

వ్యాపారభूషణ డాక్టర్ !

మొదటి పేజీ తరువాయి

వస్తున్నాయన్నారు.ప్రధానంగా పోలీస్ సేఫ్టెన్సును భూ సెల్లిట్రూట్లకు అడ్డాగా మలుస్తున్నారని అవసినదల వేస్తున్నారన్నారు.ఎంతో కష్టపడి పోలీస్ ఉద్యోగం సంపాదించుకున్న అధికారులు ఉద్యోగంలో చేరాక పదరాని పాట్లు పడుతూ నానా రకాల రాజకీయ బ్రతీళ్లను ఎదురొంటూ ఉద్యోగం వదిలేయలేక ఉద్యోగం చేయలేక కేవలం ప్రజా జీవితంలో గౌరవంగా బ్రతకడం కొరకు ఉద్యోగ ధర్మాన్ని కొనసాగిస్తున్నారన్నారు.పోలీస్ స్టేబ్స్ నోస్ నమాదు చేయబడుతను ఎఫ్సెంబ్లీ కేసులు చాలా మట్టుకు రాజకీయ ఒత్తిల్లతోనే జలగుతున్నా యన్నారు.నొమాన్య ప్రజలకు వ్యతిరేకంగా అసాంఖ్యిక శక్తులు పైన ప్రభావాన్ని కొనసాగిస్తూ రాజకీయ నాయకులను ప్రదక్షిణలు చేసుకోవడం వల్ల పోలీస్ అధికారులచే లభి పొందుకుంటున్నారని దీని అంతటికి కారణం రాజకీయ నాయకులు పోలీస్ వ్యవస్థపై కొనసాగిస్తున్న ఒత్తిల్లే అన్నారు.ఏ పోలీస్ అధికారైనా ఎక్కువ శాతం భాకీ యూనిఫామ్ గౌరవాన్ని కాపాడుతూ వృత్తి ధర్మంలో ముందుకు సాగుతారన్నారు.ఏ ప్రభుత్వ శాఖలో చూసిన విచ్చలవిడిగా ఆస్తులు సంపాదించుకుంటూ ఉద్యోగ ధర్మాలను కొనసాగిస్తుండగా కేవలం పోలీస్ వ్యవస్థ పైన మాత్రమే అపనిందలు రావడానికి బలమైన కారణం భారత రాజ్యంగం పోలీస్ అధికారులకు ప్రత్యేక హక్కులను కల్పిస్తూ ప్రజారక్షణపు ప్రజా సంక్లేషమాన్ని కాపాడుతూ ప్రజాస్వామ్యాన్ని రక్షించే విధంగా సమాజానికి విరుద్ధమైన విగాతమైన పనులు చేసే వ్యక్తులను శికిస్తూ నేరాలకు దొంగతసాలకు పాల్పడే వాళ్లపై కలినమైన చర్యలు తీసుకొని నమాజాన్ని ప్రజాస్వామ్యాన్ని ప్రజ్వలించాడే హక్కులను కేవలం పోలీస్ వ్యవస్థకు మాత్రమే అనుగ్రహించబడిందన్నారు.అందువల్లనే ఏ రాష్ట్ర ప్రభుత్వంలోనైనా అన్ని ప్రభుత్వ శాఖల కన్నా పోలీస్ శాఖకు ఒక ప్రత్యేకమైన గుర్తింపు ఉంటుందని గుర్తుకు చేశారు.భారతదేశ వ్యాప్తంగా 11 సంవత్సరాల కాలం

పాటు దేశంలో జరుగుతున్న రాజకీయ పరిణామాల
మార్పుల వల్ల ప్రభుత్వాలు పోలీన్ అధికారులను
రాజకీయ స్వీర్యాల కోసం ఉపయోగించుకుంటూ
ఉండడం పోలీన్ వృత్తిపై ప్రజలకు పూర్తిగా నమ్మకం
సన్నగిల్లతుండన్నారు. ఏ పోలీన్ స్టేషన్లో చూసిన ఎక్కువ
శాతం సివిల్ తగాదాలకు సంబంధించి ఆస్తుల
సగదాలకు సంబంధించి భూముల తగాదాలకు
సంబంధించి వ్యాపారాల తగాదాలకు సంబంధించి
ఆస్తుల పంపకాల తగాదాలకు సంబంధించి గొడవలు
అల్లర్లు దొంగతనాలు మర్దర్లు మానభంగాలు నకీలీ
విత్తనాల అమ్మకాలు ఇలా చెప్పుకుంటూ పోతే
లెక్కలేనిన్ని ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను అవలంబిస్తున్న
వ్యక్తులపై కేవలం పోలీన్ శాఖ మాత్రమే ఉక్కుపాదం
మోవతూ సమాజాన్ని రక్కించే బాధ్యతను
పోషిస్తుండన్నారు. రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఏ పోలీన్ స్టేషన్లో
చూసిన ఏదో ఒక ఎస్టే స్థాయి అధికారి భూ
సెటిలైంట్లకు పోలీన్ స్టేషన్లను కేంద్ర బిందువుగా
మార్పుల భూముల కేసులను విచారణ
కొనసాగించేందుకు డబ్బులు పెట్టుకుని పోషింగులు
తెచ్చుకుంటూ ఆయా పోలీన్ స్టేషన్లో పరిధిలో
భూమాణియులను పెంచి పోషిస్తున్నారన్నారు. భూ
కళాలపై కొంతమంది ఎస్టేలు కడతున్న కేసులను
పూర్తిస్థాయి విచారణకు తీసుకొన్ని తప్ప సమాజంలో
అక్రమ కేసుల నిలుపుదల ఆగడన్నారు. పోలీన్
కున్నతాధికారులకు తప్పుడు సమాచారాన్ని
చేరేయుటలో దిద్దాలుగా మారిన కొంతమంది ఎస్టేలు
పోలీన్ వృత్తిని ఆసరగా వాడుకుంటూ ఎక్కడలేని
దండాలు కొనసాగిస్తున్నారు. పోలీన్ వ్యవస్థాపై
ప్రభుత్వాలకు ప్రత్యేకమైన దృష్టి ఉంటుందని దానిని
రాజకీయ లబ్హికోసం ప్రతిపక్షాల మీద పగ తీర్చుకోవడం
కోసం కొంతమంది పోలీన్ అధికారులను పాపులుగా
వాడుకోవడం ఆనవాయితీగా
కొనసాగుతుందన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం
పోలీన్ వ్యవస్థను పచ్చిప్పి పరుస్తున్న తీరు దేశవ్యాప్తంగా

ఆదర్శగా నిలుస్తున్నప్పటికీని స్థేపన్లో ఎష్టె స్థాయి
అధికారులు కడుతున్న అక్రమ కేసులు రాష్ట్ర
ప్రభుత్వాన్ని ఫోరంగా బదునం చేస్తున్నాయన్నారు. భూ
కబ్జుదారుల కోసం ప్రయాస పడుతున్న ఎష్టె ల
జాబితాలు ఉన్నతాధికారులు బయటకు
తీయాలనున్నారు. తెలుగు రాష్ట్రాల్లోనే కాకుండా
దేశవాయంగా పోలీస్ ఉన్నతాధికారులపై విపరీతమైన
ఒత్తిళ్ల పెరుగుతున్నాయని అందులో భాగంగానే
కొంతమంది ఉన్నతాధికారులు బదిలీల బాధపడుతూ
మరి కొంతమంది అధికారులు వృత్తినే వదిలేసుకనే
స్థాయికి చేరువయ్యారన్నారు. ఉన్నత స్థాయిలో ఆల్
ఇండియా పోలీస్ నర్సీస్ అధికారులుగా ఎంపికయ్యాక
దేశ భవిష్యతును దృష్టిలో పెట్టుకొని పోలీసు వృత్తికి
గర్వకారణమైన ఉద్యోగ ధరాన్ని కొనసాగిస్తున్న ఐపీఎస్
స్థాయి లాంటి అధికారులపై రాజకీయ నాయకులు
పెత్తనాలు చెలాయించడమే కాకుండా రాజకీయ
పలుకుబడితో ఐపీఎస్ అధికారులను
అణచివేస్తున్నరన్నారు. ప్రజాస్పాయ్యాన్ని రక్షించడంలో
కీలక పాత్ర పోలీసున్న పోలీస్ శాఖ వైన ఇలాంటి
రాజకీయపరమైన ఒత్తిళ్ల కొనసాగడం ప్రజాస్పాయ్యాన్ని
ప్రమాదంలో పదేయదమేసన్నారు. రాజకీయ సాప్రథం
ముదిరిపోతుండడం వల్లనే ఐపీఎస్ అధికారులను
రాజకీయ నాయకులు ట్యార్ట్
చేస్తున్నారన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఐపీఎస్
అధికారులు అత్యంత ప్రతిభను కనబరుస్తుండగా
అంద్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలో ఐపీఎస్ అధికారులు
విపరీతమైన ఒత్తిళ్లను ఎదుర్కొంటున్నారన్నారు.
రాజకీయ నాయకుల సిఫారసు లేఖలు లేకుండా పోలీస్
ఉన్నతాధికారులు శాఖపరమైన నాణ్యత కలిగిన
అధికారులకు ప్రజారక్షణ భద్రతను కాపాడే విధంగా
పోస్టింగులు కల్పించే చట్టం నూతనంగా ఏర్పడితే
మినహో రాజకీయ నాయకులకుల కబంధ హస్తాల్లో
పోలీస్ పోస్టింగులు ఉన్నంతకాలం ప్రజాస్పాయ్యాం
కన్నీరు పెట్టక తప్పదన్నారు.

భూషణ లక్ష్మి రవాణా

అంతా.. గోపాలుడి! బాధ్యత..!
 ఒకో ప్రాక్తర్ కు రెండు వేలు నెలవాలి మాములు...
 చూసి చూడనట్టు ప్రభుత్వ అభికారులు... వాలికి
 కనునున్నల్లినే అంత..
 ఇందిరమ్మ ఇంద్ర పేర్లతో ఇసుక దందా...
 గతంలో కొత్తారు వీతరింప పై దాడి..
 "ఎన్నో ఎన్నో కేను నమోదు చేయించిన గోపాలుడు...."
 గోపాలం చేతిలోనే నాలుగు మండలాల స్తాయి
 అభికారులు.. అందరికి నెలవాలి మాములు..
 అనుకున్నదానికంటే అభికంగా వసూళ్లు...
 లయిదారులకు తప్పని అలిక బారం...

పర్వతగిరి(జై భీమ్ న్యూన్) ఇందిరమ్మ ఇంటి నిర్మాణానికి 400 వదరపు దుగుల్లో నిర్మించుకునే ఒక్కే ఇంటికి 24 కూబిక్ అటర్లు అంటే 8 ట్రాక్టర్ల ఇసుక వే బిల్ లేకుండా వ్యాలిని ప్రథమత్వం నిర్ణయించింది. జేస్ మెంట్ లెవల్లో దూరావ్ లెవల్లో 2, స్లేట్ లెవల్లో 2,ఫినిషింగ్ లెవల్లో 1రో 2 ప్రైప్యులు అందించాలి ఉండుంది...ప్రస్తుతం ఉండలంలోని ఆకెరు వాగు నుండి రోల్లకర్ ఆయిఱపురం నుంచి ఇసుక పొద్దంతా యథేచ్చగా రలిస్తున్నారు. అధికారులు పట్టుకుని పరిశీలిస్తేనే అది క్రమమా..? సక్రమమా..? అనేది వెలుగులోకి స్తుంది. అందుకు అనుగుణంగా పంచాయతీ ర్యాదర్యులు లభ్యిదారుల ఇంటి నిర్మాణాలను రిశీలించి అవసరమైన మేరకు కూపన్న జారీ చేయాలి ఖిదిచారులకు ఇసుక అవసరం ఉన్నట్లు సంబంధిత సిపెంట్ ఇంజనీర్లు కూడా అటేసేప్పు యాలి. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల లభ్యిదారుల పేరు చెప్పి క్కుారి పట్టిస్తున్న అక్రమార్థులను అన్నిచోట్ల అడగించే రిస్టితి లేదని స్వయంగా అధికారులే ప్పుకుంటున్నారు. మండల అధికారులు ఆకెరు వాగులో సుక రవాణాపై రెవెన్యూ, మైనింగ్ సిబ్బందిని యమించాలి ఉండగా పట్టింపులేని విధంగా పవరింపడం విదూరం అని సానికులు ఇందిరమ్మ

ఇండ్ర లబ్దిదారులు
 అంటున్నారు. మూడు
 నుండి నాలుగు
 కిలోమీటర్ల దూరం
 లేని గ్రామాలకు కూడా
 ఐదు వేల నుండి
 5500 వరకు
 అవుడం
 గమనార్థం. ఇటీవల
 అదే రోల్లుకల్
 గ్రామంలో దేవస్తాన
 నిర్మాణానికి ఒక ట్రైప్లు
 లేక తేడు



వర్షశగరి (జై భీమ్ న్యాన్) ఇందిరమ్మ ఇంటి నిర్మాణానికి 400 వదరపు దగులల్లో నిర్మించుకునే ఒక్కే ఇంటికి 24 క్యాబిన్ అటర్లు అంటే 8 ట్రాక్టర్ల ఇసుక వే బిల్ లేకుండా వ్యాలని ప్రథమత్వం నిర్ణయించింది. బేసిన్మెంట్ లెవల్లో రూప్ లెవల్లో 2, స్లైట్ లెవల్లో 2, ఫినిషింగ్ లెవల్లో 1రో 2 ట్రిప్పులు అందించాల్సి ఉంటుంది...ప్రస్తుతం ఉండలంలోని ఆకేరు వాగు నుండి రోల్లకర్ ఆయణపురం నుంచి ఇసుక పొద్దుంతా యథేచ్చగా రలిస్తున్నారు. అధికారులు పట్టుకుని పరిశీలిస్తేనే అది క్రమమా..? సక్రమమా..? అనేది వెలుగులోకి స్తుంది. అందుకు అనుగుణంగా వంచాయటి ర్యాదర్యులు లభ్యిదారుల ఇంటి నిర్మాణాలను రిశీలించి అవసరమైన మేరకు కూపస్త్ల జారీ చేయాలి. బిధారులకు ఇసుక అవసరం ఉన్నట్లు సంబంధిత సిసెంట్ ఇంజినీర్లు కూడా అట్టేస్తేన్ యాలి. ఇందిరమ్మ ఇండ్లు లభ్యిదారుల పేరు చెప్పి క్షురారి పట్టిస్తున్న అక్రమార్థులను అన్విచేట్ల అడ్డగించే రిస్టిషి లేదని స్వయంగా అధికారులే ప్పుకుంటున్నారు. మండల అధికారులు ఆకేరు వాగులో సుక రవాణాపై రివెన్యూ, మైనింగ్ సిబ్బందిని యమించాల్సి ఉండగా పట్టింపులేని విధంగా పరింపదం విడురం అని సానికులు ఇందిరమ్మ

పర్వతగిరి మండలంలోని రోళకల్ గ్రామపంచాయితీ వెనుకాల అదే గ్రామానికి చెందిన వ్యక్తి రెండు వందల త్రైవుళ ఇసుక అక్రమంగా దంపింగ్ చేశారని ఆధిక ధరకు అమ్మాలని చూస్తున్నారని దానిని వెంటనే నిషింఘ చేసి ఇందిరమ్మ ఇండ్ర లభీధారులకి నామమాత్రము రుసుముతో ఇవ్వాలని లభీధారులు కోరుతున్నారు.

ఆక్రమ ఇసుక రవాణా చేస్తే కలిన చర్యలు తప్పవు ఎమ్ముచ్చే కేతర్ల నాగరాజు

పర్వతగిరి మండల వ్యాప్తంగా ఆక్రమ ఇసుక రవాణా జిరుగుతుందని సమాచారం ఇటీవలే అందింది. ఇందిరమ్మ ఇండ్ర పేరు చెప్పి ఆధిక ధరలకు ఇసుక అప్పితే కేసులు నమోదు చేయాలని కలిన చర్యలు తీసుకోవాలని పోలీసు వారికి సూచించడం జరిగింది. కాంగ్రెస్ ప్రథముంగా ఇందిరమ్మ ఇండ్ర విషయంలో పారదర్శకంగా నడుస్తుంది. ఇందిరమ్మ ఇండ్ర విషయంలో ఎలాంటి ఒక్క తప్పు జరిగిన గాని కూడా కేవలి కొడుకుని కొడుకుని —

సహారద జుడ్జన వాచ్చరంచారు.
జీసుక అక్రమ నిలువలపై చర్యలు తీసుకుంటాం
చున్నప్పదిని తోచ్చాల్స్ కెంపంబోని

అక్రమ ఇసుక నిలవలు చేస్తే ప్రభుత్వపరంగా
చర్యలు తీసుకుంటాం నాది కాదు నిలవలను గుర్తించి
వాటిని సీజ్ చేసి ఇందిరమ్మ ఇండ్ లబిదారులకు
ప్రశ్నాలు విద్యార్థి విలాందులు చేస్తారు ప్రశ్నలు చేస్తారు

కర్ణాలు-విజయవాడ మద్రాషండిగీ విమాన సర్వీసులు

వార్డుల్లిటీ జూన్ 2(జె లీక్స్ వ్యాప్తి):

కర్తులు- విజయవాడ మధ్య ఇండిగో విమాన సరీస్కులు ప్రారంభమయ్యాయి. హౌరవిమానయాన శాఖ మంత్రి రామేష్వరమారుడు దీర్ఘ మంచి వరువల్గా

దీన్ని ప్రారంభించారు. వారానికి మూడు రోజులపాటు కర్మాలు - విజయవాడ మధ్య సరీసులను ఇండిగో సంస్థ నడవమంది. త్వరలో ప్రతిరోజు ఉండేలా చర్యలు తీసుకుంటామని రామోహన్ నాయుడు తెలిపారు. కర్మాలు నుంచి మిగిలిన ప్రాంతాలకు కూడా సరీసులు

సందర్భంగా విమూనాశ్రయం వద్ద మంత్రులు తీజీ భరత్త, బీసీ జనార్థన్‌రెడ్డి, ఎంపీ బైరాడ్డి శబరి తదితరులు ప్రయోకులకు స్వోగతం పలికారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాణ్ణం ఎమ్మెల్చే గౌరు చరితారెడ్డి, కర్మన్లు డిప్యూటీ కలకక్క, పలువురు ఉన్నతాధికారులు పాలొన్నారు.

ಅನ್ನಿ ಶಾಖುಲ ಅಧಿಕಾರುಲು ಪರಸ್ಪರ ಸಮನ್ವಯಂತ್ರೀ ಹನಿ ಚೆಯಾಲಿ

ఉమ్మడి నల్గొంగ జిల్లాకు ఇంచాల్ని మంత్రిగా రావడం

చాలా సంతోషంగా ఉండి

ఉమ్మడి నల్గొండ జిల్లాను అన్ని రంగాల్లో అభివృద్ధి చేస్తాం

వల్లండ (జై భీమ మృగీ)

ఉమ్మడి నల్గొంద జిల్లా ఇంచార్జి మంత్రిగా బుధవారం రోజున జిల్లా కలక్కర్
కార్యాలయంలో నల్గొంద, సూర్యాపేట, యాదాది భువనగిరి జిల్లాలో
అమలవతున్న ప్రభుత్వ పథకాలు పైన నిర్వహించిన సమీక్ష సమావేశంలో రాష్ట్ర
పౌర సరఫరాల, నీటి పారుదల శాఖ మంత్రివర్యులు ఉత్తం కుమార్ రెడ్డి, రాష్ట్ర
రోడ్సు భవనాలు, సినిమాటోగ్రఫీ శాఖ మంత్రివర్యులు కోమటి రెడ్డి వెంకట రెడ్డి
గార్లతో కలిసి రాష్ట్ర ఎస్సీ, ఎస్టీ, మైనరిటీ, వికలాంగుల సంక్లేష శాఖ
మంత్రివర్యులు అడ్మిరిలక్ష్యో కుమార్ పాల్గొని వివిధ శాఖల అధికారులను
జిల్లాకు సంబంధించి వివిధ అంశాలపై వివరాలు అడిగి తెలుసుకొని తగు
సూచనలు చేశారు. అంతకు ముందు ఇంచార్జి మంత్రిగా మొదటి సారిగా
ఉమ్మడి నల్గొంద జిల్లాకు విచ్చేసిన అడ్మిరిలక్ష్యో కుమార్ గారికి సకిరేకల్
ఎమ్ముల్య వేముల వీరేశం నార్కట్టల్లి వద్ద కార్బ్రూక్రటలు నాయకులతో కలిసి
ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రివర్యులు అడ్మిరిలక్ష్యో
కుమార్ మాట్లాడుతూ.. వర్షాకాలం మొదలైన సందర్భంగా రైతులకు కావలసిన
విత్తనాలు ఎరువులు అన్ని సహకార సంఘాల ద్వారా ఇతర దుకాణల ద్వారా
రైతులందరికీ అందుబాటులో ఉంచాలని, కల్పి విత్తనాలు, ఎరువులు లేకుండా
అధికారులు చర్యలు తీసుకోవాలని రైతులకు అధికారులు అందుబాటులో
ఉండాలని సూచించారు. అదే విధంగా సీజనల్ వ్యాధులు ప్రభలే అవకాశం
ఉన్నందున దానికి తగిన ముందస్తు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, అందుబాటులో
ఉండవలసిన మందులు అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని, ప్రభుత్వం
ప్రతిష్టేత్తుకంగా చేపట్టిన ఇందిరమ్మ ఇళ్ల విషయంలో పులోగితినీ, ఇందిరమ్మ
ఇల్ల పూర్తి చేసి లభ్యారులకు బిల్లుల చెల్లింపు విషయంలో గాని లభ్యారుల
నిర్మాణం విషయంలో గాని ఎప్పటికప్పుడు అధికారులు సమీక్షించాలని, గత
ప్రభుత్వం ధరణి తెచ్చి రైతులను ఏ విధంగా ఇబ్బందులు పెట్టిందో మనందరికీ
తెలుసునని, దానికి అనగుణంగా ధరణి స్టోనంలో భూభారతి తీసుకొచ్చి ప్రతి
గ్రామంలో రెవెన్యూ సదస్య నిర్వహించి దరఖాస్తుల స్వీకరించడం
జరిగిందిని, కావున భూభారతి సదస్యుల ద్వారా వచ్చినటువంటి దరఖాస్తులను
త్వరితగతిన పరిష్కరించి రైతులతో సమన్వయపర్చి వారికి ఎలాంటి సమన్వ్య
లేకుండా చూడాలని, వర్షాకాలం మొదలైన సందర్భంగా విద్యుత్ షాక్
తగలకుండా అధికారులు తగు చర్యలు తీసుకోవాలని, మనుషుల గాని, మూగ
జీవులు విద్యుత్ షాక్ తగలకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, రైతులకు కూడా
విద్యుత్ అంతరాయం లేకుండా చూడాలన్నారు.

ఉద్యమ నేతకు పరిశోధక ఫలితం

వ్యవసాయ కుటుంబ నేపద్మం ఉద్యమకారున్ని తయారు చేసింది
 తల్లిదండ్రుల ఆశయాన్ని నిలబట్టిన డాక్టర్ జట్టి రాజేందర్
 జట్టి రాజేందర్కు రాజనీతి శాస్త్రంలో డాక్టరేట్
 పోరాటాలకు మార్పేరుగా నిలుసును, డాక్టర్ రాజేందర్

కేయూ క్యాంపస్ బై భీమ న్యూలి

రాజేందర్ భారతీయ రాష్ట్ర సమితి విద్యార్థి విభాగానికి రెండుసార్లు కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయ ఇన్స్టిగ్రా నియమితులయ్యాడు. విద్యార్థుల సమస్యల పట్ల అలుపెరుగిని పోరాటాలు చేస్తూ ఇటు అధికారులతో నాయకులతో సమస్యల పరిష్కారం మార్గాల కోసం తీవ్రంగా పోరాటాలు చేస్తున్న జట్టి రాజేందర్ ఇటు పోరాటాలతో పాటు ఉన్నత విద్య దాక్టర్ అందుకోవడం గొప్ప విశేషం. తల్లిదండ్రులతో పాటు ఎక్కడ నామూపిగా ఫీల్ కాకుండా వ్యప్పసాయ పనులు చేసేకుంటూ గ్రామస్థాలు నుండి దాక్టరేట్ సాధించి తన ప్రతిభను మండల కేంద్రానికి అంకితం చేశాడు. పోరాటాలకు మారుపేరుగా నిలుస్తున్న జట్టి రాజేందర్ అన్ని విద్యార్థి సంఘాలతో పాటు జర్మనిస్టులకు మంచి ఆప్తుడుగా అత్యంత సన్నిహితుడిగా కొనసాగుతున్నాడు. ప్రస్తుతం కేయా బిఅర్విణ్ణి విభాగానికి ఇన్స్టిగ్రా వనిచేస్తున్న జట్టి రాజేందర్ మరన్నే అధ్యయాలు సాధించాలని మనస్సుర్చిగా అభినందనలు పొందుతున్నాడు. ప్రస్తుతం విద్యార్థి ఉర్దుపు నేతగా తన ప్రస్తావాన్ని కొనసాగిస్తుండగా కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయాన్ని కేంద్ర బిందువుగా చేసుకొని తన చేస్తున్న ఉర్దుపు పోరాటాలకు గాను ప్రస్తుత ప్రభుత్వ కాలంలో ఏ కార్యక్రమం జరిగిన పోలీన్ అధికారులు ముందుస్తూగా అరెస్టు చేస్తున్నది మనోన్నె (డాక్టర్ జట్టి రాజేందర్) ప్రధానంగా తెలంగాణ మలిదశ ఉర్దుమంలో కాకతీయ యూనివరిటీ నుండి కీలక భూమిక పోషించిన జట్టి రాజేందర్ కాకతీయ యూనివరిటీ పొలిటికల్ సైన్స్ విభాగం నుండి దాక్టరేట్ పట్టా పొందారు. దూర విద్యా కేంద్రం మాజీ సంచాలకులు ఆచార్య చింతకాయలు దినేష్ కుమార్ పర్యవేక్షకాలో “పొలిటికల్ ఎంపర్సార్ట్ ఆఫ్ ట్రైబల్ ఉమెన్ ఎ స్టడీ విత్ రిఫరన్సీ టు పంచాయతీ రాజ్ ఇన్విట్యూషన్ ఇన్ తెలంగాణ సైట్ “అనే అంశంపై ఆయన సమర్పించిన సిద్ధాంత గ్రంథానికి ఆయనకు పీపోటీ అందించినట్టు పరీక్షల నియంత్రణాధికారి ఆచార్య కట్ల రాజేందర్ తెలిపారు. హన్సుకొండ జిల్లా హసన్ పరి మండలం బైరాన్ పల్లి గ్రామానికి చెందిన జట్టి చంద్రకళ - చేరాలు ల పెద్ద కుమారుడు డాక్టర్ జట్టి రాజేందర్ ప్రస్తుతం భారత రాష్ట్ర సమితి విద్యార్థి విభాగం కాకతీయ యూనివరిటీ ఇంచార్జి గా కొనసాగుతున్నారు. మలిదశ ఉర్దుమం నుండి అనేక విద్యార్థి సమస్యలపై పోరాటం చేసి పలుమార్లు అరెస్ట్ అయ్యారు. పీపోటీ సాధించిన సందర్భంగా జట్టి రాజేందర్ ను యూనివరిటీ అధ్యాపకులు, బోధనేతర సిబ్బంది, విధి విద్యార్థి సంఘాల నాయకులు, భారత రాష్ట్ర సమితి నాయకత్వం ఐవీనందిలీంది.

సంపాదకీయం

జీవీస్ట్ బాధుడుపై నీరు మెదపని చంద్రబాబు

జీవీస్ట్ ఏ ముహూర్తాన వచ్చి వేరింద్ర కానీ ప్రజల నడ్డి విరుస్తేంది. ఎంతగా అంటే దీని కొన్నా రానిపై అధిక మాతాములో పశ్యులకే సరిపోతేంది. చివరకు మనం అర్గ్యం కోసం తీసుకున్న ఇస్సున్నేస్ట్, సేవింగ్ కోసం తీసుకున్న జీవీస్ట్ మాలపైనా జీవీస్ట్ తప్పదం లేదు. 12 సుంచి 18శాతం ముక్కుమించి మరీ వసూలు చేస్తున్నారు. ఎన్నిచి కూటమిలో ఉన్న లీడింగ్, నీతి కుమార పార్టీలలో సహా ఇతర చిల్డర్ పార్టీలు కూడా దీనిపై నిలిపియైడం లేదు. ప్రజలు పార్టులన్న ఇంధలక్కన్న ఆదాయం సమకారమే పారికి ముఖ్యమైయిది. ఎంటంకటే జీవీస్ట్ ఎలిట్ వసూలు అయితే అందులో సగం రాష్ట్రములు కేవలు. కిలో రూపాలు బియ్యం ఇష్టం వంచి అలాటులు చేసుకున్నారు. పెస్ట్ పెస్టికి సప్యంగా సిమ్మె వంద్రబాబు వెళ్లడం, పెద్దపెద్ద మిసాలింగ్ పెళ్లడం, ఇక్కులు అందిందం దారుణం కాక మరోటి కాదు. ప్రతినిఱా ఇప్పి భాగాల్లో నమోదు అప్పతాయి. వీలికోసం పెచిచ్చప్పులు, ప్రశ్నేక విమానాలు చేసుకుని వెల్లి చెక్కులు అందిందం దుబారా ఖ్యాతికాక మరోటి కాదు. ఇంతగా దుబారా జూరుగుతన్న ఎప్పరూ నిలిపియైడం లేదు. దుబారా పథకాలతో కీట్లు దండుకునే ఎత్తులు తప్ప రాజకీయ నాయకులకు దేశం, రాష్ట్ర ప్రజల అభివృద్ధిపై విత్తుక్కి లేకుండా పోయింది. దుబారాలు పద్మరం విష్టులు చేసుకోవడం ఖ్యాతినొ మారింది. ఇకపోతే క్రాంతమ్, పోవరం, అమరాతి గురించి మాటలుతన్న చంద్రబాబు జీవీస్ట్ వద్దింపులై మాటలడు లేదు. ఎందుకంతే మాడికి కోపం తెప్పించే ఏ పసీనీయక పోవడమే తుమమని భావిస్తున్నారు. గతంలో మాడితో పెట్టుకుని బెట్టు అధికారానికి దూరంగా ఉన్న అనుభవం ఉంది. ఇకపోతే జాజా గాంధాకల మేరకు రాష్ట్రంలో జీవీస్ట్ వసూళ్లు పెరిగాయి. ఈ ఏండ్రాది జాన్లో రూ. 2,591 కోట్లు నికర జీవీస్ట్ వసూళ్లం. 2017లో జీవీస్ట్ అమల్లో వచ్చినప్పుడిని సుంచి జాన్ నెలకు ఇదే అత్యధికం. 2025-26 అర్థక సంపత్తిరం మొదటి త్రైపూసికంలో మొత్తం వసూళ్లన నికర జీవీస్ట్ రూ. 8,860 కోట్లు. గతిది జాన్ వచ్చిన రూ. 3,910 కోట్లు చున్న ఆదాయం కంటే ఇంచె 6.58 శాతం ఎక్కువ. ఈ ఏడార్ జాన్లో జీవీస్ట్ సెట్లోర్పు వచ్చినంది వ్యక్తి వస్తున్నారు. 2011 సెప్టెంబర్ 24నే జాను కీటో దోషమత పెద్దలు, నాయకులు, ఇతర సంపలతో డీటో నిర్మించి. తన వారసుకే ఎంపిక కొనసాగించాలా..? అనే అంశంపై అభిప్రాయాలు కోసంటు పేర్కొన్నారు. దీనికి అన్నిపరాల నుచి సాపుకాల స్వందనల వచ్చాయిన్నారు. సుందించిన వారిలో తీటో మతపద్ధలు, చైలాలోని వారు కూడా ఉన్నట్లు వెలించారు. తన వారస్తుం భవిష్యతులో కొనసాగాలని వారంతా కోరుకున్నట్లు తెలిపారు. చాలా ఏళ్ల క్రితం దల్లైమా ఒక దశలో తనతోనే ఈ సంప్రదాయం ముగించి వచ్చిన రూ. 29 కోట్లు సుంచి రూ. 49 కోట్లు పెరిగింది. లీక్స్ వ్యాపార రూ. 61 కోట్లు సుంచి రూ. 86 కోట్లు పెరిగింది. ఇకపోతే బాబు అందం కలిగించే. ఎందుకంతే ఆదాయం వస్తే తమ వాటా కూడా పసుంగున్న అనందం. అందుకే బాబు జీవీస్ట్ సేరు మొఎపడం లేదు. మాడి ప్రథమత్తం అధికారంలో వచ్చిన త్వాత్ వ్యాపార స్టోర్లు నుంచి జాన్ సెరుకుని విరుస్తేంది. ఇది ప్రథమాన్నికి ఆదాయం పెరగటానికి తోడ్పుడింది. గత పారమాంచ సమవేశాల్లో ఇస్సున్నట్టు జీవీస్ట్ త్వాత్పాంచాలని కేంద్రమంతి నిటిన్ గడ్డటి కోరించి నిర్మలా సీతారాముక్క తసిద్దించుకున్నారు. నిజానికి ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకునే బధుల ఎదురుదాచి చేశారు. అయితే ప్రశ్నం మధ్య తరగతి భారతీయులకు అనుగుణంగా పస్తు రేట్లో త్వాత్పాంచ అందించ బోతున్నట్లు వెల్లడంది. అందుకాటులో ఉన్న సమాచారం ప్రకారం అనేక వస్తు అందించ బోతున్నట్లు విషయంలో కొరించి రూ. 1,365 కోట్లు వచ్చినంది వ్యక్తి వస్తున్నారు. 20 కోట్లు సుంచి రూ. 49 కోట్లు పెరిగింది. లీక్స్ వ్యాపార రూ. 61 కోట్లు సుంచి రూ. 86 కోట్లు పెరిగింది. ఇకపోతే బాబు అందించ కలిగించే. ఎందుకంతే ఆదాయం వస్తే తమ వాటా కూడా పసుంగున్న అనందం. అందుకే బాబు జీవీస్ట్ సేరు మొఎపడం లేదు. మాడి ప్రథమత్తం అధికారంలో వచ్చిన త్వాత్ వ్యాపార స్టోర్లు జీవీస్ట్ పసుంగున్నారు. సేరుకుని విరుస్తేంది. ఇది ప్రథమాన్నికి ఆదాయం పెరగటానికి తోడ్పుడింది. గత పారమాంచ సమవేశాల్లో ఇస్సున్నట్టు జీవీస్ట్ త్వాత్పాంచాలని కేంద్రమంతి నిటిన్ గడ్డటి కోరించి నిర్మలా సీతారాముక్క తసిద్దించుకున్నారు. నిజానికి ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకునే బధుల ఎదురుదాచి చేశారు. అయితే ప్రశ్నం మధ్య తరగతి భారతీయులకు అనుగుణంగా పస్తు రేట్లో త్వాత్పాంచ అందించ బోతున్నట్లు వెల్లడంది. అందుకాటులో ఉన్న సమాచారం ప్రకారం అనేక వస్తు అందించ బోతున్నట్లు విషయంలో కొరించి రూ. 1,365 కోట్లు వచ్చినంది వ్యక్తి వస్తున్నారు. నిజానికి ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకునే బధుల ఎదురుదాచి చేశారు. అయితే ప్రశ్నం మధ్య తరగతి భారతీయులకు అనుగుణంగా పస్తు రేట్లో త్వాత్పాంచ అందించ బోతున్నట్లు వెల్లడంది. అందుకంతే ఆదాయం వస్తే తమ వాటా కూడా పసుంగున్న అనందం. అందుకే బాబు జీవీస్ట్ సేరు మొఎపడం లేదు. మాడి ప్రథమత్తం అధికారంలో వచ్చిన త్వాత్ వ్యాపార స్టోర్లు నుంచి జాన్ సెరుకుని విరుస్తేంది. ఇది ప్రథమాన్నికి ఆదాయం పెరగటానికి తోడ్పుడింది. గత పారమాంచ సమవేశాల్లో ఇస్సున్నట్టు జీవీస్ట్ త్వాత్పాంచాలని కేంద్రమంతి నిటిన్ గడ్డటి కోరించి నిర్మలా సీతారాముక్క తసిద్దించుకున్నారు. నిజానికి ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకునే బధుల ఎదురుదాచి చేశారు. అయితే ప్రశ్నం మధ్య తరగతి భారతీయులకు అనుగుణంగా పస్తు రేట్లో త్వాత్పాంచ అందించ బోతున్నట్లు వెల్లడంది. అందుకంతే ఆదాయం వస్తే తమ వాటా కూడా పసుంగున్న అనందం. అందుకే బాబు జీవీస్ట్ సేరు మొఎపడం లేదు. మాడి ప్రథమత్తం అధికారంలో వచ్చిన త్వాత్ వ్యాపార స్టోర్లు నుంచి జాన్ సెరుకుని విరుస్తేంది. ఇది ప్రథమాన్నికి ఆదాయం పెరగటానికి తోడ్పుడింది. గత పారమాంచ సమవేశాల్లో ఇస్సున్నట్టు జీవీస్ట్ త్వాత్పాంచాలని కేంద్రమంతి నిటిన్ గడ్డటి కోరించి నిర్మలా సీతారాముక్క తసిద్దించుకున్నారు. నిజానికి ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకునే బధుల ఎదురుదాచి చేశారు. అయితే ప్రశ్నం మధ్య తరగతి భారతీయులకు అనుగుణంగా పస్తు రేట్లో త్వాత్పాంచ అందించ బోతున్నట్లు వెల్లడంది. అందుకంతే ఆదాయం వస్తే తమ వాటా కూడా పసుంగున్న అనందం. అందుకే బాబు జీవీస్ట్ సేరు మ

ప్రభుత్వ పొరుగుల లోగోగే ఉండి అభివృద్ధి చెందస్త్వండి

ಅಬಿ ಪೊರುಗು ಪ್ರಾಂತಾನಿಕಿ ಸಮಾಜವೈನ ಪಾರ್ಶವಾಲಗಾ
ಮಾರನಿವ್ಯಂದಿ - ಮಹೇಷ್ ಗೀರನಾಲ್ಕೆ

బెంగళూరు, జై భీమ న్యాన :

ప్రభుత్వ పారశాల అలాగే ఉండి అభివృద్ధి చెందనివ్యంది - అది పొరుగు ప్రాంతానికి సమానమైన పారశాలగా మారనివ్యంది అని మహేష్ గోరనాల్కే అన్నారు. క్రాటుక రాష్ట్ర పారశాల ఆభివృద్ధి మరియు పర్యవేక్షణ కమిటీల సమస్యలు వేదిక రాష్ట్ర కమిటీ సమావేశం యొక్క తీర్మానాలు క్రాటుక రాష్ట్ర పారశాల ఆభివృద్ధి మరియు పర్యవేక్షణ కమిటీల సమస్యలు వేదిక యొక్క రాష్ట్ర కమిటీ సమావేశం ఆదివారం రోజు బెంగళూరులో అభివృద్ధి విద్యా నిపుణుడు నిరంజనరాధి వి.పి. అధ్యక్షతన జరిగింది. రాష్ట్రంలోని విధి విద్యా జిల్లాల నుండి రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు ఈ సమావేశంలో పాల్గొన్నారు. ప్రభుత్వ పారశాలల సాధికారత, విద్యా హక్కు చట్టాన్ని సమరపంతంగా అమలు చేయడం మరియు పారశాల స్థాయిలో పారశాల ఆభివృద్ధి మరియు పర్యవేక్షణ కమిటీలను బలోపేతం చేయడం వంటి అనేక అంశాలను సమావేశంలో వివరంగా చర్చించారు. విష్ణు చర్చల తర్వాత, ప్రభుత్వ పారశాలలను బలోపేతం చేయడం ద్వారా మరియు అన్ని పిల్లలకు నాణ్యమైన విద్యను నిర్మాంించడం ద్వారా ప్రభుత్వ విద్యా వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి ఈ క్రింది తీర్మానాలను ఏకగ్రిపంగా ఆమోదించారు.

1. విద్యా హక్కు చట్టం, 2009 యొక్క పూర్తి మరియు ప్రభావపంతమైన అమలు కోసం ఒక కార్యాచరణ ప్రణాళికను రూపొందించాలి.
2. ట్రై-ప్రైమరీ నుండి ఇంగ్లీష్ మీడియం అమలును వదిలివేయాలి మరియు విద్యా హచట్టం ప్రకారం కనీసం 8వ తరగతి వరకు మాత్రభాషా అభ్యాసాన్ని అమలు చేయాలి.
3. త్రిభాషా సూత్రానికి బధులుగా రాష్ట్రంలో ద్విభాషా సూత్రాన్ని అమలు చేయాలి.
4. రాష్ట్ర స్థాయిలో ఇంగ్లీషును ఒక భాషగా బోధించడానైప్యం కలిగిన ఇంగ్లీషు భాషా ఉపాధ్యాయులను నియమించాలి. భాష యొక్క ప్రభావపంతమైన బోధన కోసం అవసరమైన వసరులు మరియు శిక్షణ అందించాలి.
5. కన్సడను పరిపాలనా భాషగా మరించ సమరపంతంగా అమలు చేయడానికి, ప్రభుత్వ పారశాలలు మరియు క్షాశాలలలో చదివిన విద్యార్థులు ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు రిజర్వ్ చేయాలి.
6. అన్ని ప్రాఫైషన్ల



కోర్సులలో కనీసం 25 శాతం సీట్లను ప్రభుత్వ పారశాలలు మరియు కళాశాలలో చదివిన విద్యార్థులకు రిజర్వ్ చేయాలి. 7. ఉపాధ్యాయుల నియామకం వారి నియామక సమయంలో ఎంపిక చేయబడిన తాలూకాలకే పరిమితం చేయాలి మరియు వారు సంబంధిత తాలూకా కేంద్రాలలో నివసించడం తప్పనిసరి చేయాలి. 8. ఉపాధ్యాయ శిక్షణంలో తల్లిదండ్రులు/ఎస్సిఎస్/సంఘం యొక్క హక్కులు మరియు సమాజంతో సంబంధాన్ని పెంపాందించుకోవడం పారశాల/ఉపాధ్యాయుడి విధిని చేర్చాలి. 9. అన్ని పారశాలల్లో ఉపాధ్యాయులకు బయామెట్రిక్ హజరు అమలు చేయాలి. 10. ప్రభుత్వ పారశాలలైపై సాధారణ ప్రజలలో విశ్వాసం కలిగించడానికి మరియు ప్రభుత్వ విద్యా వ్యవస్థను బల్లోపేతం చేయడానికి, అన్ని ప్రభుత్వ ఉద్యోగులు మరియు ప్రజా ప్రతినిధులు తమ పిల్లలను ప్రభుత్వ పారశాలల్లో చేర్చుకునేలా తగిన చట్టాన్ని రూపొందించాలి. 11. ఒక కిలోమీటరు వ్యాసార్థంలో ఉన్న అన్ని పారశాల పారశాల మూపింగ్ నిర్వహించాలి. దీని ప్రకారం, ఇప్పటికే ప్రభుత్వ/ప్రభుత్వ సహాయం పొందిన జూనియర్ ప్రాథమికోస్నత మరియు ఉన్నత పారశాల ఉంటే, ఎంత ఒక్కింటి ఉన్నా, ప్రైవేట్ అన్నిఎయిదెడ్ పారశాలలకు అనుమతి ఇప్పకూడదు. బదులుగా, ప్రభుత్వ/ప్రభుత్వ సహాయం పొందిన పారశాలలను పొరుగు పారశాలలుగా అభివృద్ధి చేయడానికి అన్ని రకాల చర్యలు తీసుకోవాలి. పారశాలలు అవసరమైతే ప్రభుత్వం కొత్త పారశాలలను తెరవాలి. 12. ప్రభుత్వం ఎప్పటికప్పుడు జారీ చేసే అన్ని సర్వులర్కు మరియు ఇతర సమాచారాన్ని పారశాల

ప్రధానోపాధ్యాయులు, ఎస్టిఎంసి ఆధ్యక్షులు మరియు ఉపాధ్యక్షులతో వాటప్ప లో పంచుకోవాలి. 13. పారశాల పొదుపు ఖాతాలోనీ దబ్బుపై బ్యాంకు నుండి వచ్చే వడ్డీని సంబంధిత పారశాలల పనికి ఉపయోగించుకోవడానికి అనుమతించాలి. ప్రభుత్వం ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వడ్డీ దబ్బును ఉపసంహరించుకోకూడదు. 14. సంబంధిత పారశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులు ప్రతి పారశాలలో చదువుతున్న పిల్లల తల్లిదండ్రులను (తండ్రులు మరియు తల్లులు ఇదరూ) కలుపుకుని ఒక వాటప్ప సమాపోన్ని ఏర్పాటు చేసి, పిల్లల అభ్యాసం, పారశాల నిర్వహణ, పారశాల గ్రాంట్లు మరియు ప్రభుత్వం నుండి వచ్చే నాణ్యతా మెరుగుదలకు సంబంధించిన అన్ని సమాచారాన్ని ఈ సమాపంలో పంచుకోవాలని వారిని ఆడేశించాలి.

15. యుద్ధిష్ఠి/ఎన్వెటి ల ద్వారా సేకరించిన పారశాల వసరులు/వ్యాలిక
సదుపాయాలు/విద్యార్థులు/ఉపాధ్యాయులు మొదలైన వాటిపై సమాచారం ఇప్పటికే ప్రధానోపాధ్యాయులకు అందుబాటులో ఉంది, తద్వారా ఈ సమాచారం అంతా ఎస్టిఎంసి సభ్యులు, తల్లిదండ్రులు మరియు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటుంది, ఒక యాప్సను అభివృద్ధి చేసి అన్ని ఎస్టిఎంసి సభ్యులు మరియు సంరక్షకులకు అందించాలి అని తీర్మానాలు చేశారు. ఈ కార్బూక్మంలో మహేష్ గోరణాల్క్ర జిల్లా గౌరవ అధ్యక్షుడు కర్మాంక రాష్ట్ర పారశాల అభివృద్ధి మరియు పర్వవేక్షణ ఫోరం బీదర్, సంతోష పదసాలే జిల్లా అధ్యక్షుడు కర్మాంక రాష్ట్ర పారశాల అభివృద్ధి మరియు పర్వవేక్షణ కమిటీల సమన్వయ ఫోరం బీదర్ పాల్గొన్నారు.

నక్కిల విక్రతపై పీడీ యాక్టు

ఉత్తర్వులు జారీ చేసిన సిపి సన్ ప్రీత్ సింగ్

వరంగల్, జై భీమ క్రైమ్ న్యూస్

ಅಭಿಲಾಷ್ ಜ್ಞಾನಕಾಲು ಕಲಕಾಲಂ ವರ್ದಿಲಂ



ఐనవోలు, (జె భీమ న్యాస)

ప్రమాదవశాత్తు మృతి చెందిన తమ కొడుకును పదేపదే గుర్తు చేసుకుంటూ తమ జ్ఞాపకాలను నెమరు వేసుకుంటూ కన్సైటి పర్యాంతమవుతున్నారు. నేటికి నీడాది హూర్చి కొవడంతో యువకాన్ని తలిదుండ్రులు తప్ప కొడుకు జ్ఞాపకాలు పురుగుమందులను విక్రయిస్తే పీడి యాక్ట కింద కేసులు నమోదు చేస్తామని ఇదే క్రమంలో నేడు రెండో పీడి యాక్ట నమోదు చేశారని అలాగే ఎవరైనా విక్రయిస్తే వెంటనే పోలీసులకు సమాచారం అందించాలని సిపి తెలిపారు.

విడ్జి పూర్తి కావడంతో యివకుని తల్లిదండ్రులు తమ కొడుకు జ్ఞాపికాలు పదిలంగా ఉండాలని నిత్యం తమ ముందు ఉండాలని భావించి ఓ నిర్వయం తీసుకున్నారు. హనుమకొండ జిల్లా బసవోలు మండలం ఒంటిమామిడిపల్లి గ్రామంలో ఘుటన వోటువేసుకుండి చనిపోయిన తన కొడుకు నిఱువెత్తు విగ్రహాన్ని తయారు చేయించి ఓ తల్లిదండ్రులు పొలంలో ఏర్పాటు చేశారు ఒంటిమామిడిపల్లి గ్రామానికి చెందిన మామిండ్ల తిరుపతి కొడుకు అభిలాషి గత విడ్జి ప్రమాదవశాత్తు మరణించారు. చేతికొచ్చిన కొడుకు చనిపోవడంతో తీవ్ర మనోవేదనకు గుర్తుయ్యారు. జ్ఞాపకాలను పదిలంగా ఉంచుకునేందుకు విగ్రహాన్ని చేయించి తన పొలంలో వేదమంత్రాల మర్యాద ఆవిష్కరించారు. తల్లిదండ్రులకు పిల్లలు తప్ప మరో ప్రపంచం ఉండదు వారికి ప్రతిక్షణం ప్రేమాభిమానాలు పంచి ఇస్తారు బిడ్డ ఎదుగుదలను చూసి పరపశిస్తారు వృద్ధాప్యంలో తమను కంటికి రిప్పలూ చూస్తారిని భావిస్తారు కానీ కొండరి జీవితాలను ఆశయాలను కొన్ని అనుకోని ఘుటనలు తలకిందులు చేస్తాయి తీవ్రమైన మానసికక్షోభాను గురిచేస్తాయి అంటూ వచ్చిన వారు ప్రతి ఒకక్కరు కస్తీరు పెడుతూ తల్లిదండ్రులను అభినందించారు. ఈ కార్బూక్రమం లో తిరుపతి మిత్రులు శీర గజేష్, సింగళబోయిన పరశురాములు, సాంబారి రాజు, గోనె. రాజు, పెండ్లి. రమణయ్య, కాసోజు. విజయ్, పొక. కోపేశ్వర్, గడ్డం రమేష్. అజీమ్, పోస్టం సంతోష్ తదితరులు పరామర్చించారు.



శ్రీవాణి కుటుంబాన్ని పరామర్థంచిన
జాగ్రత్తి రాష్ట్ర నాయకులు శ్రీకాంత్ గడ్..



వరంగల్, (జై భీమ న్యూట్రిటింస్)

ఇటీవల కాలంలో గురుకులాల్లో విద్యార్థుల మరణాలు,ఆత్మహాత్యలు కొనసాగుతున్నాయి...కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడినప్పటి నుండి ఇప్పటివరకు వందకు పైచిలుక విద్యార్థులు వివిధ కారణాలతో గురుకులాల్లో మరణించారు.గురుకులాల్లో కనీస వనతులు లేకపోవడం అలాగే ప్రసిద్ధార్థం,వార్డ్,స్టాప్ ఇతర సిబ్బంది మొత్తం కూడా వేధించడంతో ఏ దిక్కతో చనటువంటి స్థితిలో తల్లిదండ్రులకు ఇటు మిత్రులకు చెప్పుకోలేనటువంటి పరిస్థితుల్లో ఆడపిల్లలు అయామయానికి గురై ఆత్మహాత్యే శరణ్యం గా భావించి ఆత్మహాత్యను ఆశ్రయిస్తున్నట్టువంటి పరిస్థితి ఈ రాష్ట్రంలో దాపరించింది.ముఖ్యంగా ఈ యొక్క గురుకులాలకు సంబంధించి..గురుకుల సెక్రటరీగా ఉన్నటువంటి అలుగు వర్లిని ఎవరైతే ఉన్నారో వారి యొక్క వ్యాఖ్యలు ఏవైతే ఉన్నాయో పిల్లలు బాటూంలు కదిగిన గాని..అగ్గి పీకినాగాని ఇతర పనుల చేసినా గాని దీంట్లో తప్పేం లేదని స్వయంగా సెక్రెటరీగా గారు ప్రకటించడం చూస్తుంటే వారి పైకాలిని అర్థం చేసుకోవచ్చు..ఇక్కడ ఉన్నటువంటి సిబ్బంది ,స్టాప్ అంతా కూడా విద్యార్థులపై అరాచకాలతో వాళ్ళని తీపమైనటువంటి మానసిక వేదనకు గురి చేయడంతోనే శ్రీవాణి అనేటటువంటి అమ్మాయి ఆత్మహాత్య చేసుకోవడం జిరిగింది... కావున తెలంగాణ జాగ్రత్తి పక్కాన కల్పకుంటు కవిత ఆదేశాల ప్రకారం రాష్ట్ర నాయకులు అయినటువంటి డాక్టర్ నలమాస శ్రీకాంత్ గౌడ్ ఈ యొక్క శ్రీవాణి కుటుంబాన్ని పరామర్శించి తెలంగాణ జాగ్రత్తి పక్కాన వారికి అందగా ఉంటామన్నారు.అతి త్వరలో కవిత స్వయంగా వచ్చేసి కుటుంబాన్ని పరామర్శించడం జరుగుతుందని,ఈ యొక్క శ్రీవాణి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం తక్కు సాయంగా 20 లక్షలు ఎక్కు గ్రేఫియా ప్రకటించేసి,బాధ్యత పైన చట్టపరమైన చర్చలు తీసుకొని వాళ్ళను విధుల నుండి తొలిగించవలసిందిగా తెలంగాణ జాగ్రత్తి పక్కాన తెలంగాణ జాగ్రత్తి సంబంధించిన రాష్ట్ర నాయకులు జిల్లా నాయకులు అందరు కూడా డిమాండ్ చేయడం జిరిగింది.... ఈ కార్యక్రమంలో యారబాలకృష్ణ..జున్న రాజు యాదవ్..మునుకుంటు చంద్రశేఖర్.. కునుమరాజు,జిన్న సంతోష్వర్దూ రమేష్,బోచ్చు బాబురావు,బండి రమేష్ గౌడ్,వికు హరి,బోబ్లు నరేవ్, ఏకు కృష్ణ, బోబ్లు రేవంత్, ఏకు రవికుమార్, రఘువతి, కృష్ణవేణి, నవీన్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఫిర్యాదుదారులతో మర్యాదపూర్వకముగా వ్యవహరించాలి

వరంగల్ పాశీన్ కమిషనర్ సన్ ట్రైట్ సింగ్



పానుమకొండ, జై భీమ న్యాస

పోలీన్ స్టేషన్ కు వచ్చే ఫిర్యాదుదారుల పట్ల అధికారులు, సిబ్బంది మార్యాదపూర్వకంగా వ్యవహారించాలని వరంగల్ పోలీన్ కమిషనర్ ఎల్కుప్పుర్తి పోలీన్ అధికారులకు సూచించారు. వార్డ్‌ప్రైకి తనిఖీల్లో భాగంగా వరంగల్ పోలీన్ కమిషనర్ బుధవారం ఎల్కుప్పుర్తి పోలీన్ స్టేషన్ ను తనిఖీ చేశారు. తనిఖీలకై పోలీన్ స్టేషన్ చేరుకున్న పోలీన్ కమిషనర్ కు స్టేషన్ ఎన్.ఐ మహేందర్ పుప్పొగుచ్చాలను అందజేసి స్టౌగ్‌తం పలకగా సాయుధ పోలీసులు సీపికి గౌరవ వందనం చేశారు. పోలీన్ కమిషనర్ పోలీన్ సిబ్బంది నిర్వహించిన పరేడ్ తో పాటు కిట్ ఆర్టికల్స్ తనిఖీ చేశారు. ఈ తనిఖీల్లో భాగంగా సీపి పోలీన్ స్టేషన్ పరిసరాలను, వివిధ కేసుల్లో సీజ్ చేసిన వాహనాలను పరిశీలించి కేసు వివరాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. అననంతరం స్టేషన్ సంబంధించిన పలు రికార్డులను తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా పెండింగ్ కేసులు, కోర్టు కేసులు, ప్రసుతం దర్యాప్తులో వున్న కేసులకు సంబంధించి పోలీన్ కమిషనర్ క్లెట్టంగా తనిఖీ చేసి అధికారులకు పలు ఆదేశాలు జారీ చేశారు అనంతరం సిబ్బందిని శాఖవరమైన నమస్కారాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. చివరగా పోలీన్ కమిషనర్ స్టేషన్ అవరణలో మొక్కలను నాటారు. పోలీన్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ప్రజల నమ్మకాన్ని కలిగించడంతో పాటు, పోలీన్ వ్యవస్థ పట్ల ప్రజల్లో విశ్వాసాన్ని పెంపొందించాలంబే% ప్రతి పోలీన్ ఉద్యోగి నిజాయాతీ, నిలిధుతతో విధులు నిర్వహించాలి. ప్రజల సమస్యలకు తక్షణ స్పందనతో పాటు, మార్యాదపూర్వకంగా వారి ఫిర్యాదులు ఆలకించాలిన బాధ్యత అందరిపై ఉంది” అని సీపి పేరొన్నారు. ఈ తనిఖీల్లో సెంట్రల్ జోన్ డిస్ట్రిక్ట్ మేట్ సలీమా, కాజీపేట ఏసీపి ప్రశాంత్ రెడ్డి, ఎల్కుప్పుర్తి సిఱ పులి రమేష్ వున్నారు.

ఫ్లెంకటేన్ ఆరీగ్యం విషమం

వైద్యనిక అదుకొవాలని కూతురు విన

ప్రాదురాబాద్,జూలై 2(జై భీమ మ్యాన్):

తన తండ్రి అరోగ్యం రోజురోజుకూ క్లీషెస్టోదనని, దీనితిలో ఉన్న తమను ఆదుకోవాలంటూ ఫిఫ్ వెంకట్ కుమారె ప్రవంతి కోరుతున్నారు. నాలుగేళ్లగా రెండు కిధీలూ చెడిపోవడం తో దయాలనిన్ ద్వారా చికిత్స పొందుతున్నారు వెంకట్. ప్రస్తుతం బోధువుల్లోని ఓ ఆస్పత్రిలో చికిత్స తీసుకుంటున్నారు. రెండు కిధీలు మార్పిడి చేయాలని, అరోగ్యం క్లీషెస్టోదని వైద్యులు చెప్పినట్లు ప్రవంతి తెలిపారు. వైద్య సేవలు పొందలేని దీన స్థితిలో ఉన్నామని, రాతలు ఎవరైనా సాయం చేయాలని ఆమె కోరుతున్నారు. 'అది', 'దిల్', 'అతారించికి దారేది', 'డిజె టిల్లు' పంటి పలు హిట్ లిఫ్టివాల్స్ వెంకట్ నల్గించిన విషయం తెలిసిందే.

నానవెడ్జ్ వల్ల ఇన్ని సమస్యలు వస్తాయా?



ప్రతి రోజు నాన్ వెజ్ తింటే అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. ప్రతి రోజు నాన్ వెజ్ ఐబెమ్స్ తినే వారిలో ఖచ్చితంగా కొన్ని వ్యాధులు వస్తాయట. ఆహార అలవాట్లు.. శరీర ఆరోగ్యం మీదనే కాకుండా.. మానసిక ఆరోగ్యం మీద కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి రోజు ఛాస్ట్ ఫుడ్స్, లేదా మాంసం తినే వారిలో సాధారణంగా డయాబెటీస్, బీపీ, క్యాస్టర్, షిబాయం, కొల్ప్రోల్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అంతేకాదు మతి మరుపు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉండదట. ప్రతిరోజు మాంసం తినే వారిలో వయసు పెరిగే కొద్ది మతిమరుపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది. ఎలా అనుకుంటున్నారా? ఆష్ట్రేలియాలోని బాండ్ యూనివర్సిటీలో 438 మంది వృక్షులపై పరిశోధన చేశారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఆహారపు అలవాట్లు జ్ఞాపకశక్తిపై ఎలా పని చేస్తున్నాయో తెలుసుకున్నారు. ఈ అర్ధాయనం 438 మంది కొనసాగితే అందులో 108 మందికి అల్జీమర్స్ వ్యాధి వచ్చినట్టు తేలిందట. దీని ప్రకారం ఎక్కువగా నాన్ వెజ్ తింటే వయసు పెరిగే కొద్ది మతిమరుపు వస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. అంటే ఇంట్లో మనుషులను కూడా గుర్తించలేని పరిస్థితి కూడా వస్తుందట. ప్రతిరోజు మాంసం తినేవారిలో అధిక బరువు, హై కొల్ప్రోల్, డయాబెటీస్, బీపీ, ప్ల్యాటీ లిపర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం మరింత ఎక్కువ ఉంటుందట. ఈ సమస్యలు మాత్రమే కాదు ప్రతి రోజు నాన్ వెజ్ తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వస్తాయట. రోజు పండ్లు, కూరలు, గింజలు తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు అనలు కనిపించడం లేదని పరిశోధనలో తేలిందట. మాంసాహారాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే నరాల సమస్యలు వస్తాయి సో సిళ్వు చేయండి. ఎక్కువగా తినకుండా లిమిట్ గా తినడం వల్ల ఈ సమస్యల నుంచి బియటపడవచ్చు. అతి సర్వ్యతా వర్జయేత్. సో మితంగా తిని ఆరోగ్యంగా ఉండడండని సలవో ఇసున్నారు నిపుణులను.

పెరుగు వల్ల ఇన్ని ప్రయోజనాలు ఉంటాయా?

పేగులకు మంచిది: పెరుగు లోని ప్రోబయోటిక్స్ పేగులు బాగా పనిచేయడానికి సహాయపడుతుంటాయి. కదువు ఉభయాన్ని తగ్గించే శక్తి కూడా ఈ పెరుగుకు ఉంటుంది. మానసిక ఒత్తిడి: పెరుగులోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, మంచి కొవ్వులు, ప్రోబయోటిక్లు మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. ఒత్తిడిని కలిగినచే కార్బిసార్ హర్ట్స్ న్నె ఉత్పత్తిని పెరుగు తగ్గిస్తుంది. ఈ హర్ట్స్ న్నె నియంత్రణలో ఉంటే బరువు తగ్గుతుంటారు. జ్ఞాపకశక్తి మెరుగుదల: జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవాలనుకుంటే ప్రతిరోజూ పెరుగు తినాలి అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని కాల్చియం, విటమిన్ డి జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచడానికి సహాయం చేస్తుంది. చర్చ సంరక్షణ: పెరుగు తినేవారి చర్చ ను పొడిబారకుండా ఉంటుంది. తేమ వల్ల యివ్వసంగా కనిపిస్తారు కూడా. దురద ఉంటే కూడా పెరుగు తినడం వల్ల ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని జింక, విటమిన్ సి, కాల్చియం చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంటాయి. ఎముకలు, దంతాల బలం : ఎముకలు, దంతాలను బలోపేతం చేస్తుంది ఈ పెరుగు. వీటికి అవసరమైన ఫాస్చరన్, కాల్చియం లు కూడా ఇందులో ఉంటాయి. దీన్ని ప్రతిరోజూ తినడం వల్ల దంతాలు చాలా ప్రొంగి గా ఉంటాయి. ఎముకలను కూడా బలోపేతం చేయడం వల్ల కీళ్లనొవ్వులు రాకుండా నిరోధించుకోవచ్చు. బిపి %డి% ఘగర్ నియంత్రణ: పెరుగులోని పోషకాలు సులభంగా జీర్ణం అవడానికి కూడా ఈ పెరుగు ఉపయోగపడుతుంది. దీనిలోని ప్రోటీన్ రక్తంలో చక్కర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. పెరుగులో ఉండే మెగ్రిపియం అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం: ప్రతిరోజూ పెరుగు తీసుకునే వారికి కొల్ప్రోల్ స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి అంటున్నారు నిపుణులు. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. దీని వల్ల గుండె కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మెదడుకు మంచిది: పెరుగులో ఉండే ప్రోటీన్ మెదడు కణాల పెరుగుదల , నిర్వహణకు సహాయపడుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగు, పంచదార రెండింటినీ కలిపి తింటే మెదడుకు మంచిదట. ఎందుకంటే పెరుగుతో పాటు పంచదార తిన్నప్పుడు లభించే గ్లూకోజ్ మెదడు శక్తిని పెంచడానికి మరింత సహాయపడుతుంది. శరీరాన్ని ప్రొఫెండిగా ఉంచుతుంది పెరుగు. ఇందులోని ట్రోసిన్ వంటి అమ్మెనో ఆమ్లాలు మెదడులో దోషమైన, సెరోబోనిన్, నోర్సపెన్సిప్పెన్ వంటి హర్ట్స్ న్నెలను నియంత్రిసాయి.



କେ କେବୁ ଅମ୍ବୁତ୍ତିତ୍ବ ନମାନି!

ପ୍ରମୁଖ କାଳଙ୍କ ମାରୁତନ୍ତ୍ର ଆହୋରପ ଅଲବାଟ୍ଟୁ, ମାରୁତନ୍ତ୍ର ଜୀବନଶୈଳୀ ପଲ୍ଲ ଶରୀରଙ୍କ ଅନେକ ମାର୍ଗ୍ୟାଲୁ ଚୋଟୁ ଚେସୁକୁଂଠାନ୍ତାଯି. ଵାଟିଲୋ ମୁଖ୍ୟାଂତ୍ରେ ପର୍ଯୁନ୍ତେ ସଂବନ୍ଧରେ ଲେକୁଂଦା ପଚେ ସ୍ଫାଲକାର୍ଯ୍ୟଂ ଉକଟି. ଊବକାର୍ଯ୍ୟାନ୍ତି ତଗିନିଚୁକ୍ରରେ ପଦାନିକି ମଂଚି ଆହୋରଂ, ବ୍ୟାଯାମମେ ମାର୍ଗଟି. ଅନ୍ତେକାକୁଂଦା କୌଣ୍ଣି ଇଂଟି ଚିଟ୍ଟାଳନୁ ପାତିଂଚଦଂ ପଲ୍ଲ ବରୁପ ତଗିଚ୍ଛନ୍ତି ମନ ପେଢ଼ିଲୁ ଚେବିତନ୍ତାରୁ. ବରୁପ ତଗିଦାନିକି, ଉଦୟାନ୍ତେ ଭାର୍ତ୍ତି କଦୁପୁତ୍ରେ ରୁ ନୀତିନି ତାଗିତେ.. ନିମ୍ନୁ, ତେଣେ: ଒କ ଗ୍ରାମ ନୀତିଲୋ ସଗଂ ନିମ୍ନ୍ଯକାର୍ଯ୍ୟ, ଒କ ଚେଂଚା ତେଣେ, ଚିଟିକେଦୁ ଏଂଦୁମିଟି ହେଲି ତିନାଲି. ନଲ୍ଲ ମିରିଯାଲଙ୍କେ ପୈପେରିନ ଅନେ ମୂଳକଂ ଉଂଠୁଣିବି. ଇହି ଶରୀରଙ୍କ କୌତୁ କାହାରୁ କଣାଲୁ ପେରୁକଷେଵାନିକି ଅନ୍ତମତିଂଚଦୁ. ନିମ୍ନ୍ଯକାର୍ଯ୍ୟଙ୍କେ ଉଂଦେ ଆଶାୟିକ୍ରିକ ଯାସିନି ଶରୀରଙ୍କେନି କୌତୁପ୍ରାର୍ଥନ ତଗିନ୍ତୁଂଦି. ଶରୀରଂ ନୁଂଡି ବିପର୍ହାରିତ ମୂଳକାଳନୁ ତୋଲିଗିବଦଂକେ ନହୋଯପଦୁତୁଂଦି. ସୋଂପୁ ନୀରୁ: 6-8 ସୋଂପୁ ଗିଂଜଲନୁ ଒କ କପ୍ଚୁ ନୀତିଲୋ ଐଦୁ ନିମ୍ନ୍ଯପାଲୁ ମରିଗିବାଲି. ଦିନ୍ତି ପଦପୋଣି ଉଦୟାନ୍ତେ ଭାର୍ତ୍ତି କଦୁପୁତ୍ରେ ହେଦି ହେଦିଗା ତାଗାଲି. ଇହି ଅଧିକ ଅକଳି ନମନ୍ୟ ନୁଂଡି ଉପଶମନଂ କଲିଗିନ୍ତୁଂଦି. ଅନ୍ତେକାକୁଂଦା ତିନାଲାନେ କୌତୁକନ ତଗିନ୍ତୁଂଦି. ଇହି ଶରୀରଙ୍କେନି ମୁରିକିନି କୁଭ୍ରପରୁନ୍ତୁଂଦି. ମୂଳତ୍ରିଵିନରନ୍, ଚେମୁଟ ଅଧିକକଂଗ ପଚେଲା ପ୍ରେସିନ୍ତୁଂଦି. ଜୀଲକର୍ତ୍ତା ନୀରୁ, ଜୀଲକର୍ତ୍ତା ନୀତିନି ତାଗଦଂ ପଲ୍ଲ ସ୍ଫାଲକାର୍ଯ୍ୟଂ ତଗିନ୍ତୁଂଦି. ଇଂଦୁଙ୍କ କୃମିନାନ୍ତିପ୍ରାଣ୍ତି, ଦ୍ଵୀପୋକ୍ତିନ୍ତିନ୍ତି ପଂଚି ନମ୍ବେଶାଲା ଉନ୍ନାଯି. ଇହି ଯାଂଟି ଜନ୍ମମେଟରୀ ଲକ୍ଷ୍ମଣାଲନ କଲିଗି ଉଂଠାଯି. ଆର୍ଦ୍ରରେତିନ୍, କୀଳ ନୌପ୍ରଳୁ ପଂଚି ପରିସ୍ଥିତିଲୁ ଉଂବେ, ଚିକାକ, ବାପୁନ ତଗିବଦଂକେ ଜୀଲକର୍ତ୍ତା ନୀରୁ ପ୍ରଭାବପନ୍ତିଙ୍ଗା ଉଂଠୁଣିବି. ମେଂତି ଗିଂଜଲ ନୀରୁ: ମେଂତି ନୀରୁ ତାଗଦଂ ପଲ୍ଲ ସ୍ଫାଲକାର୍ଯ୍ୟଂ ତଗିଦମେ କାକୁଂଦା ମଧୁମେହୋନ୍ତି ଅଦୁପୁରୀ ଉଂଠୁଣିବି. ରକ୍ତଙ୍କେ ଗ୍ରାହକେଜ୍ ପାଇୟନି ନମତଲ୍ୟଙ୍ଗା ଉଂଚଦଂକେ ମେଂତିଲୁ ନମକରିପ୍ରାୟାଯି. ମେଂତି ନୀତିନି ତଯାର ଚେଯଦାନିକି, ମୁଂଦୁଗା

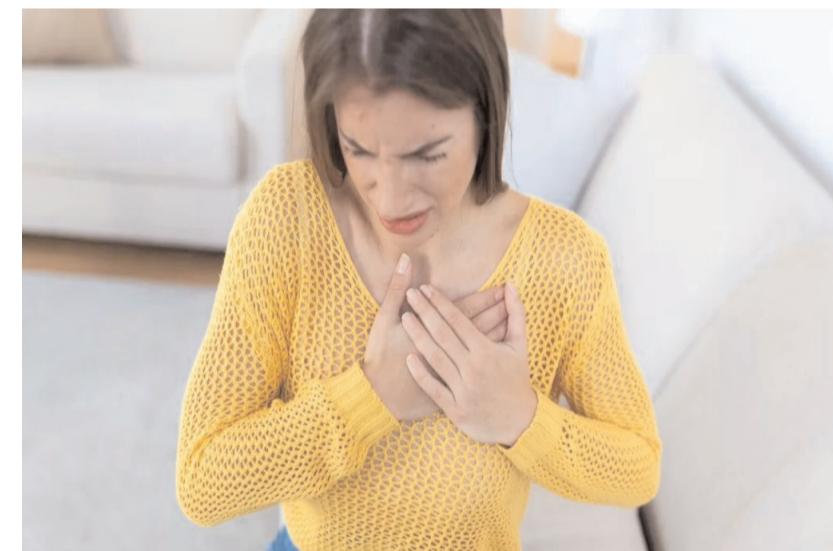
1 టీస్సువ్వును మెంతి గింజలను 1 గ్రాము నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టండి. దీని తరువాత, ఉదయం నిద్రలేచిన తర్వాత, ఈ నీటిని వడపోసి ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి.



గుండపోటుకు గురికాకూడదనుకునే వారు వీటిని అలవాటు చేసుకోవాల్సిందే

ప్రస్తుత రోజుల్లో గుండెపోటు అనేది సర్వసాధారణమైపోయింది. ఇంతకుముందు ఈ సమస్య పెద్దవారిలో మాత్రమే కనిపించేది. కానీ, ఇప్పుడు యువత కూడా దీని బారిన పదుతున్నారు. ఎవరైనా డ్యూస్ చేస్తున్నప్పుడు, లేదా ఏదైనా పనిచేస్తున్నప్పుడు, మాటల్లాడుతున్నప్పుడు ఎవరైనా పడిపోయారని మీరు తరచుగా వినే ఉంటారు. అలాంటి వారు కార్దియాక్ అరెస్ట్ కారణంగా మరణిస్తారు. వీటన్నింటికీ ప్రధాన కారణం ధమనులలో ఘలకం అడ్డుపడటం. దీని కారణంగా రక్తం గుండెకు చేరదు. శరీరంలో ఆక్షిజన్ కొరత ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితిలో గుండెపోటు లేదా గుండె అగిపోయే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఈ పరిస్థితులన్నింటినీ నివారించడానికి, మీ జీవన్స్క్లెటిలో కొన్ని మార్పులు అవసరం. అందుకోనం ఈ అలవాట్లను అలవాటు చేసుకోండి. కొలప్పాల్ లేదా ఘలకం ధమనులను అడ్డుకోవడం వల్ల గుండెపోటు లేదా కార్దియాక్ అరెస్ట్ సంభవిస్తుంది. కొలప్పాల్ పెరగడానికి అతి పెద్ద కారణం అనారోగ్యకరమైన ఆహారం. ఈ పరిస్థితిలో, మీరు గుండె సంబంధిత సమస్యలను నివారించాలనుకుంటే ఈ రోజు నుండి అనారోగ్యకరమైన ఆహారం లేదా ప్రాసెన్ చేసిన, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాన్ని తినడం మానేయంది. వాటికి బదులుగా పచ్చి ఆకు కూరలు, పప్పులు, తృణధాన్యాలు, తాజా పండ్లు, గుడ్లు పంటి తాజా ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆహారాన్ని తినండి. ధమనులలో ఘలకం పేరుకుపోకుండా నిరోధించడానికి, మీరు రోజ్జూ వ్యాయామం చేయడం ముఖ్యం. ప్రతిరోజూ కనీసం అరగంట పాటు వ్యాయామం చేయాలి. దీని కోసం ప్రతిరోజూ సైకిల్, ఈత, పరుగు, నడక, శక్తి శిక్షణ చేయండి. ధూమపానం ఊపిరితిత్తలకు మాత్రమే హని చేస్తుందని అనుకుంటే అది తప్ప. అది గుండెకు కూడా హని చేస్తుంది. సిగరెట్ పొగ నుండి విడుదలయ్యే రసాయనాలు ధమనులలో పొరను ఏర్పరుస్తాయి. దీని వలన ధమనులు నిరోధించబడతాయి. ఈ రోజుల్లో, ఒత్తిడి అనేది ప్రతి ఒకర్కి జీవితంలో ఒక భాగంగా మారుతోంది. ఇది ధమనులలో వాపును కలిగిస్తుంది. దీని వలన ధమనులు ఉఱ్పడం అలాగే నిరోధించబడతాయి. ఒత్తిడి కారణంగా శరీరంలో 1500 రసాయనాలు విడుదలవుతాయని తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు. ఈ పరిస్థితిలో, ఒత్తిడిని

నియంత్రించడానికి ప్రశాంతంగా ఉండుంది. కోపం తెచ్చుకోకండి. ప్రతిరోజు యోగా, ప్రాణాయామం, ధ్యానం చేయండి. మీరు మీ హృదయాన్ని ప్రేమిస్తే మద్యానికి దూరంగా ఉండుంది. అల్ఫాస్టార్, రక్తపోటు రెండింటినీ పెంచుతుంది. కాబట్టి గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి దాని వినియోగాన్ని నివారించండి. మీ బలువును అదుపులో ఉంచుకోండి. అధిక బలువు కాలెస్టార్, అధిక రక్తం, అధిక ఘర్షకి అతి పెద్ద కారణంగా పరిగణించబడుతుంది. కాబట్టి దానిని అదుపులో ఉంచండి. దీని కోసం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి. అలాగే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి.



అలాంటివారు ఈ పండు తినకండి!

A close-up photograph of a pile of ripe guavas, showing their characteristic green color and smooth texture. Some leaves are visible at the bottom left.

పడుకునే ముందు వాము నీటిని తాగితే ఇన్ని, లాభాలూ?

A photograph showing a clear glass jar filled with a light-colored, possibly yellowish or golden, liquid. The jar is placed on a small mound of dark brown, irregularly shaped seeds. In the background, there is a larger container holding more of these seeds. The lighting suggests a natural, indoor environment.

వామును
మెత్తటి పొడర్గా
చేసుకుని నిల్వ
చేసుకోవాలి.
పంటి నొప్పితో
ఇబ్బంది
పదుతున్నవారు..
అర టీ స్సాన్
వాము పొడర్,
కొద్దిగా ఆలివ్
ఆయల్,
గోరువెచ్చని
నీటితో కలిపి
తాగితే, పంచి
నొప్పిని
తగిస్తుంది.
అంతేకాదు..నోటి దుర్యాసన కూడా దూరమవుతుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో వాము
పొడర్ కలిపి తాగడం వల్ల నెలసరి సమయంలో మహిళలు ఎదుర్కొనే తిమ్మిర్లు,
కడుపు నొప్పిని దూరం చేస్తుంది. పొత్తి కడుపు తగ్గుతుంది. ఇలా క్రమంగా
వాము వాటర్ తాగుతూ ఉంటే.. బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఇందుకోసం వాము
పొడి లేదంటే, వాముని నేరుగా కూడా తీసుకోవచ్చు. వాములో యాంటీ
బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు పుప్పులంగా ఉంటాయి. అందువల్ల శ్వాస
కోస వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. ఒక వేళ జలుబు, దగ్గు, కఘం లాంటి
సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారు ఈ నీటిని తాగడం వల్ల అవి తగ్గుముఖం
పడతాయి. రాత్రి పదుకునే ముందు ఇలా గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పొడర్ని
కలిపి తాగడం వల్ల జీర్చ సమస్యలు దూరమవుతాయి. సౌధారణంగా కడుపు
ఉబ్బరం, త్రైన్సులు, జీర్చ సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో ఈ వాము వాటర్ బాగా
పోల్చ చేస్తాయి. వాముని కప్పున్నర నీటిలో వేసి మరిగించి కప్పు అయ్యే వరకూ
ఉంచాలి. దీనిని ఫిల్టర్ చేసి రెగ్యులర్గా తీసుకుంటే బరువు తగ్గుతారు. పిల్లలకు
అరుగుదల సరిగ్గా లేకపోయినా, పెద్దలు గ్రాన్ లాంటి వాటితో బాధ పడుతున్న
వాము ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. వాముతో జీర్చ సంబంధిత సమస్యలను దూరం
చేస్తుంది.

వార్-2ను తెలుగులో రిలీజ్ చేయనున్న వాగవంశీ

యుంగ్ టెగర్ ఎస్తీఆర్ భారీ యాక్షన్ మూవీ వార్ 2. బాలీవుడ్ సెర్ హృతిక్ రోపున్ తో కలిసి స్ట్రైప్ వేర్ చేసుకోబోతున్నాదుజపుబోకే రిలీజ్ అయిన పోస్టర్స్, డిమ్సు సినిమాపై అంచనాలు భారీగా పెంచేశాయి. ఎస్తీఆర్, హృతిక్ మధ్య వచ్చే యాక్షన్ ఎపిసోప్ట్ ఫ్యాన్స్ కు విజావల్ ఫీఫ్ట్ ఇస్తాయని యానిట్ కూడా బలంగా నమ్ముతోంది. యవ్ రాజ్ థిల్ఫ్ నిర్మిస్తున్న ఈ భారీ చిత్రం ఏదాది అగస్టు 14 న ఈ సినిమా వరల్డ్ టైట్ రిలీజ్ కానుంది. ఈ సినిమా తెలుగు రైట్స్ ను సితార ఎంటే-టంల్గానమెంట్ నాగవంశి సుమారు రూ. 90 కోట్లకు కొనుగొలు చేసారు. తెలుగు సినిమా చరిత్రలో ఒక నాన్ తెలుగు సినిమాకు ఈ ధర పలకడం హిస్టరీ. కేవలం ఎస్తీఆర్ నచిస్తుండడంతోనే ఆ రేట్ పలికిందనేది వాస్తవం. అనుగుణంగానే వార్ 2 తెలుగు స్టేట్ రిలీజ్ ను అదే స్థాయిలో రిలీజ్ చేసేందుకు ప్లౌర్ చేస్తున్నాదు నాగవంశి. ఆగస్టు 14న తెల్లవారు జామున పోస్ వేసేలా ఎ-ఎ-లాన్ చేస్తున్నాదట. ఇపుబోకే అందుకు అందుకోసం థియేటర్స్ తో చర్చలు కూడా చేస్తున్నారట. భారీ యాక్షన్ ఎంటే-టంల్గానమెంట్ నాగవంశ్ వార్ 2 ను తెలుగు రాప్టోల్స్ మొదటి రోజు బి-గగిస్తే నంబిగ్స్ ఉండలోతున్నాయి. అలగ్గా తమిళ సుపర్ స్టోర్ రజనీకాంత్, లోక్కే కనకరాజ్ కాంబోలో వస్తున్న పొన్ ఇండియా బి-గగిస్తే మల్టీప్లాటర్ కూలీతో పోటీగా రిలీజ్ అవుతుంది వార్ 2.

విశ్వంబర ర్రాధిక్ష హతివుడికు అప్పగింత

తెలుగు భిల్లు ఇండస్ట్రీ నుంచి వస్తువు మొట్ట అవైపెడ్ పాన్ ఇండియన్ మూవీలలో 'విశ్వంభర' ఒకటి. అగ్ర కథానాయకుడు మెగాస్టార్ చిరంజీవి ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న ఈ చిత్రంలో త్రిష కథానాయకగా నటిస్తుండగా.. వశిష్ట దర్శకత్వం వహిస్తున్నాడు. ఇప్పటికే ఘాటింగ్ పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రం ప్రస్తుతం ఏవ్ఫణ్ట్స్ పనుల్లో బిజీగా గడువుతుంది. సినిమా టీజర్స్‌పై వివరింతంగా ట్రోల్స్ రావడంతో గ్రాఫిక్స్‌పై మరింత కష్టపడుతున్నారు మేకర్స్. అయితే ఈ సినిమా గ్రాఫిక్స్‌కి సంబంధించి తాజాగా ఒక వార్ష వేరెల్గా మారింది. ఈ సినిమా గ్రాఫిక్స్ పనులను



నటనను వచిలేశానంటూ రూమర్క్రూ

ಅಲಾಂಟೆದ್ಮೀ ಲೆದನ್ನ ನಟಿ ಕೋಮಲಿ ಪ್ರಸಾದ್

లుగు చిత్రమీమలో తనదైన ముద్ర
వేసుకుని నటిగా మంచి గుర్తింపు
తెచ్చుకుండి కోమలి ప్రసాద్. ఇటివల
నాని 'హాట్ 3' మూఫిలో ముఖ్యపాత్ర
పోషించిన ఈ ముద్రగుమ్మ, త్వరలో
'శశివదనే', చిత్రంతో ప్రేక్షకుల ముందుకు
రాబోతున్నారు. అయితే ఈ నేపథ్యంలో
సోషల్ మిడియా వేదికగా ఆమె గురించి
కొన్ని అబద్ధపు పుకార్లు చక్కర్లు
కొడుతున్నాయి. నటువు గుణ్ణ బై
చెబుతూ దాక్షర్ వృత్తిలోకి మారిపోయింది
అని పుకార్ల వినిపించడంతో, కోమలి
తానే స్వయంగా స్పందించారు..

అందరికీ నమస్కారం. ఇతీవల నా
గురించి డాక్టర్గా మారిపోయానని,
నటనను పూర్తిగా వదిలేశానని కొన్ని
అసత్య వార్తలు ప్రచారంలో ఉన్నాయి.
కొందరు ప్రముఖ మిాడియా సంస్థలు
కూడా దీనిని నిజమైందన్నట్లుగా ప్రచారం
చేయడం బాధాకరం. ఇది పూర్తిగా
అసత్యం. నిజానికి ఎన్నో కష్టాలను
ఎదుర్కొంటూ సినిమాల్ని నా స్థానం
సంపాదించుకున్నాను. ఆ లిపిని
ఆశీస్సులతో నా నటనా ప్రస్తానం
కొనసాగుతోంది. ఈ రకమైన రూపర్భ
నాలోను, నా తేయోభిలాషుల్నిను
అనవసరంగా అందోళన కలిగిస్తున్నాయి.
ఇలాంటి తప్పుడు వార్తలు వ్యాపిం
చేయడానికి వచ్చాలి.

వేదుకుంటున్నాను. అందుకే ఈ పోష్ట్ ద్వారా నిజాన్ని మింగా అందరితో పంచుకోవాలనుకున్నాను. నటన నాకు ఒక్క ఉద్దేశ్యగం మాత్రమే కాదు.. అది నా జీవన విధానం. చివరి శ్వాస వరకు నేను నటనతోనే జీవిచాలనుకుంటున్నాను. ప్రస్తుతం కొత్త స్థిత్యలను ఎంతో జూగ్రత్తగా ఎంపిక చేసుకుంటున్నాను. త్వరలోనే మింగా అందరికి గ్రహపడేలా చేసే కొత్త ప్రాజెక్టుల వివరాలతో మింగా మండుకు వస్తాను. నా ప్రయాణంలో వెన్నెముకలా నిలిచిన నా శ్రేయాభిలాషలకు, నన్ను నమ్మిన ప్రతి ఒక్కరికి నా హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు' అని కోమలి ప్రసాద్ చేసి వెళ్లి



రామారుణం ఘన్స్‌ వంగ్‌ మాట పూర్తి

నేడు గ్రింప్స్ విదుదల అంటూ ప్రచారం

బాల్యవద్దలోనీ ప్రముఖ దర్శకుల్లో ఒకరైన నితేష్ తివారీ దర్శకత్వంలో రూపాందుతోన్న పాన్-ఇండియా మైథలాజికల్ మూవీ 'రామాయణ'. తొలి భాగం ఘాటింగ్ హర్షార్తి చేసుకున్నట్లు సమాచారం. భారీ స్థాయిలో రూపాందుతోన్న ఈ సినిమా దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న సిని అభిమానుల్లో భారీ అంచనాలు పెంచుతుంది. ఇందులో రణబీర్ కపూర్ శ్రీరాముడిగా, సాయి పల్లవి సీతగా కనిపించనుండగా, కన్నడ రాక్షస్సర్ యష్ రావణుడి పాత్రలో నల్సిస్తున్నారు. అలాగే కాజల్ అగర్వాల్ మండ్సోదరి పాత్రలో నటించనుండన్న వారలు వెలువడుతున్నాయి. తాజాగా

పూర్తిగా పూర్తిగా చేసేవుకున్న సందర్భంగా సినిమా యూనిట్ కేక్ కట్ చేస్తారు జరుపుకున్న సంబంధాలు సోషల్ మిడియాను పీఎప్పిస్టున్నాయి. ఫోటో వీడియాలు ఇంటర్వెట్లో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఈ చిత్రం రెండు భాగాలుగా తెరకెక్కుతోంది. తొలి భాగాన్ని 2026 దీపావళికి, రెండో భాగాన్ని 2027 దీపావళికి విడుదల చేయాలని మేకర్స్ ఇప్పటికే ప్రకటించారు. పూర్తిగా పూర్తిగా నందున, సినిమాకు సంబంధించిన గ్లిమ్స్ వీడియాను జూలై 3న విడుదల చేయసున్నట్లు సమాచారం. ఈ ఈవెంట్కు టీమ్ మొత్తం హోజుకానున్నారు. బంగళార్లో జరగనున్న ఈ కార్యక్రమం కోసం తారలంతా ఆక్రూ బిగ్గుల్లోగుపు వీధిద్వియాలు సోషల్

మిదియలో వైరల్ అవుతున్నాయి.
చిత్రంలో లక్ష్మణదిగా రవి దూజీ
కనిపించనుండగా, కైకేయిగా లారా
దత్తా, శుర్పణథిగా రకుల్ ప్రీత్ సింగ్,
హనుమాన్‌గా నన్నీ డియోల్,
దశరథుడిగా అరుణ్ గోవిల్ కనిపించి
అలరించనున్నారు. ఇక యష్ తః
చిత్రంలో నచించడమే కాకుండా,
సినిమాని నిర్మిస్తున్నారు. ఈ సినిమా
తెలుగు, హిందీ, తమిళం, మలయాళం,
కన్నడ భాషలతో పాటు పలు ఇతర
భారతీయ భాషల్లో విదుదల కానుంది.
భారీ సాయిలో నిర్మితమవుతున్న ఈ
ప్రాజెక్టుకు సంబంధించి మరిన్ని అపేట్స్
త్వరలో వెల్లడించనుస్తుట్ట చిత్ర బృందం
తెలిపింది. రామాయణం రూపంలో
భారతీయ సినీ చరిత్రలో మరో విజపల్
వండర్ రాబోతుందన్న ఊహాలు జోరుగా
విషిష్టువాయి

