీయంగా తగ్గే అవకాశముందని అంచనాలు వెలువడుతున్నాయి. ఆదాయం తగ్గి నిర్వహణ ఖర్చులు మాత్రం పెరిగే అవకాశం ఉందని పలువురు అధికారులు అభిప్రాయపడుతున్నారు. మూడు కార్పొరేషన్ల ఏర్పాటు తర్వాత నిర్మాణ అనుమతుల విషయంలో కూడా ప్రభుత్వం భారీ మార్పులు తీసుకొచ్చింది. పది అంతస్తుల వరకు మాత్రమే అనుమతుల అధికారాన్ని కార్పొరేషన్ అధికారులకు ఇచ్చింది. పది అంతస్తుల కంటే ఎక్కువ నిర్మాణాలకు హెచ్ఎండీఏ ద్వారా అనుమతులు ఇవ్వాలని నిర్ణయించింది. గ్రేటర్ పరిసర ప్రాంతాల్లో జరిగే పెద్ద నిర్మాణాల ఫీజులు మొత్తం హెచ్ఎండీఏ ఖజానాకు చేరే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. ఇప్పటికే రిజిస్ట్రేషన్‌ల సందర్భంలో కార్పొరేషన్లకు రావాల్సిన నోటేషన్ ఫీజు మొత్తం రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ఖజానాలో జమ అవుతోంది. ఇప్పుడు నిర్మాణ అనుమతుల ఫీజులు కూడా తగ్గిపోతే మూడు కార్పొరేషన్ల ఆర్థిక వనరులు గణనీయంగా తగ్గే పరిస్థితి కనిపిస్తోంది. నిర్మాణ అనుమతుల విషయంలో హెచ్ఎండీఏ సూపర్ పవర్‌గా మారే అవకాశం ఉంది. ఇక హైడ్రాకు ఇప్పటికే అగ్ని భద్రత, వర్షాకాల అత్యవసర బృందాల నిర్వహణ బాధ్యతలు అప్పగించింది ప్రభుత్వం. కార్పొరేషన్ అధికారులు చేయాల్సిన పలు బాధ్యతలు హైడ్రా, హెచ్ఎండీఏలకు వెళ్లిపోయాయన్న చర్చ నడుస్తోంది. మూడు కార్పొరేషన్లకు కలిపి ఒకే ప్రత్యేకాధికారిని నియమించడంతో కార్పొరేషన్లు ఏ పని చేయాలన్నా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నిర్ణయమే తుది నిర్ణయంగా మారే పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఒకవైపు ప్రత్యేకాధికారి, మరోవైపు హెచ్ఎండీఏ, ఇంకోవైపు హైడ్రా మధ్యలో కార్పొరేషన్లు అనే స్థితి ఏర్పడే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. రెండు వేల పదహారు నుంచి ఏడు వేల కోట్ల రూపాయలకు పైగా అప్పులు చేసిన జీహెచ్ఎంసీపై ప్రస్తుతం నాలుగు వేల ఎనిమిది వందల అరవై కోట్ల రూపాయల అప్పులు ఉన్నాయి. ఈ అప్పులను మూడు కార్పొరేషన్లకు ఎలా పంచుతారన్నదిపై స్పష్టత రాలేదు. ఒకవైపు ఆదాయం

తగ్గిపోవడం, మరోవైపు కార్పొరేషన్ అధికారాలపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, హెచ్ఎండీఏ, హైడ్రా పట్టు పెరుగుతుండటంతో మూడు కార్పొరేషన్లు ఎలా ముందుకు సాగుతాయన్నది హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. నిర్వహణ పనులకే పరిమితమయ్యే ప్రమాదం ఉందన్న అభిప్రాయాలు వినిపిస్తున్నాయి.

సిబ్బంది, అధికారుల కొరత

కార్పొరేషన్ల ముందున్న మరో పెద్ద సమస్య సిబ్బంది కొరత. కోర్ జీహెచ్ఎంసీలోనే సిబ్బంది, అధికారుల కొరత తీవ్రంగా ఉండేది. ఉన్న సిబ్బందిలో చాలామందిని మూడు కార్పొరేషన్లకు బదిలీ చేశారు. దాంతో జీహెచ్ఎంసీలో సిబ్బంది సంఖ్య తగ్గిపోగా, మల్కాజ్‌గిరి, సైబరాబాద్ కార్పొరేషన్లలో కూడా తగినంత సిబ్బంది లేరు. వ్యవస్థలను సక్రమంగా ఏర్పాటు చేయకుండానే తొందరపాటు నిర్ణయాలతో మూడు కార్పొరేషన్లు ఏర్పాటు చేయడంతో సమస్యలు తలెత్తాయన్న విమర్శలు వినిపిస్తున్నాయి. మున్సిపాలిటీలు, కార్పొరేషన్ల విలీనం జరిగినప్పటి నుంచి శివారు ప్రాంతాలతో పాటు జీహెచ్ఎంసీలో కూడా పాలన ప్రభావితమైందన్న అభిప్రాయాలు ఉన్నాయి. వార్డులు, జోన్లు, సర్కిళ్ల విభజన, అధికారుల కేటాయింపులకే ఎక్కువ సమయం పట్టింది. ఇప్పటికీ జనన, మరణ ధ్రువపత్రాల జారీపై స్పష్టత రాక దరఖాస్తులు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయి. నిర్మాణ అనుమతులు,నోటేషన్ల విషయంలోనూ ఆలస్యం కొనసాగుతోంది. దీంతో గ్రేటర్‌లో విలీనం, విభజన, కొత్త కార్పొరేషన్ల ఏర్పాటుతో లాభం కంటే నష్టమే ఎక్కువగా ఉందన్న అభిప్రాయాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. తుది నిర్ణయం ఏదైనా ప్రభుత్వం తీసుకునే చర్యలపై ఆధారపడి ఉంటుందని విశ్లేషకులు చెబుతున్నారు.

బండి సంజయ్ వారియర్ అర్జునుడి పాత్రకు ఫిట్ అవుతారు: నిజామాబాద్ ఎంపీ అరవింద్

రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ బలమైన ప్రభుత్వమేమీ కాదన్న ఎంపీ
కార్పొరేటర్లను కాంగ్రెస్ బలవంతంగా ఎత్తుకెళితే బీఆర్ఎస్‌కు పట్టిన గతే పడుతుందని హెచ్చరిక
ముఖ్యమంత్రిని ప్రజలు ఇప్పటికే ఛీకొడుతున్నారన్న ధర్మపురి అరవింద్

నిజామాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

బండి సంజయ్ ఒక వారియర్ అని, ఆయన అర్జునుడి పాత్రకు ఫిట్ అవుతారని నిజామాబాద్ ఎంపీ ధర్మపురి అరవింద్ అన్నారు. నిజామాబాద్‌లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడుతూ, రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ బలమైన ప్రభుత్వమేమీ కాదని అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి బలమైన స్థాయిలో ఏమీ లేరని వ్యాఖ్యానించారు. మున్సిపల్ వార్డు సభ్యులు, కార్పొరేటర్లను బలవంతంగా ఎత్తుకెళ్తే బీఆర్ఎస్‌కు పట్టిన గతే కాంగ్రెస్‌కు పడుతుందని హెచ్చరించారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిని ప్రజలు ఇప్పటికే ఛీకొడుతున్నారని, ఇప్పుడు కార్పొరేటర్లను ఎత్తుకెళితే మరింత ఛీకొడతారని అన్నారు. నిజామాబాద్ కార్పొరేషన్ ఫలితాల్లో కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీల కంటే ఎక్కువ స్థానాలు గెలుచుకున్నామని అన్నారు. తన పార్లమెంట్ పరిధిలో కూడా బీఆర్ఎస్ కంటే ఎక్కువ సీట్లను గెలుచుకున్నామని ధర్మపురి అరవింద్ వెల్లడించారు. కాంగ్రెస్ లౌకిక వాద పార్టీ కాదని, ఓ బ్రోకర్ పార్టీ అని దుయ్యబట్టారు. ప్రభుత్వం పోలీసు శాఖను దుర్వినియోగం చేస్తోందని ఆరోపించారు. తమ పార్టీ అభ్యర్థులను పోలింగ్ బూత్‌ల నుంచి పంపించినందుకు నేనే వారిపై కేసు పెట్టాలని ఆయన అన్నారు. కానీ పోలీసులే తనపై కేసు పెట్టారని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటు వేయాలని పోలీసులు చెప్పారని ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ కార్పొరేటర్లను ఎత్తుకెళ్లడానికి కాంగ్రెస్ పార్టీకి పోలీసులు సహకరిస్తున్నారని విమర్శించారు. రాజకీయాలను భ్రష్టు పట్టించారనే కేసీఆర్‌ను తెలంగాణ ప్రజలు ఓడించారని, ఇప్పుడు రేవంత్ రెడ్డి అదే దారిలో నడుస్తున్నారని మండిపడ్డారు. రాజకీయాల్లో హుందాతనం ముఖ్యమని అన్నారు. ఎవరికి మద్దతు ఇవ్వాలనేది కార్పొరేటర్లు నిర్ణయించుకుంటారని తెలిపారు. కానీ బలవంతంగా ఎత్తుకెళ్లడం సరికాదని అన్నారు. కరీంనగర్‌లోను బండి సంజయ్ ఆధ్వర్యంలో మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీజేపీ సత్తా చాటిందని ప్రశంసించారు.

చదువు పేరుతో కార్పొరేట్ బిజినెస్

పుట్టగొడుగుల్లా పుట్టుకొస్తున్న విద్యాసంస్థలు
అనుమతి లేకుండానే అడ్మిషన్ల ప్రక్రియ
ఆన్లైన్ క్లాస్‌ల పేరుతో డెమో క్లాస్‌లు..
ఐఐటీ, నీట్ కోచింగ్‌ల పేరుతో దోపిడి..
పట్టించుకోని అధికారులు.
అనుమతి లేని విద్యాసంస్థలపై చర్యలు తీసుకోండి

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ న్యూస్)

చదువు భావితరాలకు మనం ఇచ్చే తరగని ఆస్తి.అలాంటి చదువుపేరు చెప్పి కోట్లు దండుకుంటూ,ఫీజులు ఎంతైనా పర్వాలేదు మంచి విద్య అందించాలన్న తల్లిదండ్రుల ఆశలను పెట్టుబడిగా చేసుకుని కొందరు కేటుగాళ్లు దగా చేస్తున్నారని ఆరోపణలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. హైదరాబాద్ పరిసర ప్రాంతాల్లో ప్రభుత్వ అనుమతులు లేకుండానే, నిబంధనలు పాటించకుండా కొందరు సంస్థలు మసిపూసి మాయ చేస్తున్నట్లు సమాచారం. భారీ భవనాలు, డిజిటల్ ప్రదర్శనలు, గణాంకాలు చూపిస్తూ “మేమే ఉత్తమం”, “ఇదే తక్కువ ఖర్చుతో కార్పొరేట్ పాఠశాల” అంటూ అమాయక ప్రజలను మభ్యపెడుతున్నారని విమర్శలు ఉన్నాయి. ఈ వ్యవహారంపై తెలంగాణ గుర్తింపు పొందిన పాఠశాలల నిర్వహణ సంఘం (టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ) తీవ్ర ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం, విద్యాశాఖ అధికారులు, పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేసింది. బాధ్యులపై క్రిమినల్ చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేసింది. సంబంధిత విద్యా అధికారుల అనుమతి, గుర్తింపు, చట్టపరమైన ఆమోదాలు లేకుండానే కొన్ని పాఠశాలలు పనిచేస్తున్నాయని, ఇది ప్రభుత్వ నిబంధనలకు విరుద్ధమని టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ ఆరోపించింది.

విద్యాశాఖ కమిషనర్, డైరెక్టర్‌కు వినతిపత్రం

ప్రత్యేకంగా హైదరాబాద్‌లో రెజోనెన్స్ పేరుతో నడుస్తున్న కొన్ని ప్రైవేటు పాఠశాలల్లో అక్రమాలు జరుగుతున్నాయని సంఘం పేర్కొంది. ఇలాంటి అనుమతి లేని ప్రైవేటు పాఠశాలలపై వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని కోరింది. శనివారం టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ పాఠశాల విద్యాశాఖ కమిషనర్ మరియు డైరెక్టర్‌కు వినతిపత్రం సమర్పించారు.

ఉత్తర్వుల ఉల్లంఘన

రెజోనెన్స్, అలెన్, ఫిజిక్స్ వాలా తదితర సంస్థలు శిక్షణ కేంద్రాల పేరుతో పాఠశాలలుగా వ్యవహరిస్తున్నాయని ఆరోపించారు. పాఠశాల విద్యాశాఖ జారీ చేసిన జి.ఓ. ఎం.ఎస్. నెం. 1 మరియు ఇతర నియమావళి ప్రకారం అవసరమైన అనుమతులు పొందకుండానే విద్యా కార్యక్రమాలు ప్రారంభిస్తున్నట్లు తెలిపారు. తగిన మౌలిక వసతులు, భద్రతా ప్రమాణాలు, అర్హత కలిగిన బోధక సిబ్బంది లేకుండానే సంస్థలు నడుస్తున్నాయని పేర్కొన్నారు. అడ్మిషన్ల విషయంలో తప్పుడు ఫలితాలు చూపించడం, ప్రత్యేక సదుపాయాలు, ఫీజు రాయితీల పేరుతో తప్పుడు హామీలు ఇవ్వడం జరుగుతోందని ఆరోపించారు. సరైన పత్రాలు లేకుండా విద్యార్థులను చేర్చుకోవడం, బదిలీ ధ్రువపత్రాలు, రికార్డులు ఇవ్వకపోవడం, అధికారిక ఫీజు రసీదులు జారీ చేయకపోవడం వంటి లోపాలు ఉన్నాయని తెలిపారు.

అంతా డిజిటల్ మాయ

శిక్షణ కేంద్రాల పేరుతో నడుస్తున్న ఈ సంస్థల్లో పారదర్శకత లేదని టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ పేర్కొంది. మధ్యవర్తులు, పరిచయాలు, అనధికార సిఫార్సుల ద్వారా అడ్మిషన్లు కల్పించడం జరుగుతోందని ఆరోపించింది. కొందరు తల్లిదండ్రులకు ప్రత్యేక రాయితీలు, సదుపాయాలు ఇవ్వడం వల్ల సమానత్వానికి భంగం కలుగుతోందని తెలిపింది. ఇలాంటి చర్యలు విద్యా నాణ్యతను దెబ్బతీస్తాయని, తల్లిదండ్రుల మధ్య అసమానత పెంచుతాయని ఆందోళన వ్యక్తం చేసింది. భద్రతా ప్రమాణాలు పాటించని పాఠశాలల్లో విద్యార్థుల భద్రతకు ముప్పు వాటిల్లే ప్రమాదం ఉందని హెచ్చరించింది.

అడ్డదారిలో అడ్మిషన్లు?

తమకు అన్ని రకాల అనుమతులు ఉన్నాయని తల్లిదండ్రులకు, ప్రభుత్వానికి చెప్పి అధికారులను ప్రభావితం చేస్తున్నారనే ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. రెజోనెన్స్‌లో జరుగుతున్న అడ్మిషన్ విధానాలపై సమగ్ర విచారణ జరపాలని సంఘం కోరింది.

పారదర్శకత ఎక్కడ?

ప్రైవేటు పాఠశాలలో ఒక విద్యార్థిని చేర్చుకోవాలంటే పారదర్శకమైన, నైతిక అడ్మిషన్ విధానం ఉండాలని టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ సూచించింది. గోప్య ఫిర్యాదు వ్యవస్థ ఏర్పాటు చేయాలని కోరింది. తల్లిదండ్రులకు చట్టబద్ధ అడ్మిషన్ నిబంధనలపై అవగాహన కల్పించాలని పేర్కొంది.

కఠిన చర్యలు తప్పవు

ప్రభుత్వ నిబంధనలు పట్టించుకోకుండా, తల్లిదండ్రులను మోసం చేస్తూ విద్య పేరుతో డబ్బులు వసూలు చేస్తున్న ఇలాంటి సంస్థలపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ డిమాండ్ చేసింది.

సాక్ష్యాలిచ్చాం - నిగ్గు తేల్చండి

తాము సమర్పించిన ఫిర్యాదుకు జత చేసిన ఆధారాల ఆధారంగా సమగ్ర విచారణ చేపట్టి బాధ్యులపై చర్యలు తీసుకోవాలని కోరింది. అనుమతి లేకుండా నడుస్తున్న పాఠశాలల్లో ఆకస్మిక తనిఖీలు నిర్వహించి, నిబంధనలు పునఃపరిశీలించాలని విజ్ఞప్తి చేసింది.

సామాజిక మాధ్యమాల ప్రచారంపై నియంత్రణ అవసరం

ప్రైవేటు పాఠశాలల పేరుతో రెజోనెన్స్, అలెన్, ఫిజిక్స్ వాలా తదితర సంస్థలు చేస్తున్న అనైతిక ప్రచారాన్ని అడ్డుకోవాలని టీఆర్ఎస్ఎమ్ఏ నాయకులు కోరారు. విద్యాశాఖ అధికారులు రంగంలోకి దిగి, ప్రజలు మోసపోకుండా తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. విద్యార్థుల ప్రయోజనాల రక్షణ, విద్యా ప్రమాణాల పరిరక్షణ కోసం ప్రభుత్వం వెంటనే జోక్యం చేసుకోవాలని సంఘం స్పష్టం చేసింది.

తెలంగాణ ప్రజలు మమ్మల్ని ఆశీర్వదించారు

జాతీయ మీడియాతో కల్వకుంట్ల కవిత
మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలు తమకు సంతోషాన్ని ఇచ్చాయన్న కవిత
ఒక మున్సిపాలిటీని కైవసం చేసుకున్నామన్న జాగృతి అధ్యక్షురాలు
తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కీలక పాత్ర పోషిస్తామని వ్యాఖ్య

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ మున్సిపల్ ఎన్నికల ఫలితాలపై జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేశారు. కవిత మద్దతుదారులు పలు ప్రాంతాల్లో విజయం సాధించిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ నేపథ్యంలో, ఆమె జాతీయ మీడియాతో మాట్లాడుతూ... భవిష్యత్తులో తాము ఒక రాజకీయ పార్టీగా అవతరించబోతున్నామనే విషయాన్ని ఇప్పటికే ప్రకటించామని తెలిపారు. తమ పార్టీని అధికారికంగా ప్రకటించక ముందే... మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పోటీ చేద్దామని చివరి నిమిషంలో తమ కార్యకర్తలు కోరారని... వారి కోరిక మేరకు తాము ఆల్ ఇండియా ఫార్వర్డ్ బ్లాక్ గుర్తుపై ఎన్నికల బరిలోకి దిగామని వెల్లడించారు. సొంత పార్టీ తరపున పోటీ చేయకపోయినప్పటికీ... తెలంగాణ ప్రజలు తమను మంచి ఫలితాలతో ఆదరించారని తెలిపారు. ఎన్నికల్లో తాము ఒక మున్సిపాలిటీని కైవసం చేసుకున్నామని, మరో మున్సిపాలిటీలో వైస్ చైర్మన్ పదవిని దక్కించుకోబోతున్నామని కవిత చెప్పారు. మరో 40 చోట్ల తమ కార్యకర్తలు దాదాపుగా గెలుపు అంచుల వరకు వచ్చారని అన్నారు. ఈ ఎన్నికల ఫలితాలు తమ పార్టీ భవిష్యత్తుపై భరోసాను కల్పించాయని చెప్పారు. అహంకారం లేని, అత్యంత పారదర్శకమైన రాజకీయాలను అందిస్తామని తాము పదేపదే చెబుతున్నామని... ప్రజలు తమను విశ్వసించారని తెలిపారు. భవిష్యత్తులో కూడా తమకు ప్రజల మద్దతు ఇలాగే కొనసాగుతుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో తాము ప్రధాన భూమికను పోషిస్తామని తెలిపారు.

ఇది ట్రైలర్ మాత్రమే.. అసలు సినిమా ముందుంది

బీఆర్ఎస్ పార్టీకి కవిత హెచ్చరిక
తాము రాజకీయ పార్టీగా మారబోతున్నట్లు తెలియగానే బీఆర్ఎస్ ట్రోలింగ్ చేసిందని ఆగ్రహం
బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఇప్పటికైనా తప్పులను సరిదిద్దుకోవాలని కవిత సూచన
వడ్డేపల్లిలో ఏఐఎఫ్‌బీ, తెలంగాణ జాగృతి కలిసి విజయం సాధించిందన్న కవిత

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తమ సంస్థ రాజకీయ పార్టీగా మారబోతుందని ప్రకటించగానే బీఆర్ఎస్ పార్టీకి చెందిన వారు తమను ట్రోలింగ్ చేశారని తెలంగాణ జాగృతి అధ్యక్షురాలు కల్వకుంట్ల కవిత మండిపడ్డారు. కానీ తమను లక్ష్యంగా చేసుకున్న వారికి ఒకటే విషయం చెబుతున్నానని, ఇది కేవలం ట్రైలర్ మాత్రమేనని, అసలు సినిమా ముందుందని హెచ్చరించారు. ఇప్పుడే తొందరపడి మాట జారవద్దని, తమపై కారుకూతలు కూయవద్దని బీఆర్ఎస్ వారిని హెచ్చరించారు. ఇప్పటికైనా మీ తప్పులను సరిదిద్దుకోవాలని అన్నారు. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు వారు ఉద్యమకారులను కూడా పట్టించుకోలేదని ఆరోపించారు. జూబ్లీహిల్స్‌లోని జాగృతి కార్యాలయంలో ఆమె మీడియాతో మాట్లాడుతూ, గతంలో 90 శాతం మున్సిపాలిటీలను గెలుచుకున్న బీఆర్ఎస్ ఈసారి 16 స్థానాలకే పరిమితమైందని కవిత గుర్తు చేశారు. ప్రజల మద్దతును ఎందుకు కోల్పోయామో బీఆర్ఎస్ ఆలోచించాలని సూచించారు. ఉత్తర తెలంగాణలో బీజేపీ గెలుపు కోసం బీఆర్ఎస్ పనిచేసిందని కవిత ఆరోపించారు. ఆ రెండు పార్టీల పొత్తుకు ఇది తొలి మెట్టు అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీతో మిలాఖత్ అయిన సీపీఐకి కొత్తగూడంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ మద్దతివ్వడం విడ్డూరంగా ఉందని అన్నారు. కాళేశ్వరం ప్రాజెక్టు విషయంలో కేసీఆర్‌పై సాంబశివరావు చేసిన ఆరోపణలను అంగీకరిస్తున్నారా అని బీఆర్ఎస్‌ను ప్రశ్నించారు. తెలంగాణలో ప్రత్యామ్నాయం లేకపోవడం వల్లే కాంగ్రెస్ పార్టీకి ప్రజలు ఓటు వేశారని అన్నారు. ఆ లోటును తెలంగాణ జాగృతి భర్తీ చేస్తుందని కవిత పేర్కొన్నారు. బీజేపీ కరీంనగర్‌లో తప్ప ఎక్కడా గెలవలేదని ఎద్దేవా చేశారు. బండి సంజయ్ రూ.30 కోట్లు ఖర్చు చేశారని ఆరోపించారు. తమకు 17 స్థానాలు రావడమే చాలా ఎక్కువ అన్నట్లుగా కేటీఆర్ మాట్లాడటం విచిత్రమని కవిత అన్నారు. గ్రామ పంచాయతీ, మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నిబంధనలను ఉల్లంఘించారని మండిపడ్డారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సమస్యల పరిష్కారంపై దృష్టి సారించాలని సూచించారు. జాగృతి రాజకీయ పార్టీగా మారబోతుందని ప్రకటించిన తర్వాత తమ పార్టీకి చెందిన నాయకులు మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసి విజయం సాధించారని అన్నారు. తక్కువ సమయంలోనే ప్రజలు తమను ఆదరించారని అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో తెలంగాణ జాగృతి, ఆలిండియా ఫార్వార్డ్ బ్లాక్ కలిసి పోటీ చేసి అద్భుత విజయాన్ని సాధించాయని అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో తాము 40 వార్డులు గెలుచుకున్నామని అన్నారు. అధికారికంగా 33 స్థానాల్లో తమ అభ్యర్థులు విజయం సాధించారని, మరో 7చోట్ల సాంకేతిక కారణాల వల్ల స్వతంత్రులుగా గెలిచారని వెల్లడించారు. ముఖ్యంగా వడ్డేపల్లి మున్సిపాలిటీలో తమకు స్పష్టమైన మెజారిటీ వచ్చిందని కవిత వెల్లడించారు. తమ విజయంలో తెలంగాణ జాగృతి ప్రమేయం లేదని ఏఐఎఫ్‌బీ నాయకుడు వడ్డేపల్లి శ్రీనివాసులు నిన్న ప్రకటించారు. అయితే ఈరోజు కవిత ఆలిండియా ఫార్వార్డ్ బ్లాక్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి అంబటి బోజిరెడ్డి, హెచ్ఎంఎస్ ప్రధాన కార్యదర్శి రియాజ్ అహ్మద్‌లతో కలిసి మీడియా సమావేశం నిర్వహించడం గమనార్హం. వడ్డేపల్లి మున్సిపాలిటీలో తెలంగాణ జాగృతి, ఏఐఎఫ్‌పీ కలిసి కైవసం చేసుకున్నాయని కవిత స్పష్టం చేశారు.

తెలంగాణలో రెండు చోట్ల గెలవడంపై స్పందించిన జనసేన పార్టీ

జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లోనూ పోటీ చేస్తామన్న జనసేన
330కి పైగా అభ్యర్థులు తెలంగాణలో బరిలో నిలిచారన్న జనసేన
భవిష్యత్తు ఎన్నికల్లో ఇదే ఉత్సాహంతో ముందుకు సాగుతామని వ్యాఖ్య

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

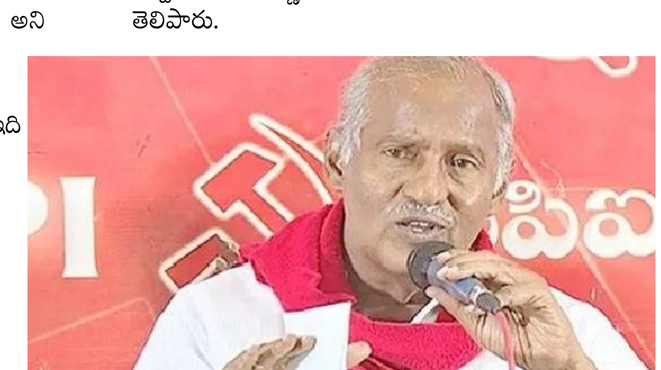
తెలంగాణలో మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో రెండు చోట్ల గెలవడం సంతోషకరమని, జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లోనూ పోటీ చేస్తామని జనసేన పార్టీ తెలంగాణ విభాగం ప్రకటించింది. మున్సిపల్, కార్పొరేషన్ ఎన్నికల ఫలితాల్లో జనసేన ఉనికిని చాటుకున్న విషయం తెలిసిందే. ఆ పార్టీ రెండు చోట్ల విజయం సాధించింది. ఈ నేపథ్యంలో హైదరాబాద్‌లోని పార్టీ కార్యాలయంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర నాయకులు మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. జనసేన పార్టీ తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు బొంగునూరి మహేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, మున్సిపల్ ఎన్నికలలో 330 పైగా అభ్యర్థులు పోటీలో నిలిచారని తెలిపారు. మంచిర్యాల్ కార్పొరేషన్‌లో 34వ డివిజన్ నుండి జనసేన కార్పొరేటర్ అభ్యర్థి అగ్గు సాగర్ 31 ఓట్ల మెజార్టీతో, సూర్యాపేట జిల్లా నేరేడుచర్ల మున్సిపాలిటీలో 14వ వార్డు నుండి 29 ఓట్ల మెజారిటీతో ఆరూరి విజయలక్ష్మి నాగేశ్వరరావు విజయం సాధించారని తెలిపారు. మున్సిపల్, కార్పొరేషన్ ఎన్నికలలో పార్టీకి ఓటేసిన ప్రజలకు ఆయన ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ ఎన్నికల కోసం పార్టీ నాయకులు, పార్టీ శ్రేణులు, వీర మహిళలు అందరూ ఎంతో కష్టపడి పనిచేశారని అన్నారు. తక్కువ సమయంలోనే పార్టీ గెలుపు కోసం ఎంతో శ్రమించిన వారందరికీ ఆయన పవన్ కల్యాణ్ తరపున, రాష్ట్ర నాయకుల తరఫున కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. తెలంగాణ పార్టీ ఇన్‌ఛార్జ్ నేమూరి శంకర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ, రెండు చోట్ల గెలవడం సంతోషకరమని అన్నారు. ఇదే స్ఫూర్తితో రాబోయే ఎన్నికల్లోనూ పోటీ చేస్తామని తెలిపారు. తెలంగాణ ఉద్యమం స్ఫూర్తితో పవన్ కల్యాణ్ పార్టీని స్థాపించారని పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు రాజలింగం అన్నారు. పవన్ కల్యాణ్ ఆశయాలను, పార్టీ సిద్ధాంతాలను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకువెళ్లాలని పిలుపునిచ్చారు. జీహెచ్ఎంసీ ఎన్నికల్లో గెలుపే లక్ష్యంగా పనిచేస్తామని అన్నారు. పార్టీని మరింత బలోపేతం చేస్తామని సీనియర్ నాయకుడు ఆర్కే సాగర్ అన్నారు. తెలంగాణలో జనసేన బోణీ కొట్టిందని మరో నాయకుడు ప్రేమ్ కుమార్ హర్షం వ్యక్తం చేశారు. రాబోయే రోజుల్లో మరింత ఉత్సాహంగా పనిచేస్తామని అన్నారు.

కేటీఆర్ ఆఫర్‌పై ఎమ్మెల్యే కూనంనేని స్పందన

కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్‌లో అత్యధిక స్థానాలు గెలుచుకున్న సీపీఐ
తాము మద్దతు ఇస్తామని కేటీఆర్ స్వయంగా ఫోన్ చేసి తెలిపారన్న కూనంనేని సాంబశివరావు
మేయర్ పదవిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వదులుకోబోమని స్పష్టీకరణ

కొత్తగూడెం, జై భీమ్ న్యూస్

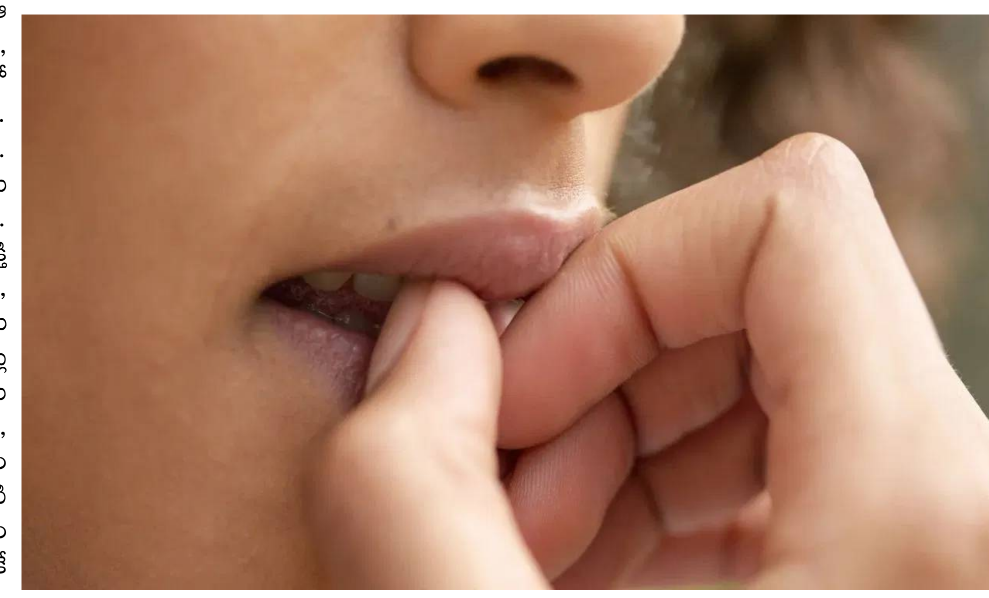
కొత్తగూడెం మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ మేయర్ ఎన్నిక ప్రస్తుతం తెలంగాణ రాజకీయాల్లో కీలకంగా మారింది. ఏ పార్టీకి స్పష్టమైన మెజారిటీ రాకపోవడంతో సమీకరణాలు వేగంగా మారుతున్నాయి. బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ సీపీఐకి బేషరతుగా మద్దతు ప్రకటించడం రాజకీయంగా సంచలనంగా మారింది. కొత్తగూడెం కార్పొరేషన్‌లో సీపీఐ అత్యధిక స్థానాలు గెలుచుకున్న నేపథ్యంలో, తాము మద్దతు ఇస్తామని కేటీఆర్ స్వయంగా ఫోన్ చేసి తెలిపారని సీపీఐ ఎమ్మెల్యే కూనంనేని సాంబశివరావు వెల్లడించారు. మీరు గెలిచారు కాబట్టి మీకు మద్దతు ఇస్తాం అని కేటీఆర్ చెప్పినట్లు ఆయన ధృవీకరించారు. కూనంనేని మాట్లాడుతూ.. మేయర్ పదవిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వదులుకోబోమన్నారు. ఇది తమకు వచ్చిన గొప్ప అవకాశం అని పేర్కొన్నారు. ఎవరైనా మద్దతు ఇస్తే స్వాగతిస్తామని చెప్పారు. ప్రజలకు సేవ చేయడమే తమ లక్ష్యమని, మేయర్ పీఠాన్ని దక్కించుకోవడంలో రాజీ పడబోమని స్పష్టం చేశారు. బీఆర్ఎస్‌తో పాటు పలువురు ఇండిపెండెంట్లు కూడా మద్దతు ఇస్తామని ముందుకు వచ్చినట్లు తెలిపారు. అయితే పొత్తుల విషయంలో ఎలా ముందుకు వెళ్లాలి అనే అంశంపై మరో రెండు రోజుల్లో పార్టీ అంతర్గత సమావేశంలో చర్చించి తుది నిర్ణయం తీసుకుంటామని కూనంనేని తెలిపారు.



జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక
POWER OF PEOPLE
Jai Bheem

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.



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 పునర్వ్యమర్శ 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 పునర్వ్యమర్శ చేయడం ద్వారా పిల్లలు నేర్చుకున్న విషయాలను ఎక్కువ కాలం గుర్తుంచుకోవచ్చు. స్పేస్డ్ రిపిటిషన్ అనే పద్ధతి ద్వారా చదివిన అంశాలను సమయానుసారం మళ్లీ మళ్లీ పునర్వ్యమర్శ 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?

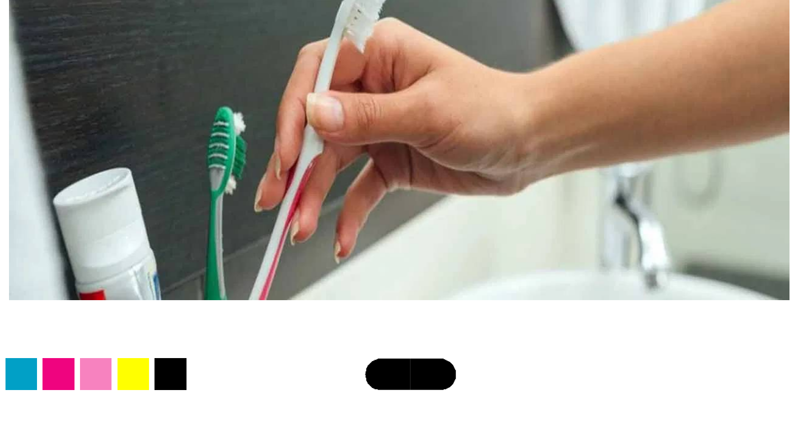
చాలా మంది ఇష్టంగా తినే వంటకాల్లో పప్పుచారు, సాంబారు ముఖ్యమైనవి. ఇవి లేకుండా ఏ ఇంట్లోనూ భోజనం పూర్తి కాదు. అందువల్ల, చాలా మంది వంటలు తయారు చేయడానికి కంది పప్పును ఉపయోగిస్తుంటారు. ఇందులో ప్రోటీన్, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉండటం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. దక్షిణ భారతదేశంలో వంటకాలకు ఎక్కువగా ఉపయోగించే పదార్థాల్లో 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.

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..

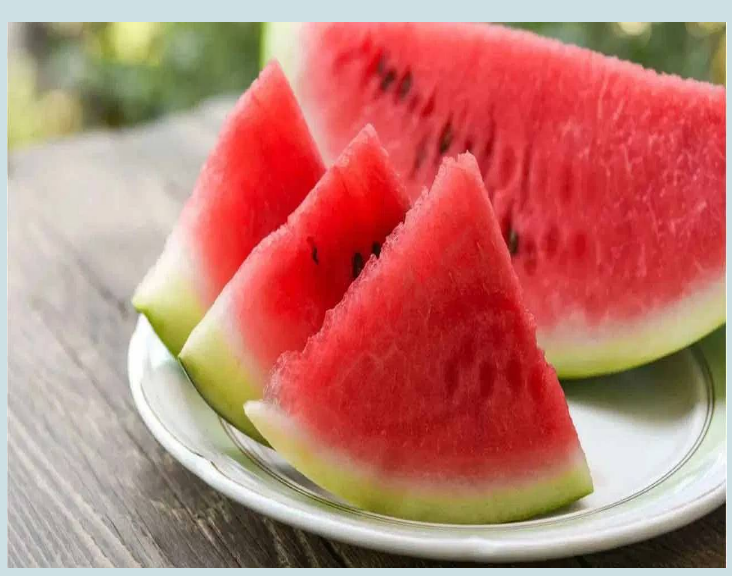
కొంతమంది తమ దుస్తులకు సరిపోయేలా బూట్లు కొని ధరిస్తారు. కానీ వేసవిలో కూడా కొంతమంది రోజంతా బూట్లు ధరించి తిరుగుతుండటం మీరు చూసే ఉంటారు. వేసవిలో బూట్లు ఎక్కువగా ఇష్టపడే వారు ఈ విషయాలు కొన్ని తెలుసుకుంటే మంచిది. వేసవిలో బూట్లు వేసుకునే వారి పాదాలకు గాలి అంతగా తగలదు. మార్కెట్‌లోకి వచ్చే రంగురంగుల, ఆకర్షణీయమైన స్టైలిస్ 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 వస్తాయ. 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.

కందిపప్పు ఎక్కువగా తింటున్నారా..?

మన రోజువారీ ఆహారంలో కందిపప్పు ముఖ్యమైన భాగం. కానీ ఇటీవల కల్తీ సమస్య పెరుగుతోంది. కేసరి పప్పు అనే విషపూరిత పదార్థాన్ని దీనిలో కలుపుతున్నారని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. దీని వల్ల ఆరోగ్య సమస్యలు తలెత్తే అవకాశం ఉంది అంటున్నారు. మన ఆహారంలో ప్రోటీన్ ప్రధానమైన మూలకం. దానిని అందించేవాటిలో పప్పులు ముఖ్యమైనవి. అందులోను కందిపప్పు మన భారతీయ ఆహారంలో ప్రత్యేకమైన స్థానం కలిగి ఉంది. ముఖ్యంగా సాంబార్, పప్పు కూరలు తయారీలో కందిపప్పును విరివిగా ఉపయోగిస్తారు. కానీ ప్రస్తుతం దీనిలో కల్తీ ఎక్కువవుతోందనే సమాచారం ఆందోళన కలిగిస్తోంది. కేసరి పప్పు అనే రసాయనాలతో కలిపిన విషపూరిత పప్పును కల్తీ చేస్తున్నారని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. ఇది ఆరోగ్యానికి హానికరమని, దీని వల్ల తీవ్రమైన నరాల సమస్యలు, క్యాన్సర్ వంటి జబ్బులు వస్తాయని సూచిస్తున్నారు. ఇటీవల నిర్వహించిన పరిశోధనల్లో మార్కెట్లో లభిస్తున్న కందిపప్పులో కేసరి పప్పును కలుపుతున్నట్లు గుర్తించారు. ఈ కేసరి పప్పు అసలు తినదగినది కాదు. ఇది కలుపు మొక్కల ద్వారా పెరిగే విషపూరిత పదార్థం. దీన్ని తినడం వల్ల ముఖ్యంగా నరాల వ్యవస్థ దెబ్బతింటుందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీన్ని ఎక్కువగా తింటే కాళ్లు, చేతులు నెమ్మదిగా పని చేయకపోవడం, నడవలేకపోవడం లాంటి సమస్యలు వస్తాయి. దీన్ని లాథిరిజం అని అంటారు. దీని ప్రభావం శాశ్వతంగా ఉండే ప్రమాదం ఉంది. అంతేకాకుండా వ్యాపారులు ఈ కల్తీని గుర్తించకుండా ఉండేందుకు టార్ట్రాజిన్ అనే రసాయనాన్ని ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇది ఒక రకమైన ఆహార రంగు పదార్థం. దీని వల్ల క్యాన్సర్ ముప్పు పెరుగుతుంది. దీన్ని ఎక్కువగా తీసుకుంటే శరీరంలో హార్మోన్ల అసమతుల్యత ఏర్పడుతుంది. దీని ప్రభావం దీర్ఘకాలిక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీసే ప్రమాదం ఉంది. కేసరి పప్పు కందిపప్పును పోలి ఉంటుంది. అయితే దీని ఆకారం కొద్దిగా చతురస్రాకారంలో ఉంటుంది. కొంతమంది వ్యాపారులు తక్కువ ధరలో లభించే ఈ పప్పును అసలు కందిపప్పులో కలిపి అమ్ముతున్నారు. దీని వల్ల సామాన్య వినియోగదారులకు అసలు పప్పు, కల్తీ పప్పు మధ్య తేడా గుర్తించడం కష్టం అవుతోంది. ఇంట్లోనే ఈ పప్పులో కల్తీ ఉందో లేదో సులభంగా పరీక్షించుకోవచ్చు. దాని కోసం 10 గ్రాముల పప్పులో 25 మి.లీ నీరు పోసి, 5 మి.లీ హైడ్రోక్లోరిక్ ఆమ్లం వేసి చిన్న మంటపై వేడి చేయాలి. ఈ ప్రక్రియలో నీటి రంగు మారితే ఆ పప్పులో కల్తీ ఉందని అర్థం. అదనంగా సహజమైన కందిపప్పు నునుపుగా, గుండ్రంగా ఉంటుంది. అయితే కల్తీ కేసరి పప్పు త్రికోణాకారంలో ఉండే అవకాశం ఉంది. ప్రతిరోజు మనం తినే ఆహార పదార్థాలు మానవ ఆరోగ్యానికి ముప్పు కలిగించకూడదు. కాబట్టి నాణ్యమైన పప్పును మాత్రమే కొనుగోలు చేయాలి. గుర్తింపు పొందిన బ్రాండ్‌లను ఉపయోగించడం ఉత్తమం. మార్కెట్లో తక్కువ ధరకు లభించే నాణ్యత లేని పప్పులను కొనడం మానుకోవాలి.

పుచ్చకాయలోని తెల్లని భాగం పొరబాటున ఎప్పుడైనా తినేశారా?

చాలా మందికి పుచ్చకాయలోని ఎర్రటి భాగాన్ని తినడం అలవాటు. మిగిలిన ఆకుపచ్చ తొక్కను, దానికి అంటుకున్న తెల్లటి భాగాన్ని పారేస్తుంటాం. అయితే వైద్యులు పూర్తిగా భిన్నమైన విషయం ఒకటి చెబుతున్నారు. అందేంటంటే.. పుచ్చకాయలోని తెల్లని భాగాన్ని తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయట. వేసవిలో ప్రకృతి ప్రసాధించిన అద్భుత వరం పుచ్చకాయ. పండ్ల రారాజు మామిడి, లిచీ, పుచ్చకాయ వంటి అన్ని రకాల పండ్లు ఈ కాలంలో అధికంగా వస్తాయి. ముఖ్యంగా వేసవి వేడి నుంచి ఉపశమనం కలిగించడంలో పుచ్చకాయకు మించిన ప్రత్యామ్నయం మరొకటి లేదు. అయితే మనలో చాలా మందికి పుచ్చకాయలోని ఎర్రటి భాగాన్ని తినడం అలవాటు. మిగిలిన ఆకుపచ్చ తొక్కను, దానికి అంటుకున్న తెల్లటి భాగాన్ని పారేస్తుంటాం. అయితే వైద్యులు పూర్తిగా భిన్నమైన విషయం ఒకటి చెబుతున్నారు. అందేంటంటే.. పుచ్చకాయలోని తెల్లని భాగాన్ని తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయట. ఇందులో సిట్రుల్లైన్ అనే ఒక రకమైన అనావశ్యక అమైనో ఆమ్లం ఉంటుంది. పుచ్చకాయలోని తెల్లని భాగం తినడం వల్ల శరీరంలో దీని స్థాయి పెరుగుతుంది. సిట్రులిన్ మన రక్త నాళాలను విస్తరిస్తుంది. యుఎస్ నేషనల్ లైబ్రరీ ఆఫ్ మెడిసిన్ పరిశోధన ప్రకారం సిట్రుల్లైన్ కండరాలకు ఆక్సిజన్ అందిస్తుంది. ఫలితంగా పనితీరు పెరుగుతుంది. అమెరికన్ జర్నల్ ఆఫ్ హైపర్‌టెన్షన్‌లో ప్రచురితమైన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం.. పుచ్చకాయలోని తెలుపు, ఇతర భాగాలు పెద్దలలో అధిక రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. పుచ్చకాయ తొక్కలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు అనేక ప్రయోజనాలను కలిగి ఉంటాయనే సంగతి తెలిసిన విషయమే. ఫైబర్ ప్రేగు కదలికలకు సహాయపడుతుంది. పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలు త్వరగా కడుపు నింపుతాయి. ఎక్కువసేపు కడుపు నిండి ఉండేలా చేస్తాయి. బరువును నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి.



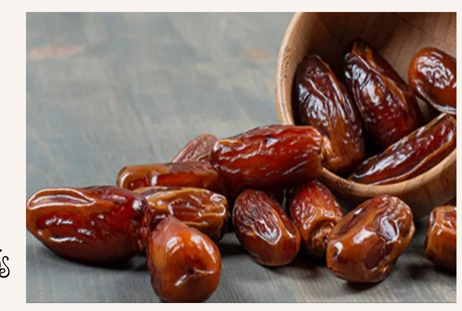
డయాబెటిస్‌తో బాధపడుతున్నారా?

డయాబెటిస్ రోగులు కొన్నిసార్లు శరీరంలో వాపు సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. అలాంటి సమయంలో ఉల్లిపాయలు తినడం లాభదాయకం. ఈ రోజుల్లో హై బ్లడ్ షుగర్ లేదా డయాబెటిస్ సమస్య చాలా మంది వ్యక్తులలో సాధారణంగా కనిపిస్తోంది. ఈ వ్యాధికి పూర్తి స్థాయి నివారణ లేనప్పటికీ దీనిని నియంత్రణలో ఉంచడం ద్వారా ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడానికి ప్రజలు అనేక రకాల ఇంటి చిట్కాలను పాటిస్తారు. మందులను ఉపయోగిస్తారు. అయితే, ఉల్లిపాయలు తినడం కూడా డయాబెటిస్ రోగులకు చాలా మేలు చేస్తుందని తెలుసుకోవడం ఆసక్తికరం. ఉల్లిపాయల్లో ఫోలేట్, విటమిన్ సి, కాల్షియం, ఐరన్, మెగ్నీషియం వంటి అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఉల్లిపాయలను వంటలో వేసుకుని తినవచ్చు. కానీ పచ్చి ఉల్లిపాయలు తినడం ఇంకా ఎక్కువ ప్రయోజనకరం. ఉల్లిపాయల్లో ఉండే క్వెర్సెటిన్ అనే యాంటీఆక్సిడెంట్ గుణం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. దీనిని తినడం వల్ల శరీరం గ్లూకోజ్‌ను మెరుగ్గా ఉపయోగించుకుంటుంది. దీనిని క్రమం తప్పకుండా తీసుకోవడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రణలో ఉంచవచ్చు. ఉల్లిపాయల గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ తక్కువగా ఉన్న ఆహార పదార్థాలు డయాబెటిస్ రోగులకు ఎంతో మంచివి. ఇవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని వేగంగా పెంచవు. అందుకే పచ్చి ఉల్లిపాయలను నిరభ్యంతరంగా తినవచ్చు. డయాబెటిస్ రోగులు కొన్నిసార్లు శరీరంలో వాపు సమస్యను ఎదుర్కొంటారు. అలాంటి సమయంలో ఉల్లిపాయలు తినడం లాభదాయకం. ఉల్లిపాయల్లోని సల్ఫర్ సమ్మేళనాలు, యాంటీ-ఇన్‌ఫ్లమేటరీ గుణాలు వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిని తగ్గించడంలో, బరువు తగ్గడంలో కూడా ఉల్లిపాయలు ఉపయోగపడతాయి. ఇందులో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణక్రియను మెరుగుపరుస్తుంది. డయాబెటిస్ రోగులకు బరువును నియంత్రణలో ఉంచడం చాలా ముఖ్యం. ఉల్లిపాయలను కూరల్లో కలిపి తినవచ్చు లేదా సలాడ్‌గా కూడా సేవించవచ్చు. డయాబెటిస్ రోగులకు ఉల్లిపాయలు ఒక సహజమైన, సులభమైన ఆహార ఎంపిక. దీనిని రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిని నియంత్రించడంతో పాటు ఇతర ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కూడా పొందవచ్చు. అయితే ఏదైనా కొత్త ఆహారాన్ని డైట్‌లో చేర్చే ముందు వైద్యుడిని సంప్రదించడం మంచిది. ముఖ్యంగా డయాబెటిస్‌తో ఇబ్బంది పడేవారు వైద్యులను సంప్రదించాలి.

ఈ పండ్లు తింటే జీవితంలో గుండె జబ్బులు రావ్..

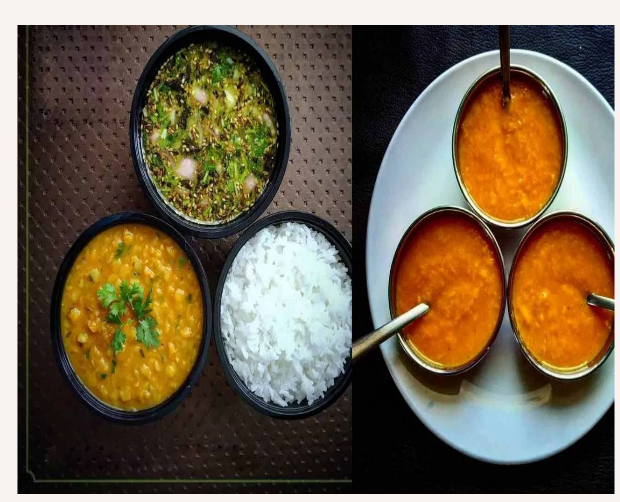
నేటి కాలంలో ఆరోగ్యంగా ఉండటం పెను సవాలే. మారిన జీవన శైలి, అనారోగ్యకరమైన ఆహారం ఆరోగ్య సమస్యలను పెంచుతున్నాయి. ముఖ్యంగా ప్రస్తుత రోజుల్లో ప్రతి ఒక్కరినీ హడలెత్తిస్తున్న ప్రధాన సమస్య గుండె సమస్యలు. వయసుతో సంబంధం లేకుండా ప్రతి ఒక్కరూ దీని బారీన పడుతున్నారు. నేటి కాలంలో గుండె జబ్బులు పిల్లల నుంచి వృద్ధుల వరకు అందరినీ ప్రభావితం చేస్తున్నాయి. ఇప్పటికే ఎంతో మంది యువకులు, చిన్న పిల్లలు గుండెపోటుతో మృతి చెందారు. దీనికంతటికీ కారణం మనం తినే ఆహారాలు, మన తప్పుడు దిన చర్యలే కారణం అంటున్నారు నిపుణులు. అందువల్ల, గుండె జబ్బులను ఎలా నివారించాలో నిపుణులు కొన్ని సలహాలు ఇస్తున్నారు. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి సరైన ఆహారం చాలా అవసరం. గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడానికి దోహదం చేసే 5 రకాల పండ్లు ఇవే. బ్లూబెర్రీస్‌లో ఆంథోసైనిన్లు ఉంటాయి. ఇవి గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడే శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లు. ఇవి మంచి కొలెస్ట్రాల్‌ను పెంచుతాయి. రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. యాపిల్స్ ఫైబర్ కు మంచి మూలం. గుండెకు మేలు చేసే ఆమ్లాలు ఇందులో అధికంగా ఉంటాయి. పెక్టిన్ కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. జీర్ణక్రియను సక్రమంగా ఉంచుతుంది. ప్రతిరోజూ ఒక ఆపిల్ తినడం వల్ల చెడు కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది. దానిమ్మ గుండె ఆరోగ్యానికి మేలు చేసే శక్తివంతమైన యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందిస్తుంది. దీన్ని తినడం రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడుతుంది. గుండె సామర్థ్యం పెరుగుతుంది. రక్తపోటు, పిత్త సమతుల్యతను కాపాడుకోవడం సాధ్యమవుతుంది.అవకాడోలు గుండెకు ఆరోగ్యకరమైన మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వులతో నిండి ఉంటాయి. ఇందులో పొటాషియం, విటమిన్ కె అధికంగా ఉంటాయి. ఇందులో ఫోలేట్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రక్తపోటును అదుపులో ఉంచుతుంది. అవకాడో జీర్ణక్రియ, చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. నారింజలో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. ఇది కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. రక్తపోటును నియంత్రిస్తుంది.

ఈ సమస్యలు ఉన్నవారు ఖర్జూర పండ్లు తినకూడదు..!



ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధులతో బాధపడుతున్నట్లయితే అలాంటి పరిస్థితిలో ఆరోగ్య నిపుణుల సలహా తీసుకోకుండా ఖర్జూరాన్ని మీ ఆహార ప్రణాళికలో భాగం చేయకూడదు. ఖర్జూరం తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన అనేక తీవ్రమైన సమస్యలు తొలగిపోతాయి. అందుకే ఆరోగ్య నిపుణులు ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఆహారంలో ఖర్జూరాన్ని చేర్చుకోవాలని సలహా ఇస్తారు. నిపుణుల ప్రకారం.. సరైన మోతాదులో సరైన విధానంలో ఈ డ్రై ఫ్రూట్‌ను ఆహార ప్రణాళికలో చేర్చుకుంటే మొత్తం ఆరోగ్యం చాలా వరకు మెరుగుపడుతుంది. అయితే, ఖర్జూరం తినడం వల్ల కొందరి ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావం కూడా పడవచ్చు. అందువల్ల కొన్ని సందర్భాల్లో ఈ వారు ఖర్జూరాన్ని ఆహారంలో తీసుకోకుండా ఉండాలి. ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం కిడ్నీ సంబంధిత వ్యాధులతో బాధపడుతున్నట్లయితే అలాంటి పరిస్థితిలో ఆరోగ్య నిపుణుల సలహా తీసుకోకుండా ఖర్జూరాన్ని మీ ఆహార ప్రణాళికలో భాగం చేయకూడదు. అలాగే, అధిక మోతాదులో ఖర్జూరం తీసుకోవడం వల్ల మీ బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది. కాబట్టి ఊబకాయం నుండి విముక్తి పొందాలనుకుంటే ఖర్జూరం తినడం మానుకోవడం మంచిది. డయేరియా సమస్యతో బాధపడుతున్న రోగులు కూడా ఈ డ్రై ఫ్రూట్‌ను తినకుండా ఉండాలి. ఖర్జూరంలో ఉండే కొన్ని పదార్థాలు డయేరియా సమస్యను మరింత పెంచే పని చేస్తాయి. అంతేకాకుండా అధిక మోతాదులో ఖర్జూరం తినడం వల్ల మలబద్ధకం సమస్య కూడా పెరగవచ్చు. గర్భం దాల్చిన సమయంలో ఆహారం పట్ల శ్రద్ధ వహించడం చాలా ముఖ్యం. ఇలాంటి పరిస్థితిలో గర్భిణీ స్త్రీలు కూడా ఎక్కువగా ఖర్జూరం తినకూడదు. వైద్యుడి సలహా లేకుండా ఈ డ్రై ఫ్రూట్‌ను తినకపోవడమే మంచిది. అంతేకాకుండా ఖర్జూరం తినడం వల్ల అలర్జీ ఉంటే ఈ డ్రై ఫ్రూట్‌ను మీ ఆహార ప్రణాళికలో భాగం చేయకూడదు. ఖర్జూరం తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అలాగే కొన్ని పరిస్థితుల్లో జాగ్రత్తలు తీసుకోవాల్సిన అవసరం కూడా ఉంది. దీన్ని సమతుల్యంగా తీసుకుంటే శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఖర్జూరం తినడం వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు వివరంగా చూద్దాం!

రాత్రి భోజనంలో అన్నం తింటున్నారా?



దాదాపు ప్రతి ఇంటిలోనూ అన్నం ప్రధాన ఆహారం. చాలా మంది మధ్యాహ్నం, రాత్రి భోజనానికి అన్నం తినడానికి ఇష్టపడతారు. కానీ రాత్రిపూట అన్నం తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిదా? అనే సందేహం పలువురికి ఉంది. ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. బియ్యం మన శరీరానికి శక్తిని, అవసరమైన పోషకాలను అందిస్తున్నప్పటికీ రాత్రిపూట ఆలస్యంగా తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయి. బియ్యంలో సాధారణంగా కార్బోహైడ్రేట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇది శరీరానికి శక్తిని ఇస్తుంది. అయితే రాత్రిపూట మన శారీరక శ్రమ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది కాబట్టి, కార్బోహైడ్రేట్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తీసుకోవడం వల్ల అదనపు కేలరీలు పేరుకుపోతాయి. అంతేకాకుండా నిద్రలో శరీర జీవక్రియ నెమ్మదిస్తుంది. దీనివల్ల అదనపు కేలరీలను బర్న్ చేయడం కష్టమవుతుంది. ఇది కాలక్రమేణా బరువు పెరగడానికి దారితీస్తుంది. తెల్ల బియ్యం అధిక గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్‌ను కలిగి ఉంటాయి. దీని అర్థం ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను పెంచుతుంది. ముఖ్యంగా మధుమేహం లేదా ఇన్సులిన్ నిరోధకత ఉన్నవారికి రాత్రి భోజనంలో అన్నం తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అకస్మాత్తుగా పెరుగుతాయి. కాలక్రమేణా ఇది టైప్ 2 డయాబెటిస్, ఇతర జీవక్రియ రుగ్మతల ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. కాబట్టి, మంచి ఆహారాన్ని ఎంచుకోవడం రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నిర్వహించడానికి మంచి మార్గం. చాలా మందికి రాత్రి భోజనంలో అన్నం తిన్న తర్వాత కడుపు ఉబ్బరం, జీర్ణ సమస్యలు ఎదురవుతాయి. అంతేకాకుండా బియ్యంలోని కార్బోహైడ్రేట్లు జీర్ణక్రియను నెమ్మదింపజేస్తాయి. ముఖ్యంగా రాత్రి సమయంలో జీర్ణక్రియ సరిగా లేని వారికి, రాత్రి భోజనానికి అన్నం తినడం వల్ల ఆమ్లత్వం, ఆపాన వాయువు ఏర్పడతాయి. ఇది మీ నిద్రను గణనీయంగా ప్రభావితం చేస్తుంది. బియ్యంలో నిద్రను ప్రోత్సహించే ట్రిప్టోఫాన్ అనే అమైనో ఆమ్లం ఉండటం వల్ల ఇది శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది. రాత్రిపూట క్రమం తప్పకుండా అన్నం తినడం వల్ల పొట్ట దగ్గర కొవ్వు పెరుగుతుంది. తెల్ల బియ్యంలో శుద్ధి చేసిన కార్బోహైడ్రేట్లు ఉంటాయి. ఇందులో ఫైబర్ తక్కువగా ఉంటుంది. దీనిని అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల బొడ్డు చుట్టూ కొవ్వు పేరుకుపోతుంది. బియ్యం బదులుగా ఫైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాన్ని తినడం వల్ల ఆరోగ్యకరమైన శరీరాన్ని కాపాడుకోవచ్చు. రాత్రిపూట రోటీ లేదా చపాతీ, రాగి, కూరగాయల సూప్ వంటి ఆహారాలు తినడానికి ప్రయత్నించాలి.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE

మనవళ్ల పేర్లపై చిరంజీవి స్పందన..

చరణ్, ఉపాసనను అభినందించిన మెగాస్టార్

మెగాస్టార్ చిరంజీవి తన మనవళ్లు, మనవరాళ్ల పేర్ల విషయంలో తన కుమారుడు రామ్ చరణ్, కోడలు ఉపాసన కొణిదెల తీసుకున్న నిర్ణయంపై ప్రశంసలు కురిపించారు. మన సనాతన సాంస్కృతిక వారసత్వం ఉట్టిపడేలా, ఆధ్యాత్మికతకు అద్దం పట్టేలా ఎంతో అర్థవంతమైన పేర్లను ఎంచుకున్నారని ఆయన అభినందించారు. "మా రెండు చిన్ని సంతోషాలకు పెట్టిన అందమైన పేర్లను ప్రశంసిస్తూ బంధువులు, స్నేహితులు, అభిమానుల నుంచి ఫోన్లు, సందేశాలు వస్తున్నాయి. మన సంస్కృతి, ఆలయాల ఆశీస్సులతో కూడిన పేర్లను ఎంపిక చేసుకున్నందుకు గర్వంగా వుంది, ప్రియమైన ఉపాసన, చరణ్‌లకు నా హృదయపూర్వక ప్రేమ, అభినందనలు" అని చిరంజీవి తన పోస్టులో పేర్కొన్నారు. "ఈ పేర్లలో భక్తి, సాంస్కృతిక స్మృతి, తరతరాలుగా మనల్ని నడిపిస్తున్న దైవిక కరుణ ఉన్నాయి. అలాగే, మనవరాలు అన్వీరకు తన నాయనమ్మ అంజనా దేవి పేరులోని 'దేవి'ని చేర్చడం ఎంతో సంతోషాన్నిచ్చింది. ఇది చరణ్ ఆలోచనా విధానానికి నిదర్శనం" అని ఆయన హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఆ చిన్నారులపై దైవ ఆశీస్సులు ఎల్లప్పుడూ ఉండాలని ఆకాంక్షించారు. కాగా, రామ్ చరణ్, ఉపాసన దంపతులకు ఇటీవల కవలలు (ఒక బాబు, ఒక పాప) జన్మించిన విషయం తెలిసిందే. వీరికి శివరామ్ కొణిదెల, అన్వీర దేవి కొణిదెల అని నామకరణం చేశారు. ఈ పేర్ల వెనుక ఉన్న అర్థాలను కూడా చరణ్ శుక్రవారం సోషల్ మీడియా ద్వారా వివరించారు. జనవరి 31న జన్మించిన ఈ కవలలతో చరణ్, ఉపాసన దంపతులు రెండోసారి తల్లిదండ్రులయ్యారు.

రూ.20 కోట్ల నష్టపరిహారం చెల్లించాలి

ధనుష్‌కు నిర్మాణ సంస్థ లీగల్ నోటీసులు
ధనుష్‌కు నోటీసులు పంపించిన తేనాండాళ్ ఫిల్మ్స్
ఒప్పుకున్న సినిమాను పూర్తి చేయడం లేదని ఆరోపణ
చాలాకాలంగా సినిమా వాయిదా పడుతోందన్న నిర్మాణ సంస్థ

రూ.20 కోట్లు నష్టపరిహారంగా చెల్లించాలంటూ సినీ నటుడు ధనుష్‌కు తమిళ నిర్మాణ సంస్థ తేనాండాళ్ ఫిల్మ్స్ లీగల్ నోటీసులు పంపించింది. చాలాకాలంగా వాయిదాపడుతున్న ఒక సినిమా ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి ఈ నోటీసులు పంపించింది. ఆయన కమిట్‌మెంట్ పూర్తి చేయకపోవడం వల్ల తమ సినిమా ఆలస్యమై ఆర్థికంగా ఇబ్బందులు ఎదురయ్యాయని నిర్మాణ సంస్థ పేర్కొంది. ప్రస్తుతం ఈ అంశం కోలీవుడ్‌లో చర్చనీయాంశంగా మారింది. 2016లో నిర్మాణ సంస్థ తేనాండాళ్ ఫిల్మ్స్‌పై 'నాన్ రుద్రన్' సినిమాను చేయడానికి ధనుష్ ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నారు. ఈ చిత్రాన్ని స్వీయ దర్శకత్వంలో తెరకెక్కించాలనుకున్నారు. అయితే తర్వాత దర్శకుడు మారారు. ఈ కారణంగా ధనుష్ తమకు స్క్రిప్ట్ ఇవ్వలేదని, దీంతో తమకు రూ.20 కోట్లు నష్టం వచ్చిందని నిర్మాణ సంస్థ ఆరోపించింది. ధనుష్ ఇప్పటి వరకు ఈ చిత్రాన్ని ప్రారంభించలేదని దీనిని పక్కన పెట్టి ఇతర చిత్రాలు అంగీకరిస్తున్నారని తేనాండాళ్ ఫిల్మ్స్ లీగల్ నోటీసులు పంపించింది. ధనుష్‌తో కలిసి ఈ సినిమాలో నటించాల్సిన నాగార్జున అక్కినేని, ఎస్.జే. సూర్య వంటి వారికి కొన్ని ఖర్చులు చెల్లించినట్లు తెలిపింది. కాగా దీనిపై ధనుష్ స్పందించాల్సి ఉంది.

ఫ్రీగా సినిమా చూస్తూ.. అదే సినిమాను చంపేస్తున్నారు: కృష్ణవంశీ

సినిమా రివ్యూలు రాసే వారిపై కృష్ణవంశీ ఫైర్
నెగెటివ్ రివ్యూలతో సినిమాను చంపేస్తున్నారని మండిపాటు
సినిమా లేకపోతే మీ బతుకే లేదని వ్యాఖ్య

టాలీవుడ్ లో అద్భుతమైన చిత్రాలను తెరకెక్కించి, ప్రేక్షకుల మదిలో సుస్థిర స్థానాన్ని సంపాదించుకున్న కొద్ది మంది దర్శకుల్లో కృష్ణవంశీ ఒకరు. ఆయన తెరకెక్కించిన ఎన్నో సినిమాలు ఘన విజయాలను సాధించాయి. ముఖ్యంగా ఫ్యామిలీ ఆడియెన్స్ ని ఆయన చిత్రాలు ఎంతగానో ఆకట్టుకున్నాయి. ఇటీవలి కాలంలో కృష్ణవంశీ జోరు తగ్గింది. మరోవైపు, ఏదైనా సినిమా విడుదల అయిన వెంటనే... రివ్యూలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. వాటిలో కొన్ని నెగెటివ్ రివ్యూలు కూడా ఉంటున్నాయి. ఇలాంటి రివ్యూలు ఇచ్చే వారిపై కృష్ణవంశీ తీవ్ర వ్యాఖ్యలు చేశారు. సినిమా థియేటర్లోకి వచ్చిన వెంటనే సోషల్ మీడియాలో పోస్టులు పెట్టేస్తుంటారని... ఇలాంటి వారిలో 90 శాతం మంది మూర్ఖులేనని కృష్ణవంశీ అన్నారు. టికెట్ కూడా కొనకుండా వీళ్లు ఫ్రీగా సినిమాలు చూస్తారని... వెంటనే రివ్యూలతో ప్రేక్షకులను భయపెట్టేస్తారని విమర్శించారు. వారం రోజులు ఆగితే ప్రేక్షకులు సినిమా చూస్తారని... ఈలోగానే ఆడియన్స్ ను వీళ్లు భయపెడతారని మండిపడ్డారు. సినిమా లేకపోతే మీ బతుకే లేదు... అదే సినిమాను ఎలా నాశనం చేస్తున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. మీకు సిగ్గు అనిపించడం లేదా? అని ప్రశ్నించారు. సినిమా కోసం ఎంతో మంది కష్టపడతారని... వాళ్ల కష్టాన్ని తక్కువ చేయొద్దని అన్నారు.

పెళ్లిపై మృణాల్ ఠాకూర్ ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు

ఉత్తరాది భామ మృణాల్ ఠాకూర్ టాలీవుడ్, కోలీవుడ్ లో కూడా ప్రేక్షకుల అభిమానాన్ని సొంతం చేసుకుంది. మరోవైపు, మృణాల్ పెళ్లి గురించి సోషల్ మీడియాలో విస్తృతంగా ప్రచారం జరుగుతోంది. తమిళ స్టార్ ధనుష్ ను ఆమె పెళ్లాడబోతోందంటూ సోషల్ మీడియా కోడై కూస్తోంది. అలాంటిది ఏమీ లేదని ఆమె స్పష్టంగా చెప్పినప్పటికీ... ఈ పుకార్లకు చెక్ పడలేదు. ఈ అంశంపై తాజాగా ఓ ఇంటర్వ్యూలో మృణాల్ స్పందిస్తూ... పెళ్లి అనేది జీవితంలో ఒక అందమైన మలుపు అని... తాను కచ్చితంగా పెళ్లి చేసుకుంటానని చెప్పింది. పెళ్లి చేసుకోవాలంటే సరైన వ్యక్తి, సరైన సమయం కావాలని తెలిపింది. ఎవరో అడుగుతున్నారనో, వయసు పెరిగిపోతోందనో తొందరపడి నిర్ణయం తీసుకోనని చెప్పింది. తన మనసుకు నచ్చిన వ్యక్తి దొరికితే... ఆ విషయాన్ని తానే స్వయంగా ప్రకటిస్తామని తెలిపింది. ఒక వ్యక్తితో జీవితాంతం కలిసి ఉండాలంటే మనసులు కలవాలని మృణాల్ అభిప్రాయపడింది. బలవంతపు బంధాల కంటే... ఇష్టమైన వ్యక్తి కలిసేంత వరకు వేచి ఉండటమే మేలని చెప్పింది. సినిమాల విషయానికి వస్తే... 'దో దివానే సెహర్ మే' సినిమాతో అలరించనుంది. టాలీవుడ్ లో అడివి శేష్ తో కలిసిన నటించిన 'డెకాయిట్' సినిమా విడుదలకు సిద్ధంగా ఉంది. వీటితో పాటు మరికొన్ని చిత్రాల్లో కూడా మృణాల్ నటిస్తోంది.