జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

Jai Bheem TV

STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి : 7 సంచిక : 281 శనివారం 12- 09 - 2026 ఎడిటర్ : బరిగెల శివ ■ పేజీలు : 8 ■ వెల : 5.00

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

మెరుగైన సేవలతో మేలు చేయండి

- రాష్ట్ర ప్రజలకు దక్కని సంక్షేమ అభివృద్ధి ఫలాలు.
- దివ్యాంగులను ఆదుకునేది ఉందా.... లేదా...
- ప్రజా శ్రేయస్సును కోరకపోతే ప్రభుత్వ పాలన వృధా అవుతుంది.
- ప్రభుత్వ స్వచ్ఛమైన సేవలకు నోచుకోని రైతన్నలు
- అక్రమ కేసులు కట్టనికే కాలం వెలబుచ్చుతున్నారు.
- ప్రజాధనాన్ని దోచుకోకండి.
- ప్రజలతో మమేకమయ్యేదెన్నడు.
- భూమాఫియా మాయాజాలంతో తెలంగాణ భూములు మాయం.
- ప్రభుత్వానికి పేదలకు సత్సంబంధాలు తెగిపోతున్నాయి.
- బెదిరింపులకు పాల్పడడం మినహాయిస్తే ప్రజలకు మేలేం జరుగుతుంది.
- డాక్టర్ బరిగెల శివ.

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 11, (జై భీమ్ డెస్క్)

ప్రజాసేవ కోసం ప్రజా ప్రతినిధులు,మంత్రులు కలిసి రావాలని డాక్టర్ బరిగెల శివ కోరారు.రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరపున ప్రజా ప్రతి నిధులు ప్రజలతో మమేకమై ప్రజలకు సేవలు చేయాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.ఎన్నికల ముందు ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్చే క్రమంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పూర్తి వెనుకబాటు తనాన్ని ప్రదర్శిస్తుందని రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న ప్రజల నిరసనలు ధర్నాలు స్పష్టంగా తెలియజేస్తున్న ప్పటికిని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వాటిని పట్టించుకోకుండా ఏకపక్ష నిర్ణయాలతో ముందుకు సాగుతూ ఉండడం ప్రజలు తట్టుకోలేకపోతున్నారని పేర్కొన్నారు.రాజకీయ నాయకులు అసెంబ్లీలో ఒకరకంగా బయట ఒకరకంగా శాఖలపరంగా ఒకరకంగా ప్రజల మధ్యలో ఒక రకంగా ప్రవర్తిస్తున్నారని గుర్తు చేశారు.ప్రజలపై చిరాకు పడుతూ ఆవేశపడుతూ ప్రజాసేవలకు దూరం ఉంటున్న నాయకుల పట్ల ప్రభుత్వం అప్రమత్తం కావాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి పలు సందర్భాల్లో ప్రజలతో మమేకమై సేవ చేయండి అంటూ రాజకీయ నాయకులకు శాసనసభ్యులకు మంత్రులకు ఆదేశించినప్పటికిని నాయకుల తీరులో మార్పు రాకపోవడం బాధాకరమన్నారు.ఎన్నికల సమయంలో రాష్ట్ర ప్రజలకు అడ్డగోలు హామీలు ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చారని అటు విషయాలు అన్నిటిని ఇప్పటికే ప్రతిపక్షాలు ప్రతి సందర్భంలో గుర్తు చేస్తున్నప్పటికీ వాటిని సరిచేసుకోవడంలో ప్రభుత్వం విఫలమవుతుండడం స్పష్టంగా కనిపిస్తుందని అన్నారు.దానికి తోడు రాజకీయ నాయకులు పలు మీడియా ఇంటర్వ్యూలలో పాల్గొంటున్న సమయంలో హామీల నెరవేర్పుపై పూర్తి తడబాటును ప్రదర్శిస్తూ ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలు నెరవేర్పుపై సమాధానం చెప్పలేకపోతున్నారని స్పష్టం చేశారు.

ప్రతి నియోజకవర్గంలో ప్రజాసేవ అభివృద్ధి చెందాలి.

రాష్ట్రంలో ఉన్న ప్రతి నియోజకవర్గంలో అభివృద్ధి పనులు వేగవంతంగా జరగాలని పిలుపునిచ్చారు.ప్రతి రాజకీయ నాయకుడు పేద ప్రజలతో అవినాబావ సంబంధాలను కొనసాగించినప్పుడే ప్రజల బాధలు ప్రజల అవసరాలు రాజకీయ నాయకులకు తెలుస్తాయని అప్పుడే ప్రజలకు సరైన విధంగా సేవలు చేయగలరని గుర్తు చేశారు.రాష్ట్రంలో ఎక్కువ నియోజకవర్గాలలో పేద ప్రజలను కలవడానికి రాజకీయ నాయకులు సమకంగా లేరని ప్రజలు వ్యక్తం చేస్తున్న నిరాశలు తెలియచేస్తున్నాయన్నారు.సంక్షేమ పథకాల అభివృద్ధి కన్నా ప్రజల ఆర్థికపరమైన అభివృద్ధి జరగాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు.నియోజకవర్గాల పరిధిలో ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండి సేవలు చేస్తున్న నాయకులు ప్రజలకు చేస్తున్న సేవల పట్ల నియోజకవ ర్గాల వారిగా సొంత పూచికత్తుతో ప్రజలకు జవాబుదారీతనాన్ని ప్రదర్శించండి అంటూ హితవుపలికారు.రాష్ట్రంలో పేద ప్రజలు అంటే గిట్టని రాజకీయ నాయకుల సంఖ్య విపరీతంగా పెరిగిపోతుందని అధికారమనేది ప్రజాసేవ కొరకు మాత్రమే ఉపయోగించేదిగా మలుచుకోగలి గినప్పుడు రాజకీయ నాయకుల ప్రజాసేవకు తిరుగు ఉండదని గుర్తు చేశారు.రాష్ట్రంలో సామాన్య ప్రజలపై కూడా బలవంతపు రాజకీయ ఒత్తిడిలు పెరిగిపోతున్నాయని ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేశారు.ప్రజల కష్టసుఖాల్లో సహాయపడగలిగే నాయకుల కోసం పేద ప్రజలు ఎంతగానో ఆతృతగా ఎదురుచూస్తున్నారన్నారు..

మిగతా 4లో..

సాగునీరు, విద్యుత్ అందించడంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం విఫలం

ఖమ్మం జిల్లా, సెప్టెంబర్ 11 (జై భీమ్ న్యూస్)

ఉమ్మడి ఖమ్మం జిల్లాలో సాగునీరు, విద్యుత్ కష్టాలతో రైతుల పరిస్థితి అగమ్యగోచరంగా మారిందని మాజీ మంత్రి పువ్వాడ అజయ్ కుమార్ ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. రైతులు పండించిన పంటలకు అవసరమైన సాగునీరు, విద్యుత్ అందించడంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పూర్తిగా విఫలమైందని విమర్శించారు.ఎల్‌నినో ప్రభా వం ఉంటుందని ముందుగానే తెలిసినప్పటికీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ముందస్తు ప్రణాళికతో వ్యవహరించకపోవడం వల్ల రైతులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారని అన్నారు. రైతుల సమస్యలపై బీఆర్ఎస్ ఎప్పటికప్పుడు ప్రభుత్వాన్ని ప్రశ్నిస్తూ, పోరాటాలు చేస్తున్నప్పటికీ ప్ర భుత్వం కనీసం స్పందించకపోవడం వల్ల ప్రస్తుతం పం టలు ఎండిపోయే పరిస్థితి నెలకొందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.రాజకీయ వార్తలు చదవండిజిల్లా వ్యాప్తంగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం, అసమర్థ పాలన కారణంగా పంట పొలాలు తీవ్రంగా దెబ్బతింటున్నాయని, రైతులు భారీగా నష్టపోయే పరిస్థితి ఏర్పడిందని రైతులకు తక్షణమే అవసరమైన సాగునీరు, విద్యుత్ అందించేం దుకు ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టాలన్నారు.

తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్ ఏర్పాట్లపై సీఎస్ సమీక్ష

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 11 (జై భీమ్ న్యూస్)

తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని అంతర్జాతీయ పెట్టుబడులకు గమ్య స్థానంగా మార్చేందుకు నిర్వహించనున్న తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్-2026కు ఏర్పాట్లు వేగవంతం చేయాలని అధికారులను ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి సంజయ్ జాజు ఆదేశించారు. డిసెంబరు 7 నుంచి 9 వరకు జరగనున్న ఈ సమ్మిట్ ఏర్పా ట్లపై సచివాలయంలో సంబంధిత అధికారులతో ఆయన సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సమ్మిట్‌కు దేశ, విదేశాల నుం చి హాజరయ్యే ప్రతినిధులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని సూచించారు.ప్రతినిధులకు ఆహ్వానాలను ముందస్తుగానే పంపడంతో పాటు వారి ప్రయా ణం, వసతి, రవాణా, భద్రత తదితర అంశాలపై సమగ్ర ప్రణా ళిక రూపొందించాలని సంజయ్ జాజు ఆదేశించారు. గ్లోబల్ సమ్మిట్ అడ్వైజరీ బోర్డు, సెక్టోరల్ ఎగ్జిక్యూటివ్ బోర్డుల కార్యాచ రణపైనా సమావేశంలో చర్చించారు. సమ్మిట్ విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు వివిధ విభాగాల మధ్య సమన్వయం కీలకమని పేర్కొన్నారు. వేదిక, మీడియా, హాస్పిటాలిటీ తదితర కమిటీల ఏర్పాట్లను కూడా సమీక్షించారు. జాతీయ, అంత ర్జాతీయ స్థాయి ప్రతినిధులకు అనుగుణంగా సమ్మిట్ వేదికను తీర్చిదిద్దాలని అధికారులకు సూచించారు. ప్రతినిధుల రిసెప్షన్, వసతి, రవాణా ఏర్పాట్లపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టాలని ఆదేశించారు. గ్లోబల్ సమ్మిట్‌కు ముందుగా ఈ నెలాఖరులో దేశ రాజధాని

ఢిల్లీలో కర్టెన్ రైజర్ కార్యక్రమాన్ని సీఎస్ నిర్వహించనున్నారు. తెలంగాణలోని పెట్టుబడి అవకాశాలు, రాష్ట్రం సాధిస్తున్న ఆర్థిక ప్రగతి, భవిష్యత్ వృద్ధి అవకాశాలను జాతీయ, అంతర్జాతీయ వర్గాలకు పరిచయం చేసేలా కార్యక్రమాన్ని రూపొందించాలని సీఎస్ సూచించారు. మరోవైపు, సమ్మిట్ కోసం సమగ్ర మీడియా, ప్రచార వ్యూహాన్ని సిద్ధం చేయాలని ఆదేశించారు. తెలంగాణలో పెట్టుబడులకు ఉన్న అవకాశాలను విస్తృతంగా ప్రచారం చేసేలా జాతీయ, అంతర్జాతీయ మీడియాను భాగస్వా మ్యం చేయాలన్నారు. సమ్మిట్‌కు సంబంధించిన టెండరింగ్ ప్రక్రియను వచ్చే వారంలోగా పూర్తి.. 2లో..

విద్యతోనే సామాజిక మార్పు

హైదరాబాద్, సెప్టెంబర్ 11 (జై భీమ్ న్యూస్)

విద్యతోనే సమాజంలో మార్పు సాధ్యమవుతుందని తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. ప్రతి కుటుంబం, ప్రతి సామాజిక వర్గం అభివృద్ధి చెందాలంటే విద్యకు అత్యంత ప్రాధాన్యమివ్వాలని పేర్కొన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వాలు గ్రామీణ, గిరిజన ప్రాంతాల్లో విద్యను విస్తరించేందుకు అనేక చర్య లు తీసుకున్నాయని తెలిపారు. ప్రతి గూడెంలో సింగిల్ టీచర్ పాఠశాలలను ఏర్పాటు చేసిన ఘనత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానిదేనని సీఎం అన్నారు. ప్రతి హ్యాంలెట్, గ్రామ పంచాయతీలో ప్రాథమిక విద్య అందుబాటులోకి తీసుకొ చ్చామని చెప్పారు. ప్రతి 3 కిలోమీటర్లకు ఓ ప్రాథమిక పాఠశాల, ప్రతి 5 కిలోమీటర్లకు మాధ్యమిక ఉన్నత పాఠశాల, ప్రతి 10 కిలోమీటర్లకు హైస్కూల్ ఏర్పాటు చేశామని వివరించారు.అలాగే ప్రతి మండలంలో జూని యర్ కాలేజీ, ప్రతి నియోజకవర్గంలో డిగ్రీ కాలేజీ, ప్రతి రెవెన్యూ డివిజన్‌లో ఇంజినీరింగ్ కాలేజీ, ప్రతి జిల్లాలో మెడికల్ కాలేజీ ఏర్పాటు చేశామని రేవంత్ రెడ్డి తెలిపా రు. ఆదిలాబాద్ నుంచి భద్రాద్రి కొత్తగూడెం వరకు గిరి జన ప్రాంతాల్లో విద్యను విస్తరించామని, ఆదివాసీ గూడె ల్లోనూ విద్యను అందుబాటులోకి తీసుకొచ్చామని చెప్పా రు. 2004 తర్వాత మన్మోహన్ సింగ్ ప్రధానమంత్రిగా ఉన్న సమయంలో ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పలు యూని వర్సిటీలను నిర్మించామని సీఎం పేర్కొన్నారు. సామాజిక ంగా వెనుకబడి ఉండడానికి ప్రధాన కారణం చదువు లేకపోవడమేనని తెలంగాణ సీఎం రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు.

జై భీమ్
తెలుగు దినపత్రిక
POWER OF PEOPLE
సమస్యలపై సమరంగా
Jai Bheem TV STRUGGLE FOR JUSTICE
సామాన్యుడి ఆయుధంగా

తెలంగాణ గ్లోబల్ సమ్మిట్
ఏర్పాట్లపై సీఎస్ సమీక్ష

మొదటిపేజీ తరువాయి

చేయాలని సంజయ్ జాజు స్పష్టం చేశారు. సమ్మిట్ ఏర్పాట్లన్నీ నిర్దేశిత గడువులో పూర్తి చేసేలా టైమ్‌బౌండ్ కార్యాచరణ రూపొందించాలని అధికారులను సీఎస్ సంజయ్ జాజు ఆదేశించారు. ఇన్నోవేషన్, పెట్టుబడులు, వ్యాపార భాగస్వామ్యాలు, ఆర్థిక వృద్ధికి గ్లోబల్ సమ్మిట్ కీలక వేదికగా నిలవాలని ప్రభుత్వం లక్ష్యంగా పెట్టుకుందని తెలిపారు. ప్రపంచ పెట్టుబడిదారుల దృష్టిని తెలంగాణ వైపు మళ్లించి, రాష్ట్రాన్ని గ్లోబల్ ఇన్వెస్ట్‌మెంట్ డెస్టినేషన్‌గా ప్రదర్శించేందుకు సమ్మిట్‌ను ప్రతిష్ఠాత్మకంగా నిర్వహించనున్నట్లు ఆయన తెలిపారు.

కొత్తకొండ వీరభద్రస్వామి ఆలయంలో
ఘనంగా మాల విరమణ కార్యక్రమం

– పి. కిషన్ రావు, కార్యనిర్వహణాధికారి

భీమదేవరపల్లి, 11 సెప్టెంబర్ (జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండ జిల్లా భీమదేవరపల్లి మండలం కొత్తకొండ గ్రామంలోని దేవదాయ ధర్మాదాయ శాఖకు చెందిన శ్రీ వీరభద్రస్వామి దేవస్థానంలో శ్రావణమాసం చివరి రోజు సందర్భంగా నక్షత్ర దీక్ష చేపట్టిన స్వాముల మాల విరమణ కార్యక్రమాన్ని భక్తిశ్రద్ధలతో ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మాలధారణ చేసిన స్వాములు ఇరుముడులు కట్టుకుని దైవభక్తితో వీరన్నకొండను అధిరోహించి స్వామివారికి ఇరుముడులు సమర్పించి ప్రత్యేక అర్చనలు, అభిషేకాలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాన్యులు పొన్నం ప్రభాకర్ గౌడ్, మంజుల కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొని స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. అదేవిధంగా మాలధారణ చేసిన స్వాముల కుటుంబ సభ్యులు, గ్రామ ప్రజలు, భక్తులు, నాయకులు, అధికారులు, ప్రజా ప్రతినిధులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. దీక్షలో భాగంగా 27 రోజుల పాటు స్వాముల వారికి అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించగా, మాల విరమణ జరిగిన చివరి రోజు కూడా పొన్నం ప్రభాకర్ గౌడ్, మంజుల ఆధ్వర్యంలో ఆలయానికి విచ్చేసిన భక్తులందరికీ మహా అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని స్వామివారిని దర్శించుకుని తీర్థప్రసాదాలు స్వీకరించారు. భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించిన మాల విరమణ కార్యక్రమంతో నక్షత్ర దీక్షను స్వాములు విజయవంతంగా పూర్తి చేశారు.

విద్యార్థులకు సెప్టెంబర్ 15 నుంచి
కంటి పరీక్షలు

– డిసెంబర్ 31 వరకు ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో ఐ స్క్రీనింగ్ శిబిరాలు

వరంగల్, 11 సెప్టెంబర్ 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో 6 నుంచి 10వ తరగతి వరకు చదువుతున్న విద్యార్థులకు సెప్టెంబర్ 15 నుంచి డిసెంబర్ 31 వరకు కంటి పరీక్షలు నిర్వహించనున్నట్లు జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డా. బి. రాజా రెడ్డి తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి సంబంధించి శుక్రవారం జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి కార్యాలయంలో ఆర్‌బీఎస్‌కే వైద్యులు, సిబ్బంది, ఆప్తాల్మిక్ అధికారులు, డైస్ ఆప్టోమెట్రిస్టులతో సంసిద్ధత సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా డా. రాజా రెడ్డి మాట్లాడుతూ జిల్లాలోని అన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో విద్యార్థులకు క్రమబద్ధంగా ఐ స్క్రీనింగ్ పరీక్షలు నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. వారానికి మూడు లేదా నాలుగు రోజుల పాటు శిబిరాలను నిర్వహించేలా కార్యాచరణ రూపొందించనున్నట్లు చెప్పారు. వరంగల్ జిల్లాలో 5 ఆర్‌బీఎస్‌కే బృందాలు పనిచేస్తాయని, ప్రతి బృందానికి ఒక ఆప్టోమెట్రిస్ట్ లేదా ఆప్తాల్మిక్ అధికారిని అనుసంధానం చేసి విద్యార్థులకు కంటి పరీక్షలు నిర్వహిస్తామని వివరించారు. కంటి పరీక్షల్లో రిఫ్రాక్టివ్ ఎర్రర్ ఉన్న విద్యార్థులను గుర్తించి వారికి కంటి అద్దాలు అవసరమైతే సిఫారసు చేస్తామని తెలిపారు. ఇతర కంటి సమస్యలు గుర్తించిన విద్యార్థులను తదుపరి వైద్య పరీక్షలు, చికిత్స కోసం ఉన్నత ఆసుపత్రులకు రిఫర్ చేస్తామని చెప్పారు. ప్రతి బృందం రోజుకు 300 మంది విద్యార్థులకు స్క్రీనింగ్ నిర్వహించేలా లక్ష్యాన్ని నిర్దేశించినట్లు తెలిపారు. నిర్వహించిన పరీక్షలకు సంబంధించిన రోజువారీ నివేదికలను అదే రోజు జిల్లా, రాష్ట్ర కార్యాలయాలకు పంపించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. కార్యక్రమం విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు విద్యాశాఖ అధికారులు, పాఠశాలల ప్రధానోపాధ్యాయులు, స్థానిక వైద్యాధికారులు, ఇతర సిబ్బందితో సమన్వయం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో డిప్యూటీ డీఎంహెచ్ఓ/ప్రోగ్రాం అధికారి (సీహెచ్ఐ) డా. ప్రకాష్, ఆర్‌బీఎస్‌కే వైద్యాధికారులు, సిబ్బంది, ఆప్తాల్మిక్ అధికారులు, డైస్ ఆప్టోమెట్రిస్టులు పాల్గొన్నారు.

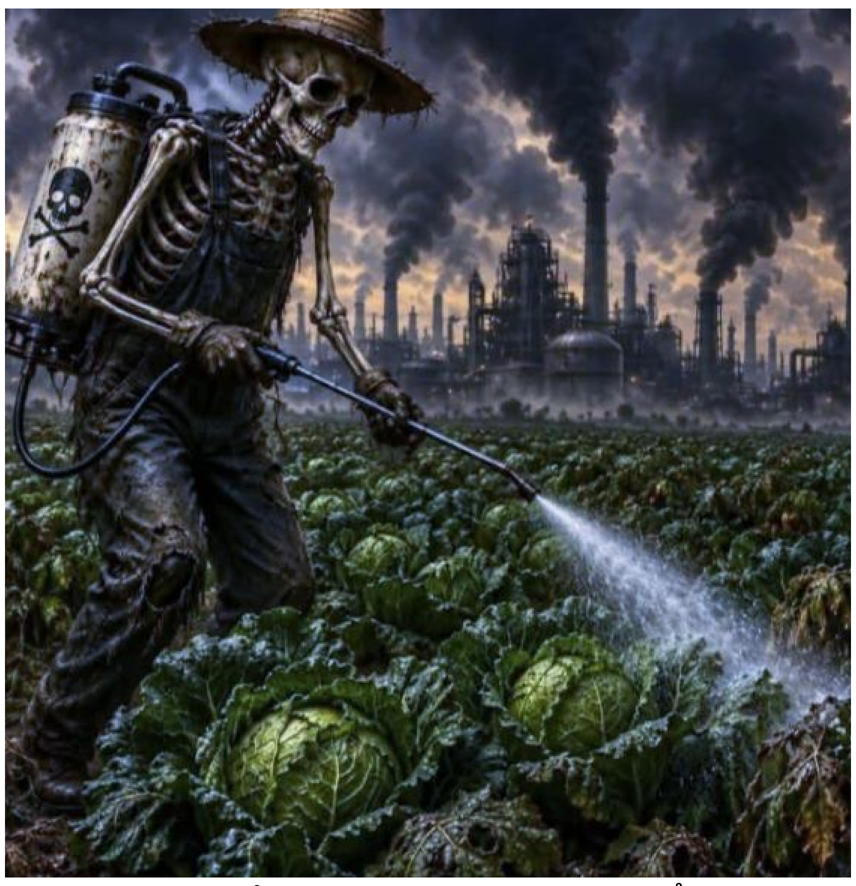
అమ్మో రాబంధువురా..!

– మారిపోతున్న బంధుత్వాలు, స్వార్థ ప్రయోజనాలపై డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్ సామాజిక విశ్లేషణ

అమరావతి, సెప్టెంబర్ 11 (జై భీమ్ న్యూస్)

బంధుత్వం అంటే ఆప్యాయత, ఆత్మీయత, కష్టసుఖాల్లో తోడుగా నిలిచే అనుబంధం. అయితే కాలం మారుతున్న కొద్దీ కొన్ని బంధుత్వాల్లో స్వార్థం, అపార్థాలు, అసూయ, విభేదాలు పెరుగుతున్నాయని సామాజిక శాస్త్రవేత్త, కవి, రచయిత డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్ పేర్కొన్నారు. "అయ్యో.. మా అనుకున్న వారే అన్యాయం చేశారు.. ఆశ్చర్యం.. 'మా' బంధువులే అపకీర్తి అంటించారు" అనే ఆవేదన నేటి కొన్ని బంధుత్వాల వాస్తవ పరిస్థితిని ప్రతిబింబిస్తోందన్నారు. ఆరిపోయే దీపాలకు వెలుగెక్కువ అన్నట్లుగా ఒక బంధం ముగింపు దశకు చేరుకున్నప్పుడు దాని అసలు స్వరూపం మరింత స్పష్టంగా బయటపడుతుందని, ఇంటి బాధలు ఈశ్వరునికే ఎరుక అన్నట్లుగా కుటుంబంలో చోటుచేసుకునే అంతర్గత సమస్యలు బయటివారికి పూర్తిగా తెలియవని వివరించారు. ఉన్నట్టుండి మారిపోయే ఊసరవెల్లి బంధుత్వాలు మనుషుల మధ్య నమ్మకాన్ని దెబ్బతీస్తాయని, అవసరం ఉన్నప్పుడు ఒకలా, అవసరం తీరిన తర్వాత మరోలా వ్యవహరించడం బంధుత్వాల విలువను తగ్గిస్తుందని అన్నారు. ఊళ్లో వాళ్లందరికీ లేనిదంతా ఎక్కించి ఎత్తుకెళ్తామనుకునే స్వార్థపు ఆలోచనలు చివరకు సంబంధాల్లో విభేదాలకు దారితీస్తాయని, కష్టకాలంలో సహాయం పొందిన అల్లుళ్లే తరువాత అల్లర్లు సృష్టించడం వంటి పరిస్థితులు కృతజ్ఞతా భావం క్షీణిస్తున్న తీరుకు నిదర్శనమన్నారు. ఎప్పుడూ అందని ద్రాక్ష పుల్లనే అన్న సామెత మాదిరిగా మనకు దక్కని అవకాశాలను, ఇతరుల విజయాలను తక్కువ చేసి మాట్లాడటం కొందరి స్వభావంగా మారిందన్నారు. పులిని చూసి నక్కల వాతలు అన్నట్లుగా ఇతరుల స్థాయి, సామర్థ్యాన్ని అర్థం చేసుకోకుండా అనుకరించడం లేదా పోటీ పడాలనుకోవడం చివరకు హాస్యాస్పద పరిస్థితులకు దారితీస్తుందని చెప్పారు. "ఐలస్సా.. మా ఓడ తీరానికి చేరింది" అని సంతోషించేలోపే భీబత్సమైన తుఫానుకు చిక్కున్న బోట్లన్నీ గల్లంతైనట్లుగా జీవితంలో పరిస్థితులు ఎప్పుడు ఎలా మారతాయో ఎవరూ చెప్పలేరన్నారు. విజయాన్ని చూసి అహంకరించడం, ఇతరులను తక్కువగా చూడటం, బంధుత్వాలను స్వార్థ ప్రయోజనాలకు ఉపయోగించుకోవడం చివరకు ప్రతికూల ఫలితాలకు దారితీస్తుందని హెచ్చరించారు. "ఆహా.. ఎంత పిండికి అంత రొట్టె" అన్న సామెతలో ఉన్నట్లుగా ప్రతి వ్యక్తి చేసే పని, ప్రవర్తన, నిర్ణయాలకు తగిన ఫలితం ఏదో ఒక రూపంలో ఎదురవుతుందని డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్ తెలిపారు. బంధుత్వాలు స్వార్థం కోసం కాకుండా పరస్పర గౌరవం, విశ్వాసం, కృతజ్ఞత, మానవత్వంతో కొనసాగినప్పుడే కుటుంబ వ్యవస్థ బలపడుతుందని, లేదంటే రక్త సంబంధాలు ఉన్నప్పటికీ మనసుల మధ్య దూరాలు పెరిగే ప్రమాదం ఉందని ఆయన సామాజిక విశ్లేషణలో పేర్కొన్నారు.

రసాయన వ్యవసాయంతో ముప్పు..
సుస్థిర వ్యవసాయమే పరిష్కారం



– ఎక్కువ దిగుబడి మాత్రమే ప్రగతి కాదు.. నేల, నీరు, రైతు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడటమే నిజమైన అభివృద్ధి

– పురుగుమందుల విచక్షణారహిత వినియోగాన్ని నియంత్రించాలి: డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్

అమరావతి, సెప్టెంబర్ 11 (జై భీమ్ న్యూస్)

మనిషి ఆహారాన్ని పండించడం ప్రారంభించిన ప్రధాన ఉద్దేశం ఆకలి తీర్చుకోవడమేనని, జనాభా పెరుగుదలతో పాటు అధిక ఆహార ఉత్పత్తి కోసం వ్యవసాయంలో రసాయన ఎరువులు, పురుగుమందుల వినియోగం పెరిగిందని సామాజిక శాస్త్రవేత్త, కవి, రచయిత డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్ అన్నారు. తక్కువ నష్టంతో ఎక్కువ దిగుబడి సాధించాలనే లక్ష్యంతో రసాయనాలను వ్యవసాయంలో వినియోగించడం ఒకప్పుడు ప్రగతికి చిహ్నంగా కనిపించిందని, అయితే ప్రస్తుతం ఆ ప్రగతికి మరో వైపు కూడా స్పష్టంగా కనిపిస్తోందని ఆయన పేర్కొన్నారు. పంటలను పురుగుల నుంచి రక్షించేందుకు రైతులు పిచికారీ చేసే రసాయనాలు కేవలం హానికరమైన పురుగులను మాత్రమే ప్రభావితం చేయకుండా నేలలోని మిత్ర బ్యాక్టీరియా, సూక్ష్మజీవులు, తేనెటీగలు వంటి పరాగసంపర్క జీవులు, ఇతర జీవరాశులపై కూడా ప్రతికూల ప్రభావం చూపే అవకాశం ఉందన్నారు. అధికంగా, విచక్షణారహితంగా రసాయనాలను వినియోగించడం వల్ల నేల ఆరోగ్యం దెబ్బతినడంతో పాటు నీటి వనరులు కలుషితమయ్యే ప్రమాదం ఉందని తెలిపారు. పంటలపై మిగిలే రసాయన అవశేషాలు ఆహార గొలుసులోకి చేరే అవకాశం ఉన్నందున రైతులు, వ్యవసాయ కార్మికులు, వినియోగదారుల ఆరోగ్యంపై కూడా ప్రభావం పడే ప్రమాదాన్ని నిర్లక్ష్యం చేయకూడదన్నారు. వ్యవసాయ క్షేత్రాల్లో పురుగుమందుల పిచికారీ సమయంలో రైతులు, కార్మికులు తగిన రక్షణ పరికరాలు ఉపయోగించాలని డా. ఇమ్మానుయేల్ సూచించారు. మందులను నేరుగా పీల్చకుండా, చర్మానికి తగలకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని, పిచికారీ చేసే సమయంలో రక్షణ దుస్తులు, మాస్కులు, గ్లౌజులు వంటి భద్రతా పరికరాలను ఉపయోగించడం అవసరమన్నారు. రైతు తన పంటను కాపాడుకునే క్రమంలో తన ఆరోగ్యాన్ని ప్రమాదంలోకి నెట్టుకోకూడదని పేర్కొన్నారు. అయితే వ్యవసాయంలో రసాయనాల వినియోగాన్ని పూర్తిగా తిరస్కరించడం ఒక్కటే పరిష్కారం కాదని, అవసరమైనప్పుడు మాత్రమే సరైన మోతాదులో, సరైన సమయంలో, శాస్త్రీయ సిఫారసుల మేరకు వాటిని వినియోగించాల్సిన అవసరం ఉందని ఆయన అన్నారు. పంట మార్పిడి విధానం, వేప ఆధారిత పురుగుమందులు, జీవ ఎరువులు, జీవ నియంత్రణ పద్ధతులను ప్రోత్సహించడం ద్వారా రసాయనాలపై ఆధారపడటాన్ని తగ్గించవచ్చని తెలిపారు. ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని కూడా వ్యవసాయానికి అనుసంధానం చేసి, అవసరమైన ప్రాంతాల్లో మాత్రమే మందులు పిచికారీ చేసే డ్రోన్ ఆధారిత స్పాట్ స్ప్రేయింగ్ వంటి విధానాలను వినియోగిస్తే రసాయనాల వృథాను తగ్గించవచ్చని సూచించారు. వ్యవసాయానికి నేల ఆరోగ్యమే పునాది అని డా. మేడపాటి ఇమ్మానుయేల్ అన్నారు. నేలలోని సహజ జీవ వైవిధ్యాన్ని, మిత్ర సూక్ష్మజీవులను కాపాడుకుంటూ సాగు చేయడం ద్వారా దీర్ఘకాలికంగా భూసారాన్ని నిలుపుకోవచ్చని తెలిపారు. ఆరోగ్యకరమైన నేలలో పంటలు మెరుగ్గా పెరగడంతో పాటు అనేక రకాల తెగుళ్లు, వ్యాధులను తట్టుకునే సామర్థ్యం పెరిగే అవకాశం ఉందన్నారు. అందువల్ల రైతులు కేవలం ఒక సీజన్‌లో వచ్చే అధిక దిగుబడిపై దృష్టి పెట్టకుండా భవిష్యత్ తరాలకు కూడా సారవంతమైన భూమిని అందించే విధంగా వ్యవసాయ పద్ధతులను అవలంబించాలని కోరారు. "ఎక్కువ పండించడం మాత్రమే నిజమైన ప్రగతి కాదు. ఎక్కువ కాలం పండించగలిగేలా నేలను, నీటిని, రైతును కాపాడుకోవడమే అసలైన ప్రగతి" అని ఆయన అన్నారు. శాస్త్ర సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వ్యవసాయంలో వినియోగించుకోవాల్సిందేనని, అయితే అది ప్రకృతిని నాశనం చేసే విధంగా కాకుండా ప్రకృతితో సమన్వయంగా ఉండాలని సూచించారు. రైతుకు మంచి ఆదాయం లభించడంతో పాటు వినియోగదారుడికి సురక్షితమైన ఆహారం అందడం, అదే సమయంలో నేల, నీరు, జీవ వైవిధ్యం కాపాడబడటం సుస్థిర వ్యవసాయానికి ప్రధాన లక్ష్యాలుగా ఉండాలని తెలిపారు. ఆహార భద్రత విషయంలో వినియోగదారుల పాత్ర కూడా కీలకమని ఆయన పేర్కొన్నారు. మార్కెట్ నుంచి కొనుగోలు చేసిన కూరగాయలు, పండ్లను వినియోగించే ముందు శుభ్రమైన ప్రవహించే నీటితో బాగా కడగాలని, సాధ్యమైనంత వరకు నమ్మకమైన స్థానిక రైతుల నుంచి లభించే తక్కువ రసాయనాల వినియోగంతో పండించిన ఉత్పత్తులకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. అయితే కూరగాయలను ఉప్పు నీటిలో నానబెట్టడం ద్వారా అన్ని రకాల పురుగుమందుల అవశేషాలు పూర్తిగా తొలగిపోతాయని భావించకూడదని, సరైన శుభ్రపరిచే విధానాలను పాటించడం ముఖ్యమని తెలిపారు. వ్యవసాయాన్ని విషరహితంగా, పర్యావరణహితంగా మార్చడం కేవలం రైతుల బాధ్యత మాత్రమే కాదని, ప్రభుత్వం, వ్యవసాయ శాస్త్రవేత్తలు, రైతులు, వ్యాపారులు, వినియోగదారులు సమష్టిగా బాధ్యత తీసుకోవాల్సిన అవసరం ఉందని డా. ఇమ్మానుయేల్ అన్నారు. అధిక దిగుబడితో పాటు నేల ఆరోగ్యం, నీటి సంరక్షణ, రైతు ఆరోగ్యం, వినియోగదారుల ఆహార భద్రతకు సమాన ప్రాధాన్యత ఇచ్చినప్పుడే భవిష్యత్ తరాలకు ఆరోగ్యకరమైన ఆహార వ్యవస్థను అందించగలమని ఆయన స్పష్టం చేశారు.

మహిళ అదృశ్యం కేసు దారుణ హత్యగా తేల్చిన పోలీసులు

– నిందితుడిని అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలింపు.. కేసును ఛేదించిన హసన్‌పర్తి పోలీసులు

హన్మకొండజిల్లా/హసన్‌పర్తి, జై భీమ్ న్యూస్

హసన్‌పర్తి పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలో నమోదైన మహిళ అదృశ్యం కేసు దారుణ హత్యగా తేలింది. సాంకేతిక ఆధారాలతో పోలీసులు చేపట్టిన దర్యాప్తులో హత్య విషయం వెలుగులోకి రాగా, నిందితుడిని పోలీసులు అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించారు. పోలీసుల వివరాల ప్రకారం.. హసన్‌పర్తి పరిధికి చెందిన తౌటం స్వప్న (40) ఈ ఏడాది మే 15వ తేదీ నుంచి కనిపించకుండా పోయింది. దీంతో ఆమె తండ్రి అమంచ రాజేందర్ మే 31న ఇచ్చిన ఫిర్యాదు మేరకు హసన్‌పర్తి ఎస్సై బి. సుజిత్ మిస్సింగ్ కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. సాంకేతిక ఆధారాలను పరిశీలిస్తూ దర్యాప్తు కొనసాగించగా, స్వప్న అదృశ్యం వెనుక హత్య జరిగినట్లు పోలీసులు నిర్ధారించారు. పోలీసుల కథనం ప్రకారం.. కర్ణాటకలోని బళ్లారి జిల్లా గుడుదూరుకు చెందిన వొద్దిరాజుల బసవరాజ (27) కార్ డ్రైవర్‌గా, రైతుగా పనిచేస్తున్నాడు. స్వప్నకు బసవరాజుతో ఉన్న పరిచయం కారణంగా ఆమెను పెళ్లి చేసుకోవాలని ఒత్తిడి చేసినట్లు, లేదంటే తమకు సంబంధించిన ఫొటోలు, వీడియోలను బయటపెడతానని చెప్పినట్లు పోలీసులు తెలిపారు. దీంతో పరువు పోతుందనే భయంతో బసవరాజు ఆమెను పెళ్లి చేసుకుంటానని నమ్మించి బళ్లారికి రప్పించినట్లు పేర్కొన్నారు. అనంతరం గావి సిద్ధేశ్వర గుడి సమీపంలోని అటవీ ప్రాంతానికి తీసుకెళ్లి పీక పిసికి హత్య చేసినట్లు తెలిపారు. మరుసటి రోజు రాత్రి మటన్ కత్తితో మృతదేహాన్ని ముక్కలుగా నరికి అటవీ ప్రాంతంలో పడేసినట్లు పోలీసులు వెల్లడించారు. తన రక్తపు మరకలు ఉన్న దుస్తులను పెట్రోల్‌తో తగులబెట్టి, స్వప్న ఫోన్‌ను చెరువులో పడేసినట్లు తెలిపారు. ఈ క్రమంలో సెప్టెంబర్ 11న అంబాల--

కమలాపూర్ రోడ్, హసన్‌పర్తి వద్ద ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎ. మహేందర్ తన సిబ్బందితో కలిసి వాహన తనిఖీలు నిర్వహిస్తుండగా నిందితుడు బసవరాజు పోలీసులను చూసి పారిపోయేందుకు ప్రయత్నించాడు. పోలీసులు అతడిని వెంబడించి అదుపులోకి తీసుకుని విచారించగా నేరాన్ని అంగీకరించినట్లు తెలిపారు. అతడి వద్ద నుంచి రియల్‌మీ మొబైల్ ఫోన్‌ను స్వాధీనం చేసుకున్నారు. నిందితుడిపై బీఎన్‌ఎస్ సెక్షన్లు 103, 238 కింద కేసు నమోదు చేసి అరెస్ట్ చేసి రిమాండ్‌కు తరలించినట్లు పోలీసులు తెలిపారు. కేసును చాకచక్యంగా ఛేదించిన హసన్‌పర్తి ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎ. మహేందర్, ఎస్సైలు సుజిత్, రవి, దేవేందర్, ఏఏఓ సల్మాన్ పాషా, పోలీస్‌స్టేషన్ సిబ్బంది బావ్ సింగ్,తిరుపతి,సుమన్, సోమన్న,పూర్ణ చారిలను ఉన్నతాధికారులు అభినందించారు.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem

విద్యార్థి నాయకుల అక్రమ అరెస్టులు
తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నాం

– ప్రజాస్వామ్య హక్కుల కోసం గొంతెత్తితే నిర్బంధమా?
– విద్యార్థి నాయకులను వెంటనే విడుదల చేయాలి

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్ 2026 జై భీమ్ న్యూస్ :

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ నిరంకుశ వైఖరిని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నామని బీఆర్ఎస్వీ రాష్ట్ర నాయకులు కలకోట్ల సుమన్ అన్నారు. అసెంబ్లీ సమావేశాలు ప్రారంభమైన నాటి నుంచి రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బీఆర్ఎస్వీ విద్యార్థి నాయకులను ఎక్కడికక్కడ అరెస్టు చేసి పోలీస్‌స్టేషన్లకు తరలించడం అప్రజాస్వామిక చర్య అని ఆయన మండిపడ్డారు. విద్యార్థులకు ఇచ్చిన హామీలను ప్రభుత్వం నెరవేర్చకుండా విద్యారంగాన్ని నిర్లక్ష్యం చేస్తోందని ఆరోపించారు. విద్యార్థుల సమస్యలపై ప్రశ్నిస్తున్న నాయకులను పోలీసుల ద్వారా అణచివేయాలని చూడటం సరికాదన్నారు. విద్యార్థులు, నిరుద్యోగులకు ఇచ్చిన హామీలను వెంటనే అమలు చేసి, నాణ్యమైన విద్య అందించాలని డిమాండ్ చేశారు. అరెస్టు చేసిన విద్యార్థి నాయకులను తక్షణమే విడుదల చేయాలని కోరారు. ప్రభుత్వం ఇదే వైఖరిని కొనసాగిస్తే రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బీఆర్ఎస్వీ ఆధ్వర్యంలో మరింత ఉధృతమైన ఉద్యమాన్ని చేపడతామని కలకోట్ల సుమన్ హెచ్చరించారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన కక్కిరాలపెల్లి
సర్పంచ్ బర్ల వాణి రవికుమార్

– కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించిన పిసిసి అధ్యక్షులు మహేష్ కుమార్ గౌడ్
– ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు ప్రజా పాలన, అభివృద్ధికి ఆకర్షితులై కాంగ్రెస్‌లో చేరిక
– మంత్రి సీతక్క,ప్రభుత్వ సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డిని మర్యాదపూర్వకంగా కలిసిన కక్కిరాలపల్లి సర్పంచ్ దంపతులు

ఐనవోలు,జై భీమ్ న్యూస్ :

కక్కిరాలపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ బర్ల వాణి రవికుమార్ దంపతులు కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరారు. వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం హైదరాబాదులో పిసిసి చీఫ్ మహేష్ కుమార్ గౌడ్ చేతుల మీదుగా పార్టీ కండువా కప్పుకుని కాంగ్రెస్ పార్టీలోకి చేరారు. వర్ధన్నపేట ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు ఆధ్వర్యంలో కొనసాగుతున్న ప్రజా పాలన, నియోజకవర్గంలో చేపడుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ఆకర్షితులై వారు కాంగ్రెస్ పార్టీ లో చేరినట్లు తెలిపారు.

అభివృద్ధి పథంలో నియోజకవర్గం

ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటూ గ్రా మీణ ప్రాంతాల సమస్యల పరిష్కారానికి ప్రాధాన్యం ఇస్తున్నారని సర్పంచ్ దంపతులు పేర్కొన్నారు. గ్రామాల్లో మౌలిక వసతుల కల్ప న, రహదారులు, తాగునీరు, ప్రజా సంక్షేమ కార్యక్రమాల అమ లుకు ఎమ్మెల్యే చేస్తున్న కృషి తమను ఆకట్టుకుందని తెలిపారు.

మంత్రి, ప్రభుత్వ సలహాదారుతో మర్యాదపూర్వక భేటీ

కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన అనంతరం సర్పంచ్ బర్ల వాణి రవికు మార్ దంపతులు మంత్రి సీతక్కను మరియు రాజ్యసభ సభ్యులు ప్రభుత్వ సలహాదారు వేం నరేందర్‌రెడ్డిని మర్యాదపూర్వకంగా కలి శారు. ఈ సందర్భంగా నూతనంగా కాంగ్రెస్ పార్టీలో చేరిన సర్ప ంచ్ దంపతులకు వారు అభినందనలు తెలిపారు. పార్టీ బలోపే తానికి కృషి చేస్తూ ప్రజలకు మరింత సేవలందించాలని సూచించారు.

కాంగ్రెస్ బలోపేతానికి కృషి

ప్రజల సమస్యలను ప్రత్యక్షంగా తెలుసుకుని వాటి పరిష్కారానికి కృషి చేస్తున్న ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు నాయకత్వంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మరింత బలోపేతం అవుతుందని వారు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రజా సంక్షేమమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తున్న కాంగ్రెస్ ప్రభు త్వానికి, ఎమ్మెల్యేకు అండగా నిలుస్తామని బర్ల వాణి రవికుమార్ దంపతులు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఐనవోలు మండల అధ్యక్షుడు నకరకంటి మోహన్‌గౌడ్, టిపిసిసి అధికార ప్రతి నిధి బండి సుధాకర్ గౌడ్ ఐనవోలు కాంగ్రెస్ పార్టీ సర్పంచ్‌ల ఫోరం మండల అధ్యక్షులు పోలేపల్లి శంకర్‌రెడ్డి జె.బి.ఎం. జన్నెపు రెడ్డి రుగ్వేదరెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు ఎండి మాముద్, రావుల రవి,కంజర్ల తిరుపతి కంజర్ల రవీందర్ ఎండి అబ్బాస్ అలీకంజర్ల కుమార్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

డాక్టర్ అనితా రెడ్డికి చాకలి ఐలమ్మ
బ్రేవరీ అండ్ సోషల్ జస్టిస్ అవార్డు-2026

Manam Foundation
A Social Service Organization
Regd. No. 173/2018 | Proddatur, YSR Kadapa Dist., A.P., India
ISO 9001:2015 CERTIFIED ORGANIZATION
Registered on NGO Darpan Portal
(NITI Aayog, Government of India)
NITI Aayog
Government of India

Land Dignity Equality Women Power People's Rights

"Her Struggle Lives On... In Every Step Towards Justice"

"A Courageous Woman who Turned Resistance into a Movement for a Just Society"

CHAKALI AILAMMA
BRAVERY & SOCIAL JUSTICE AWARD - 2026
IN HONOUR OF THE LEGENDARY FREEDOM FIGHTER AND PEOPLE'S HEROINE

CERTIFICATE OF EXCELLENCE

This is to proudly confer the
CHAKALI AILAMMA BRAVERY & SOCIAL JUSTICE AWARD - 2026
to

Name	Smt. DR. KARUKALA ANITHA REDDY
Designation	Telangana State Eminent Honorary Patron Women & Social Welfare (GHRACCPCIT)
Organization	—
Location	Telangana, India
Area of Service	Women Empowerment, Social Welfare, Community Development
Date	10 - 09 - 2026

"Let her courage ignite courage in us. Let her fight for justice be our path, Let her life inspire a more equal and humane society."

"Remember Ailamma, Not just as a symbol of resistance but as a light for a just and equal future"

COURAGE EQUALITY JUSTICE EMPOWERMENT

PEOPLE'S HEROES BUILD A BETTER TOMORROW

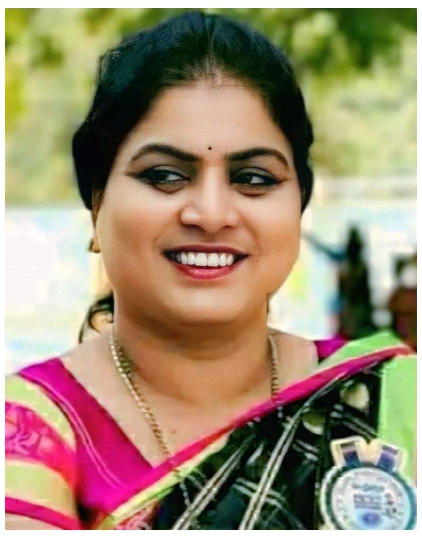
In recognition of your outstanding contribution towards the empowerment of farmers, protection of land rights, social justice, women's empowerment and service to the marginalized sections of society, following the ideals and spirit of Veeranari Chakali Ailamma, you are conferred with this prestigious award. Your selfless service, courage, dedication and commitment to a fair and equal society are an inspiration to many. We appreciate your remarkable efforts and wish you continued success in your noble journey.

Service to People is the True Tribute to Ailamma

Dr. K CHAKRAVARTHI
Founder & President
Manam Foundation
Proddatur, YSR Kadapa Dist., A.P., India

"Ordinary People with Extraordinary Commitment can Create an Extraordinary Society"

MANAM FOUNDATION People | Service | Equality | Humanity From Compassion to Lasting Change



– మహిళా సాధికారత, మానవ హక్కుల పరిరక్షణలో విశిష్ట సేవలకు గుర్తింపు

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్

సమాజ సేవా రంగంలో విశేష కృషి చేస్తున్న అనురాగ్ సొసైటీ చైర్మన్, కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయం పాలకమండలి సభ్యులు డాక్టర్ అనితా రెడ్డికి చాకలి ఐలమ్మ బ్రేవరీ అండ్ సోషల్ జస్టిస్ అవార్డు--2026 లభించింది.డాక్టర్ అనితా రెడ్డి కులమతాలకు అతీతంగా అందిస్తున్న సేవలు, మహిళల విద్య, వైద్యం, ఆర్థిక స్వావలంబన కోసం నిర్వహిస్తున్న కార్యక్రమాలను గుర్తించి నీతి ఆయోగ్, మనం ఇంటర్నేషనల్ ఫౌండేషన్ ఈ పురస్కారానికి ఎంపిక చేసినట్లు సంస్థ ఫౌండర్ చైర్మన్ అడ్వకేట్ డాక్టర్ చక్రవర్తి తెలిపారు.మానవ హక్కుల పరిరక్షణ, కులమత వివక్షకు వ్యతిరేకంగా ధైర్యంగా పోరాడటం, యువతను విలువలతో తీర్చిదిద్దడం, మహిళలు మోసాలకు గురికాకుండా అవగాహన కల్పించడం వంటి కార్యక్రమాలు స్ఫూర్తిదాయకంగా ఉన్నాయని అన్నారు. ఇలాంటి సేవలను గుర్తించి అవార్డు అందించడం చాకలి ఐలమ్మకు ఘన నివాళి అని పేర్కొన్నారు.ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ అనితా రెడ్డి మాట్లాడుతూ అవార్డు రావడం సంతోషంగా ఉందని, అదే సమయంలో తనపై బాధ్యత మరింత పెరిగిందన్నారు. మహిళల ఎదుగుదల, సమానత్వం, కులమతాలకు అతీతంగా పరస్పరం గౌరవించుకుని సహకరించుకునే సమాజాన్ని చూడాలన్నదే తన లక్ష్యమని తెలిపారు.సమాజానికి విలువలతో కూడిన యువతను అందించేందుకు తన వంతు కృషి కొనసాగిస్తానని చెప్పారు. అవార్డులు పొందడం కంటే, ఆ పురస్కారానికి వన్నె తెచ్చే విధంగా పనిచేయడం ముఖ్యమని, మాటలతో కాకుండా చేతలతో తన సేవలను కొనసాగిస్తానని డాక్టర్ అనితా రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

స్కాలర్‌షిప్‌లు, రీయింబర్స్‌మెంట్‌లు విడుదల చేయాలి

– ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ఇచ్చిన విద్యారంగ హామీలను అమలు చేయాలి
– పిడిఎస్‌యు ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మర్రి మహేష్

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్ :

పెండింగ్‌లో ఉన్న స్కాలర్‌షిప్‌లు, ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్‌లను తక్షణమే విడుదల చేసి పేద విద్యార్థులకు న్యాయం చేయాలని పిడిఎస్‌యు ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మర్రి మహేష్ డిమాండ్ చేశారు. ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కాలేజీలో పిడిఎస్‌యు ముఖ్య నాయకులతో నిర్వహించిన సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. రూ.10 వేల కోట్లకు పైగా స్కాలర్‌షిప్‌లు, రీయింబర్స్‌మెంట్‌లు పెండింగ్‌లో ఉన్నాయని తెలిపారు. నిధులు విడుదల కాకపోవడంతో కళాశాల యాజమాన్యాలు విద్యార్థులకు సర్టిఫికెట్లు ఇవ్వడం లేదని, ఫలితంగా పేద విద్యార్థులు ఉన్నత విద్యకు దూరమవుతున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఆర్థిక ఇబ్బందులతో అనేక ప్రైవేట్ డిగ్రీ కళాశాలలు మూతపడే పరిస్థితి ఏర్పడిందన్నారు.ఎన్నికల సమయంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం విద్యారంగానికి ఇచ్చిన హామీలను వెంటనే అమలు చేయాలని కోరారు. విద్యారంగానికి పెద్దపీట వేస్తామని చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చిన ప్రభుత్వం విద్యార్థులు, తల్లిదండ్రుల సమస్యలను పట్టి

ంచుకోవడం లేదని విమర్శించారు. ఫీజుల భారం నుంచి విద్యార్థులను కాపాడేందుకు ప్రభుత్వం తక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని డిమాండ్ చేశారు.ఈ సమావేశంలో పిడిఎస్‌యు ఆర్ట్స్ కాలేజ్ నాయకులు ప్రణయ్, సంతోష్, వంశీ, సుశీల్, స్వరాజ్, ప్రియదర్శన్ పాల్గొన్నారు.

మండల సమన్వయ సమావేశం విజయవంతం

- ఎంపిడిఓ సుమనా వాణి

హసన్‌పర్తి, 11 సెప్టెంబర్ (జై భీమ్ న్యూస్)

హసన్‌పర్తి మండల పరిషత్ కార్యాలయంలో శుక్రవారం మండల సమన్వయ, సమీక్ష సమావేశం విజయవంతంగా నిర్వహించారు. ఉదయం 10.30 గంటలకు జరిగిన ఈ సమావేశానికి మండలంలోని అన్ని గ్రామాల గౌరవ సర్పంచులు, మండల స్థాయి అధికారులు హాజరయ్యారు. మండల పరిధిలో కొనసాగుతున్న వివిధ అభివృద్ధి, సంక్షేమ కార్యక్రమాలపై సమావేశంలో సమీక్ష నిర్వహించారు. ఆయా శాఖల పరిధిలో చేపట్టిన పనుల పురోగతి, ప్రజలకు అందుతున్న ప్రభుత్వ సేవలు, గ్రామస్థాయిలో ఎదురవుతున్న సమస్యలు తదితర అంశాలపై అధికారులు, సర్పంచులు చర్చించారు. గ్రామాల్లో ప్రజలకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను సమన్వయంతో ముందుకు తీసుకెళ్లాలని సూచించారు. ప్రభుత్వ పథకాలు అర్హులైన ప్రజలకు చేరేలా అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని సమావేశంలో పేర్కొన్నారు. ఈ సమావేశానికి మండల ప్రత్యేక అధికారి, హసన్‌పర్తి, మండల పరిషత్ అభివృద్ధి అధికారి సుమనా వాణి, వివిధ శాఖల మండల స్థాయి అధికారులు, అన్ని గ్రామాల సర్పంచులు హాజరై సమావేశాన్ని విజయవంతం చేశారు.

తల్లి.. బిడ్డ ఆరోగ్యమే లక్ష్యం

– ఘనంగా జిల్లా స్థాయి పోషణ్ మేళా
– సమతుల ఆహారంతో సంపూర్ణ ఆరోగ్యం: కుడా చైర్‌పర్సన్ గుండు సుధారాణి, కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్‌పాయ్

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్ :

మాతా, శిశు మరణాలను నివారించడంతో పాటు ఆరోగ్యవంతమైన తెలంగాణ సాధించడమే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం పోషణ్ మాసం కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తోందని కుడా చైర్‌పర్సన్ గుండు సుధారాణి అన్నారు. స్త్రీ, శిశు సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో పోషణ్ మాసం-2026లో భాగంగా శుక్రవారం హనుమకొండలో జిల్లా స్థాయి పోషణ్ మేళాను ఘనంగా నిర్వహించారు. పోషకాహార లోపాన్ని నివారించి ఆరోగ్యవంతమైన సమాజాన్ని నిర్మించడమే ఈ కార్యక్రమం ప్రధాన లక్ష్యమని ఆమె తెలిపారు. కార్యక్రమానికి కుడా చైర్‌పర్సన్ గుండు సుధారాణి, జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్‌పాయ్, అదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) రవి, అదనపు కలెక్టర్ (స్థానిక సంస్థలు) శేషాద్రి ముఖ్య అతిథులుగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా గుండు సుధారాణి మాట్లాడుతూ పోషణ అంటే కేవలం ఆహారం అందించడం మాత్రమే కాదని, భవిష్యత్ తరాన్ని ఆరోగ్యవంతంగా తీర్చిదిద్దే ప్రక్రియ అని అన్నారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న పోషకాహార పథకాలను ప్రజల్లోకి విస్తృతంగా తీసుకెళ్లడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని పేర్కొన్నారు. చిన్నారులు, మహిళల ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహించాలని, ప్రతి ఒక్కరూ పోషకాహారాన్ని తమ రోజువారీ జీవనశైలిలో భాగంగా చేసుకోవాలని సూచించారు. గర్భిణులు, బాలింతలకు పౌష్టికాహారంపై విస్తృత అవగాహన కల్పించాలని, వారు సమతుల పోషకాహారం తీసుకోవడం ద్వారా తల్లి, బిడ్డ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంతో పాటు మాతా, శిశు మరణాలను తగ్గించవచ్చని తెలిపారు. పోషక విలువలు కలిగిన ఆహారాన్ని క్రమపద్ధతిలో తీసుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. అనంతరం జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్‌పాయ్ మాటాడుతూ జిల్లాలో పోషణ్ మాసం కార్యక్రమాలను అన్ని శాఖల సమన్వయంతో విజయవంతంగా నిర్వహించాలని అధికారులను సూచించారు. గర్భిణులు, బాలింతలు, చిన్నారులకు అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల ద్వారా పౌష్టికాహారం అందిస్తూ వారి పోషణ స్థాయిని పెంచడమే ఈ కార్యక్రమం ఉద్దేశమని తెలిపారు. పౌష్టికాహారం అందించడంతో పాటు దాని ప్రాధాన్యత, ప్రయోజనాలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా కుడా చైర్‌పర్సన్ గుండు సుధారాణి, కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్‌పాయ్ గర్భిణులకు సంప్రదాయబద్ధంగా శ్రీమంతం నిర్వహించి సీమంతపు సారెను అందజేశారు. అలాగే ఏడు నెలలు నిండిన చిన్నారులకు పౌష్టికాహారంతో అన్నప్రాశన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. పోషణ్ మేళాలో ఏర్పాటు చేసిన ఆహార ప్రదర్శన ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. వివిధ రకాల ఆహార సమూహాలతో ఆహార పిరమిడ్‌ను ఏర్పాటు చేసి, వాటిలోని పోషక విలువలు, ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను వివరించారు. అంగన్‌వాడీ కేంద్రాల్లో అందించే పౌష్టికాహారం బాలామృతంతో తయారు చేసిన వివిధ రకాల రుచికరమైన, ఆరోగ్యకరమైన వంటకాలను ప్రదర్శించి వాటి తయారీ, పోషక విలువలపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. కార్యక్రమంలో జిల్లా మహిళా, శిశు సంక్షేమ అధికారి విశ్వజ, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారులు, జిల్లా గ్రామీణాభివృద్ధి అధికారులు, జిల్లా యువజన క్రీడల అధికారులు, ఆయుష్ అధికారులు, శిశు అభివృద్ధి ప్రాజెక్టు అధికారులు, పోషణ్ అభియాన్ బృందం సభ్యులు, అంగన్‌వాడీ టీచర్లు, లబ్ధిదారులు పాల్గొన్నారు.

మెరుగైన సేవలతో
మేలుచేయండి

మొదటిపేజీ తరువాయి

ప్రజాపాలన పేరుకేనా.

ప్రగతి భవన్ పేరును ప్రజాభవన్‌గా మార్చి ఒక దళిత సామాజిక వర్గానికి చెందిన సీనియర్ రాజకీయ నాయకుడు బట్టి విక్రమార్కను ప్రజాభవన్ కార్యాలయానికి నాయకునిగా నియమించి ఉప ముఖ్యమంత్రి హోదాలో రాష్ట్ర ప్రజలకు కావలసిన మేలు చేయాలని ప్రజా పాలన ప్రజలకు అన్ని సౌకర్యాలను అందించే విధంగా చూసుకోవాలని రాష్ట్రంలో జరుగుతున్న ప్రతి సంక్షేమ పథకాల అమలు ఎంత శాతం ప్రజలకు చేరుతుందో చూసుకోవలసిన బాధ్యతతో పాటు ఆర్థిక శాఖ మంత్రిగా తనపై పూర్తి భారాన్ని వేసి రాష్ట్ర ప్రజలకు మేలు చేయడానికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ముందుకు వచ్చిన తీరు మొదట్లో మమ్మదగినదిగా ఉన్నప్పటికీ రాను రాను ప్రజా పాలన పట్ల ప్రజలకు విశ్వాసం సన్నగిల్లిందన్నది వాస్తవమన్నారు.ప్రజా పాలన భవన్ పేరు మీద జరుగుతున్న ప్రజా సేవలు ఎక్కడా కనిపించడం లేదంటూ దానికి తోడు ప్రతి నియోజకవర్గంలోని సమస్యలు నియోజకవర్గ పరిధిలో పరిష్కారం చేయబడితే ప్రజా భవన్ కార్యాలయానికి ప్రజలు రావలసిన అవసరం ఎందుకుంటుందంటూ సూటిగా నిలదీశారు.జిల్లాస్థాయి సమస్యలన్నీ రాష్ట్రస్థాయి కార్యాలయాలకు చేరవడుతుండగా రాష్ట్రస్థాయిలో తీసుకోబడుతున్న వినతి పత్రాలన్నీ తిరిగి అదే జిల్లా స్థాయి కార్యాలయాలకు సిఫారసు చేయబడుతున్నాయని అలాంటప్పుడు ప్రజలకు లాభం జరిగే ఆస్కారమే లేదన్నారు.కొన్ని జిల్లాలో కలెక్టర్లు పూర్తిస్థాయిలో ప్రజల వైపు ఉండి ప్రజలకు మేలు చేస్తుంటే రాజకీయ నాయకులు జిల్లా కలెక్టర్లు చేస్తున్న ప్రజాసేవకు చాలా సందర్భాల్లో అడ్డుపడుతూ వాళ్ళ ఆధిపత్యాన్ని సాగించుకుంటున్నారని తెలిపారు.రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణంలో చాలామంది దళారీలు బ్రోకర్ గాళ్లు ఇతర పార్టీల నుండి వచ్చిన భూకబ్జాదారులు వాళ్లకు కావాల్సిన వ్యక్తులకు ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఇప్పించుకున్నారని తీవ్రమైన నిందలు వస్తున్నాయన్నారు.అదే సందర్భంగా పోలీస్ అధికారులు కూడా ప్రజలకు మెండైన సేవలు చేయాలని కృషి చేస్తుంటే రాజకీయ నాయకులు పూర్తిస్థాయిలో అడ్డుపడుతూ కేవలం కాంగ్రెస్ పార్టీకి చెందిన వ్యక్తులకు మాత్రమే లాభం జరిగే విధంగా మిగతా పార్టీల నాయకులను రాజకీయాలతో సంబంధం లేని ప్రజలను ఏమాత్రం పట్టించుకోకుండా వాళ్లకు పోలీస్ సేవలు లభించకుండా కేవలం రాజకీయాల చుట్టూ అధికార నాయకులు చుట్టూ పోలీసు అధికారుల సేవలు కొనసాగించబడాలనే విధంగా రాష్ట్ర రాజకీయ పాలన ప్రతి జిల్లాలోనూ ప్రతి నియోజకవర్గంలోనూ అమలుపరచుకుంటూ ఆనందపడుతున్నారని మండిపడ్డారు.ప్రజా పాలన పేరు మీద ప్రజలకు జరగాల్సిన మేలుకరమైన సేవలు ఇప్పటివరకు అనుకున్న స్థాయిలో జరగకపోవడం ప్రజలను ఆర్థికపరంగా తీవ్రమైన నష్టాలవైపు నెట్టివేస్తుందని గుర్తు చేశారు.ప్రభుత్వం ప్రజలకు కావలసిన మేలు చేయకపోతే ప్రజాభివృద్ధి ఎలా జరుగుతుందంటూ సూటిగా నిలదీశారు.నాయకుల అభివృద్ధి కార్యకర్తల అభివృద్ధి ప్రజా ప్రతినిధుల అభివృద్ధి మంత్రుల అభివృద్ధి అధికారుల అభివృద్ధి అంచలంచలుగా పెరిగిపోతుంటే పేద ప్రజల అభివృద్ధి ప్రజా పాలన పేరు మీద అడుగంటి పోతుందంటూ హెచ్చరించారు.తక్షణమే సీఎం రేవంత్ రెడ్డి స్పందిస్తూ నాయకులను ప్రజల మధ్యలో ఉండి సేవలు చేసే విధంగా అత్యవసరమైన ఆదేశాలు జారీ చేయాలని లేని పక్షంలో ప్రజా పాలన ప్రజా వ్యతిరేక పాలనగా మోస్తున్న నిధులకు మరింత బలం చేకూర్చబడి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రజల మధ్య పూర్తిస్థాయిలో అభాసుపాలు కాక తప్పదన్నారు.

చెరువుల వద్ద గణేష్ నిమజ్జన ఏర్పాట్లు
పకడ్బందీగా చేపట్టాలి

- విగ్రహాల ఎత్తు, సంఖ్యకు అనుగుణంగా ముందస్తు ఏర్పాట్లు చేయాలి

వరంగల్, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్ :
గణపతి విగ్రహాల నిమజ్జన కార్యక్రమం ప్రశాంతంగా, ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా సజావుగా జరిగేలా అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పకడ్బందీ ఏర్పాట్లు చేపట్టాలని వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ ఎన్. శ్వేత, వరంగల్ జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద, హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి ఆదేశించారు. శుక్రవారం నగరంలోని కాజీపేట బంధం చెరువు, హనుమకొండ సిద్దేశ్వర గుండం, చిన్న వడ్డేపల్లి, ఉర్సు చెరువుల వద్ద గణేష్ నిమజ్జనానికి చేపడుతున్న ఏర్పాట్లను వారు అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయా చెరువులు, గుండాల వద్ద నిమజ్జనానికి ఎన్ని విగ్రహాలు వచ్చే అవకాశం ఉందని, గతంలో ఎన్ని విగ్రహాలు నిమజ్జనం చేశారనే వివరాలను అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. విగ్రహాల సంఖ్య, పరిమాణం, ఎత్తుకు అనుగుణంగా నిమజ్జనానికి అవసరమైన సౌకర్యాలను ముందుగానే అంచనా వేసి ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని సూచించారు. నిమజ్జన సమయంలో అవసరమైన క్రేన్లను అందుబాటులో ఉంచాలని, పెద్ద విగ్రహాల నిమజ్జనానికి ప్రత్యేక ఏర్పాట్లు చేయాలని పోలీస్ కమిషనర్ ఎన్. శ్వేత సూచించారు. ప్రస్తుతం చెరువులు, గుండాల్లో నీటిమట్టం తక్కువగా ఉన్నందున పెద్ద విగ్రహాల నిమజ్జనానికి ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా ముందస్తు చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశించారు. చెరువు కట్టల వద్ద అవసరమైన మేరకు చదును చేసే పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. కాజీపేట బంధం చెరువులో పేరుకుపోయిన గుర్రపు డెక్కను తొలగించే పనులను వేగవంతం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. నిమజ్జనానికి వచ్చే వాహనాల రాకపోకలకు ఇబ్బందులు కలగకుండా రహదారులను సక్రమంగా ఉంచాలని, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, భద్రతా చర్యలను సమర్థవంతంగా చేపట్టాలని సూచించారు. ప్రతిష్ఠించే గణపతి విగ్రహాల ఎత్తుపై నిర్వాహకులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని అధికారులు సూచించారు. మట్టి విగ్రహాల నిమజ్జనం సులభంగా నిర్వహించవచ్చని తెలిపారు. తక్కువ ఎత్తు ఉన్న విగ్రహాలను స్థానికంగానే నిమజ్జనం చేసుకునేలా నిర్వాహకులు సహకరించాలని కోరారు. నవరాత్రులు పూర్తయిన వెంటనే వీలైనంత త్వరగా గణపతి విగ్రహాలను నిమజ్జనానికి తరలించాలని సూచించారు. నిమజ్జన సమయంలో ట్రాఫిక్ సమస్యలు తలెత్తకుండా నిర్వాహకులు, ప్రజలు పోలీసులకు సహకరించాలని కోరారు. నిమజ్జన మార్గాల్లో ట్రాఫిక్, పార్కింగ్, విద్యుత్, తాగునీరు, వైద్య సదుపాయాలు తదితర అంశాలపై అధికారులు ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సెంట్రల్ జోన్ డీసీపీ దారా కవిత, ట్రాఫిక్ అడిషనల్ డీసీపీ ప్రభాకర్ రావు, జీడబ్ల్యూఎంసీ ఎస్ఈ రవికుమార్, హనుమకొండ ఆర్డీవో వెంకటేష్, డీఎంహెచ్వో డాక్టర్ అప్పయ్య, ఎన్పీడీసీఎల్ ఎస్ఈ సామ్య నాయక్, సాగునీటిపారుదల శాఖ అధికారులు కిరణ్ కుమార్, మధుసూదన్ రెడ్డి, జీడబ్ల్యూఎంసీ ఎంహెచ్వో డాక్టర్ రాజేష్, ఆర్అండ్బీ ఈఈ దేవిక చౌహాన్, మైనింగ్ ఏడీ రామాచారి, కాజీపేట తహసీల్దార్ రాజు, ఏసీపీలు ప్రశాంత్ రెడ్డి, సత్యనారాయణ, కాజీపేట పోలీస్ ఇన్స్పెక్టర్ శ్యామ్ సుందర్ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ఉన్మత్త భైరవ దేవాలయంలో అంగరంగ వైభవంగా మహా పాలాభిషేకం

- 108 లీటర్ల ఆవుపాలతో అభిషేకం.. పొలాల అమావాస్య సందర్భంగా ప్రత్యేక పూజలు, అన్నదాన కార్యక్రమం

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్ :
హనుమకొండ నగరంలోని పద్మాక్షి రోడ్డులో మారుతి హిల్స్‌లో వెలసిన శ్రీ వారాహి సహిత ఉన్మత్త భైరవ దేవాలయంలో శ్రావణ మాసం ముగింపు సందర్భంగా వచ్చిన పొలాల అమావాస్యను పురస్కరించుకుని శుక్రవారం భక్తిశ్రద్ధలతో మహా పాలాభిషేక కార్యక్రమాన్ని అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించారు. తెల్లవారుజాము నుంచే ఆలయానికి భారీ సంఖ్యలో భక్తులు తరలివచ్చి అమ్మవారు శ్రీ వారాహి దేవి, ఉన్మత్త భైరవ స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొన్నారు. ఆలయ ప్రాంగణం వేదమంత్రోచ్చారణలు, గంటానాదాలు, శంఖనాదాలతో ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని సంతరించుకుంది. ఈ సందర్భంగా భక్తులు 108 లీటర్ల ఆవుపాలతో అమ్మవారికి, స్వామివారికి మహా పాలాభిషేకం సమర్పించి తమ మొక్కులు చెల్లించుకున్నారు. అనంతరం పంచామృతాభిషేకం, ప్రత్యేక అర్చనలు, అలంకరణ సేవలు నిర్వహించగా, పుష్పాలతో సుందరంగా అలంకరించిన అమ్మవారు, స్వామివారు భక్తులకు దివ్య దర్శనమిచ్చారు. మహా హారతి కార్యక్రమంలో పెద్ద సంఖ్యలో భక్తులు పాల్గొని భక్తిపారవశ్యంలో మునిగిపోయారు. ఈ సందర్భంగా దేవాలయ ప్రధాన అర్చకులు వీరభద్రనాథ్ మాట్లాడుతూ, పొలాల అమావాస్య అత్యంత శక్తివంతమైన పవిత్ర తిథి అని తెలిపారు. వందేళ్లకు ఒకసారి విశేష ఆధ్యాత్మిక ప్రాధాన్యతతో వచ్చే ఈ అమావాస్య రోజున భక్తులు విశేష భక్తిశ్రద్ధలతో పూజలు నిర్వహిస్తారని చెప్పారు. ముఖ్యంగా కూష్మాండ దీపం, మిరియాల దీపం, నారికేళ దీపాలు వెలిగించడం ద్వారా దుష్టశక్తులు తొలగి శుభఫలితాలు కలుగుతాయని, కుటుంబంలో ఐశ్వర్యం, ఆరోగ్యం, సుఖశాంతులు చేకూరుతాయని విశ్వాసమని వివరించారు. దేవాలయ అభివృద్ధి కమిటీ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో భక్తులకు అన్నదాన ప్రసాదాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. ఆలయానికి విచ్చేసిన ప్రతి భక్తికి తీర్థప్రసాదాలు అందజేసి ప్రత్యేక ఆశీర్వచనాలు ఇచ్చారు. కార్యక్రమం విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు దేవాలయ కమిటీ సభ్యులు, అర్చక బృందం, సేవా కార్యకర్తలు సమన్వయంతో ఏర్పాట్లు చేయగా, హనుమకొండ నగరంతో పాటు పరిసర ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన భక్తుల రాకతో ఆలయ ప్రాంగణం రోజంతా ఆధ్యాత్మిక సందడితో కళకళలాడింది.

టీబీపై అప్రమత్తతే ఆయుధం..

- హసన్‌పర్తిలో ఎక్స్‌రే స్క్రీనింగ్ క్యాంపు పరిశీలన
- జిల్లా వైద్య, ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ ఏ.అప్పయ్య

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్ :
ప్రధానమంత్రి టీబీ ముక్త్ భారత్ అభియాన్‌లో భాగంగా హసన్‌పర్తి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రంలో నిర్వహిస్తున్న ఎక్స్‌రే స్క్రీనింగ్ క్యాంపును జిల్లా వైద్య, ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ ఏ.అప్పయ్య, జిల్లా క్షయ వ్యాధి నియంత్రణ అధికారి డాక్టర్ ప్రదీప్‌రెడ్డి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా డీఎంహెచ్ఓ మాట్లాడుతూ రెండు వారాలకు మించి దగ్గు, ఛాతిలో నొప్పి, దగ్గినప్పుడు తెమడ పడటం, బరువు తగ్గడం, ఆకలి లేకపోవడం, రాత్రిపూట జ్వరం వంటి లక్షణాలు ఉన్న ప్రతి ఒక్కరూ వెంటనే తెమడ పరీక్షతో పాటు ఎక్స్‌రే పరీక్ష చేయించుకోవాలని సూచించారు. టీబీ వ్యాధిపై ప్రజల్లో అవగాహన పెంచేందుకు గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో విస్తృతంగా అవగాహన, నిర్మూలన సదస్సులు నిర్వహించాలని వైద్య సిబ్బందికి సూచించారు. ప్రపంచవ్యాప్తంగా 2030 నాటికి టీబీని నిర్మూలించేందుకు లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నా మని, టీబీ వ్యాధిని మందులతో పూర్తిగా నయం చేయవచ్చని తెలిపారు. టీబీ నిర్ధారణ పరీక్షలు, చికిత్సకు సంబంధించిన మందులు పూర్తిగా ఉచితంగా అందుబాటులో ఉన్నాయని పేర్కొ న్నారు. పుట్టిన వెంటనే ప్రతి శిశువుకు బీసీజీ టీకా వేయించాలని, దగ్గినప్పుడు, తుమ్మినప్పుడు చేతి రుమాలు అడ్డంగా పెట్టుకోవాల ని సూచించారు. టీబీ నివారణ, నిర్మూలన ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యతగా భావించి ప్రజలు ఆరోగ్యశాఖకు సహకరించాలని డీఎంహెచ్ఓ కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా క్షయ వ్యాధి నియంత్రణ అధికా రి డాక్టర్ ప్రదీప్‌రెడ్డి, హసన్‌పర్తి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్ర వైద్యా ధికారి డాక్టర్ రామ్‌భార్గవ్, డాక్టర్ సురేష్, సీహెచ్ఓ మాధవరెడ్డి, డీపీఎంఓ దేవ్‌సింగ్, ఆప్తాల్మిక్ ఆఫీసర్ ప్రతాప్, జిల్లా క్షయ వ్యాధి నియంత్రణ కార్యాలయ సిబ్బంది, హసన్‌పర్తి ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్ర సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరుసగా రెండో రోజు విద్యార్థి ఉద్యమకారుడి అరెస్టు

- బిఆర్ఎస్వి హసన్‌పర్తి ఇన్‌చార్జి జట్టి రాజేందర్‌ను పోలీసులు అరెస్టు చేశారని ఆరోపణలు

హసన్‌పర్తి, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్ :
విద్యార్థుల సమస్యలను పరిష్కరించాలని, పెండింగ్‌లో ఉన్న ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలను విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ గత కొన్ని రోజులుగా బిఆర్ఎస్వి ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థుల పక్షాన కొనసాగుతున్న పోరాటానికి ప్రభుత్వం స్పందించడం లేదని బిఆర్ఎస్వి నాయకులు ఆరోపించారు. ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్ర కమిటీ పిలుపు మేరకు చేపట్టనున్న ఆందోళనలను అడ్డుకునేందుకు పోలీసులు ముందస్తు చర్యల్లో భాగంగా హసన్‌పర్తి బిఆర్ఎస్వి ఇన్‌చార్జి జట్టి రాజేందర్‌ను అరెస్టు చేశారని వారు తెలిపారు. వరుసగా రెండో రోజు విద్యార్థి ఉద్యమకారుడిని అరెస్టు చేయడం ప్రభుత్వ వైఖరికి నిదర్శనమని విమర్శించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వేయి రోజుల పాలనలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్‌రెడ్డి విద్యార్థులకు, ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని, ఆరు గ్యారెంటీలతో పాటు ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన ఇతర హామీలను నెరవేర్చాలని డిమాండ్ చేశారు. ముఖ్యంగా విద్యార్థులకు సంబంధించిన సుమారు రూ.11 వేల కోట్ల ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలను తక్షణమే విడుదల చేయాలని, పాలిటెక్నిక్ విద్యార్థులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను పరిష్కరించాలని కోరారు.

విద్యార్థుల సమస్యలపై ప్రజాస్వామ్య పద్ధతిలో పోరాటం చేస్తున్న నాయకులను ముందస్తుగా అరెస్టు చేయడం సిగ్గుమాలిన చర్యగా వారు అభివర్ణించారు. అరెస్టులు, నిర్బంధాలతో విద్యార్థుల ఉద్యమాన్ని ఆపలేరని, విద్యార్థుల పక్షాన తమ పోరాటం కొనసాగుతుందని స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వం విద్యార్థుల సమస్యలను తక్షణమే పరిష్కరించి ఫీజు రీయింబర్స్‌మెంట్ బకాయిలను విడుదల చేయాలని, లేనిపక్షంలో రానున్న రోజుల్లో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బిఆర్ఎస్వి ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థుల ఆందోళనలను మరింత ఉధృతం చేస్తామని నాయకులు హెచ్చరించారు. విద్యార్థుల హక్కులు, ప్రజల సమస్యల పరిష్కారం కోసం తమ పోరాటం కొనసాగుతుందని, ప్రభుత్వం స్పందించే వరకు వెనక్కి తగ్గేది లేదని వారు స్పష్టం చేశారు.

ఉద్యాన పంటల సాగుపై రైతులకు అవగాహన

- ఆధునిక సాగు పద్ధతులతో అధిక దిగుబడులు, మెరుగైన ఆదాయం సాధించాలి: కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద

వరంగల్, 11 సెప్టెంబర్, (జై భీమ్ న్యూస్)
ఉద్యాన పంటల సాగును ప్రోత్సహించడంతో పాటు రైతులకు ఆధునిక సాగు పద్ధతులపై అవగాహన కల్పిం చే లక్ష్యంతో గీసుకొండ మండలం కోనాయమాకుల లోని రైతు వేదికలో శుక్రవారం జిల్లా స్థాయి ఉద్యాన పంటల సదస్సును నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి వరంగల్ జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద ముఖ్య అతి థిగా హాజరై రైతులతో మాట్లాడారు. ఉద్యాన పంటల సాగు ద్వారా రైతులు అధిక ఆదాయం పొందే అవకా శాలను కలెక్టర్ వివరించారు. ఆధునిక సాంకేతిక పద్ధతులను అవలంబించడం, శాస్త్రీయ విధానాల్లో పంటల సాగు చేపట్టడం ద్వారా అధిక దిగుబడులు సాధించవచ్చని తెలిపారు. ఉద్యాన పంటల విస్తీర్ణాన్ని మరింత పెంచేలా రైతులను ప్రోత్సహించాలని అధికారులకు సూచించారు. రైతులకు అవసరమైన సాంకేతిక సలహాలు, సూచనలు ఎప్పటికప్పుడు అందిస్తూ, పంట ల సాగులో ఆధునిక పద్ధతుల వినియోగంపై అవగా హన కల్పించాలని సంబంధిత శాఖల అధికారులను కలెక్టర్ ఆదేశించారు. ప్రభుత్వం అందిస్తున్న ప్రోత్సాహకాలు, పథకాలను రైతులు సద్వినియోగం చేసుకోవా లని సూచించారు. రైతుల సందర్శనార్థం సదస్సు ప్రాం గణంలో వివిధ

రకాల స్టాళ్లను ఏర్పాటు చేశారు. ఉద్యాన పంటల సాగుకు ఉపయోగపడే ఆధునిక పరిక రాలు, సాంకేతిక విధానాలను ప్రదర్శించారు. ఈ సందర్భంగా పరికరాల పనితీరు, వాటిని ఉపయోగించే విధా నాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద పరిశీలించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆర్డీవో సుమ, ఉద్యానవన శాఖ అధికారి శ్రీనివాస్ రావు, జిల్లా వ్యవసాయ శాఖ అధికారి విజయ్ భాస్కర్, సంబంధిత శాఖల అధికా రులు, రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎన్‌డీఏ, నావల్ అకాడమీ, సీడీఎస్ పరీక్షలకు పటిష్ట ఏర్పాట్లు

- ప్రతి సెషన్‌కు అరగంట ముందే గేట్లు మూసివేత.. అభ్యర్థులు సకాలంలో చేరాలి
- హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి

హన్మకొండ, 11 సెప్టెంబర్ జై భీమ్ న్యూస్:
ఈ నెల 13వ తేదీన ఆదివారం నిర్వహించనున్న నేషనల్ డిఫెన్స్ అకాడమీ అండ్ నావల్ అకాడమీ (ఎన్‌డీఏ, ఎన్ఏ)-2, కంబైన్డ్ డిఫెన్స్ సర్వీసెస్ (సీడీఎస్)-2 పరీక్షలను ప్రశాంతంగా, సజావుగా నిర్వహించేందుకు అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పటిష్ట ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్ చాహత్ బాజ్ పాయి ఆదేశించారు. శుక్రవారం హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టరేట్‌లోని మినీ కాన్ఫరెన్స్ హాలులో పరీక్షల నిర్వహణపై సంబంధిత శాఖల అధికారులతో కలెక్టర్ సమన్వయ సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా హనుమకొండ సుబేదారిలోని యూనివర్సిటీ ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాల, వడ్డేపల్లిలోని ప్రభుత్వ పింగిళి డిగ్రీ, పీజీ కళాశాలల్లో పరీక్షల నిర్వహణకు చేపట్టిన ఏర్పాట్లను అధికారులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. పరీక్షా కేంద్రాల వద్ద పటిష్టమైన పోలీస్ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేయడంతో పాటు ఎలాంటి అంతరాయం లేకుండా నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా ఉండేలా చర్యలు తీసుకోవాలని, పరీక్షా కేంద్రాల్లో వైద్య సదుపాయాలు అందుబాటులో ఉంచాలని కలెక్టర్ సూచించారు. పరీక్షల నిర్వహణలో నిబంధనలను కచ్చితంగా పాటించాలని, పరీక్షా గదుల నిర్వహణ, తాగునీరు తదితర సౌకర్యాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అభ్యర్థులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా అవసరమైన అన్ని ఏర్పాట్లు ముందుగానే పూర్తి చేయాలని తెలిపారు. ప్రతి సెషన్ పరీక్ష ప్రారంభానికి అరగంట ముందుగానే పరీక్షా కేంద్రాల గేట్లు మూసివేయనున్నందున అభ్యర్థులు ఎలాంటి ఆలస్యం లేకుండా సకాలంలో పరీక్షా కేంద్రాలకు చేరుకోవాలని కలెక్టర్ సూచించారు. యూనివర్సిటీ ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాలలో ఎన్‌డీఏ, నావల్ అకాడమీ పరీక్ష ఉదయం 10 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం 12.30 గంటల వరకు, మధ్యాహ్నం 2 గంటల నుంచి సాయంత్రం 4.30 గంటల వరకు నిర్వహించనున్నారు. అదేవిధంగా వడ్డేపల్లిలోని పింగిళి ప్రభుత్వ బాలికల డిగ్రీ, పీజీ కళాశాలలో సీడీఎస్ పరీక్ష ఉదయం 9 గంటల నుంచి 11 గంటల వరకు, మధ్యాహ్నం 12.30 గంటల నుంచి 2.30 గంటల వరకు, సాయంత్రం 4 గంటల నుంచి 6 గంటల వరకు జరగనుంది. పరీక్షలు ఎలాంటి అవాంతరాలు లేకుండా ప్రశాంత వాతావరణంలో జరిగేలా అధికారులు పరస్పర సమన్వయంతో పనిచేయాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు. జిల్లాలో పరీక్షల నిర్వహణకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లపై కేంద్ర పరిశీలకులు ఉమేష్ మీనా, రాష్ట్ర పరిశీలకులు సురేష్ బాబు వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ద్వారా కలెక్టర్, సంబంధిత అధికారులతో మాట్లాడారు. ఈ సమావేశంలో జిల్లా రెవెన్యూ అధికారి శ్రీనివాస్, కలెక్టరేట్ ఏవో గౌరీ శంకర్, జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారి డాక్టర్ అప్పయ్య, మై భారత్ కోఆర్డినేటర్ భూక్య సంజీవ్, ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాల ప్రిన్సిపల్ జ్యోతి, పింగిళి కళాశాల నుంచి డాక్టర్ సుహాసిని, పోలీస్ శాఖ ఎస్సై ప్రసాద్, విద్యుత్ శాఖ ఏఈ అలేఖ్యతో పాటు ఇతర అధికారులు పాల్గొన్నారు.

జై భీమ్
POWER OF PEOPLE

మనిషి అడుగుజాడల నుంచే పర్యాటక చరిత్ర ఆరంభమైంది

– డా. ఎం. కృష్ణ సుమంత్

వరంగల్, సెప్టెంబర్ 11, జై భీమ్ న్యూస్ :

మనిషి తన మనుగడ కోసం ప్రారంభించిన ప్రయాణమే కాలక్రమేణా అన్వేషణ, వాణిజ్యం, సంస్కృతి, ఆధ్యాత్మికత, వినోదం వంటి రూపాలను సంతరించుకుని నేటి పర్యాటక రంగంగా అభివృద్ధి చెందిందని కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయం చరిత్ర, పర్యాటక నిర్వహణ విభాగం సహాయ ఆచార్యులు డా. ఎం. కృష్ణ సుమంత్ అన్నారు. ప్రభుత్వ పింగిళి మహిళా కళాశాలలో చరిత్ర విభాగం ఆధ్వర్యంలో నిర్వహిస్తున్న సర్టిఫికెట్ కోర్సులో భాగంగా శుక్రవారం ప్రత్యేక కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డా. కృష్ణ సుమంత్ వనరుల వ్యక్తిగా పాల్గొని "పర్యాటక మార్గదర్శక నైపుణ్యాలు, వారసత్వ వ్యాఖ్యానం మరియు డిజిటల్ నిర్వహణ" అనే అంశంపై విద్యార్థినులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ ప్రాచీన మానవుడు ఆహారం, నీరు, భద్రత, జీవనోపాధి కోసం ఒక ప్రాంతం నుంచి మరో ప్రాంతానికి ప్రయాణించేవాడని తెలిపారు. ఈ ప్రయాణాలే తరువాత వివిధ ప్రాంతాలు, సంస్కృతులు, నాగరికతల మధ్య సంబంధాలకు పునాది వేశాయని చెప్పారు. చక్రం ఆవిష్కరణతో రవాణా వ్యవస్థ అభివృద్ధి చెంది ప్రయాణాలు మరింత సులభమయ్యాయని, నదీ పరివాహక ప్రాంతాల్లో అనేక గొప్ప నాగరికతలు అభివృద్ధి చెందాయని వివరించారు. సముద్రయానాలు, వాణిజ్య మార్గాల ద్వారా భాషలు, ఆహారం, కళలు, సంస్కృతులు ఒక ప్రాంతం నుంచి మరో ప్రాంతానికి విస్తరించాయని తెలిపారు. దేవాలయాలు కేవలం ఆధ్యాత్మిక కేంద్రాలు మాత్రమే కాకుండా విద్య, సంగీతం, నృత్యం, శిల్పకళ, వాస్తుశిల్పం, సామాజిక జీవనానికి కేంద్రాలుగా కూడా పనిచేశాయని అన్నారు. చారిత్రక కట్టడాలు, దేవాలయాలు, కోటలు, శాసనాలు, శిల్పాలు గత చరిత్రకు సజీవ ఆధారాలని పేర్కొన్నారు. పర్యాటక మార్గదర్శకుడు కేవలం ప్రదేశాలను చూపించే వ్యక్తి కాదని, ఆయా ప్రాంతాల చరిత్ర, సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను పర్యాటకులకు అర్థమయ్యేలా వివరించే వ్యక్తి అని చెప్పారు. మార్గదర్శకులకు చరిత్రతో పాటు సంభాషణ నైపుణ్యాలు, కథన సామర్థ్యం, భాషా పరిజ్ఞానం, డిజిటల్ పరిజ్ఞానం అవసరమన్నారు. సామాజిక మాధ్యమాలు, డిజిటల్ ప్రచారం, వర్చువల్ పర్యటనలు, మొబైల్ యాప్‌ల ద్వారా పర్యాటక ప్రాంతాలను ప్రపంచానికి పరిచయం చేసే అవకాశం ఉందని తెలిపారు. విద్యార్థులు పర్యాటక రంగాన్ని ఉద్యోగ అవకాశాలతో పాటు స్వయం ఉపాధి అవకాశాలుగా కూడా చూడాలని సూచించారు. కార్యక్రమానికి అధ్యక్షత వహించిన కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపాల్ డా. జి. సుహాసిని మాట్లాడుతూ విద్యార్థులకు తరగతి గది బోధనతో పాటు ఆచరణాత్మక నైపుణ్యాలు అందించేందుకు సర్టిఫికెట్ కోర్సులు ఉపయోగపడుతున్నాయని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఐక్యూఏసీ సమన్వయకర్త డా. సురేష్ బాబు, సర్టిఫికెట్ కోర్సు సమన్వయకర్త డా. కొలిపాక శ్రీనివాస్, ఆంగ్ల విభాగాధిపతి పి.డి. సుజాత, చరిత్ర అధ్యాపకులు డా. పి. నరేష్, జ్యోతి, ఇతర అధ్యాపకులు, విద్యార్థినులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థుల శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ఆరోగ్యమూ కీలకం

– ప్రపంచ ఆత్మహత్యల నివారణ అవగాహన కార్యక్రమంలో డీఎంహెచ్ఓ డాక్టర్ ఏ. అప్పయ్య

భీమారం, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్ :

విద్యార్థుల శారీరక ఆరోగ్యంతో పాటు మానసిక ఆరోగ్యంపై కూడా ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలని జిల్లా వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ అధికారి డాక్టర్ ఏ. అప్పయ్య సూచించారు. సెప్టెంబర్ 11న భీమారం (పలివెల్పుల)లోని టి.జి.ఎస్.డబ్ల్యు.ఆర్.ఎస్ జూనియర్ కళాశాల బాలికల ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ప్రపంచ ఆత్మహత్యల నివారణ అవగాహన కార్యక్రమానికి ఆయన ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై విద్యార్థినులకు అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా డీఎంహెచ్ఓ మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతో పాటు తమ మానసిక ఆరోగ్యాన్ని కూడా కాపాడుకోవాలని సూచించారు. చదువులో ప్రతిరోజు చేయాల్సిన కార్యక్రమాలను అదే రోజు పూర్తి చేసుకునేలా ప్రణాళికతో ముందుకు సాగాలని తెలిపారు. చదువుపై ఏకాగ్రత లోపించడం, చదువులో వెనుకబడటం, ఒంటరిగా ఉండటం, ప్రవర్తనలో మార్పులు వంటి లక్షణాలు ఏ విద్యార్థిలోనైనా కనిపిస్తే వాటిని నిర్లక్ష్యం చేయకుండా వెంటనే తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు లేదా ఆరోగ్య సిబ్బంది దృష్టికి తీసుకురావాలని సూచించారు. మానసిక సమస్యలు ఎదురైనప్పుడు విద్యార్థులు ఒంటరిగా బాధపడకుండా సహాయం కోరాలని, అవసరమైనప్పుడు 104 లేదా 14416 హెల్ప్‌లైన్ నంబర్లను సంప్రదించాలని ఆయన సూచించారు. మానసిక ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెంచడం ద్వారా విద్యార్థుల్లో ఒత్తిడి, ఆందోళన వంటి సమస్యలను అధిగమించేందుకు సహాయపడవచ్చని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వైద్య ఆరోగ్య శాఖ అధికారి కార్యాలయ సబ్‌యూనిట్ ఆఫీసర్ ఖాదర్ అబ్బాస్, హెల్త్ సూపర్‌వైజర్ పి. శ్రీనివాసులు, కళాశాల సిబ్బంది, పలివెల్పుల ఉపకేంద్ర ఆరోగ్య

సిడబ్ల్యూఎస్ఎన్ విద్యార్థుల సమగ్ర అభివృద్ధికి సహాయక పరికరాలు ఎంతో కీలకం

– డీఈఓఎల్ వి. గిరి రాజ్ గౌడ్

హసన్‌పర్తి, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్

హనుమకొండ జిల్లా హసన్‌పర్తిలోని పీ ఎం జెడ్పీహెచ్ఎస్ బాలికల పాఠశాలలో ప్రత్యేక అవసరాలు కలిగిన విద్యార్థుల (సిడబ్ల్యూఎస్ఎన్) కోసం సహాయక పరికరాల అంచనా శిబిరాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించారు. ఈ శిబిరంలో సుమారు 180 మంది విద్యార్థులకు వారి విద్యాభ్యాసం, రోజువారీ కార్యకలాపాలకు అవసరమైన సహాయక పరికరాలను గుర్తించి, అంచనా వేశారు. ఈ శిబిరానికి జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి ఎల్.వి. గిరి రాజ్ గౌడ్ హాజరై విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులతో మాట్లాడి వారి అవసరాలను తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థులకు అందుతున్న విద్యా సౌకర్యాలు, వారు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలపై ఆరా తీశారు. సిడబ్ల్యూఎస్ఎన్ విద్యార్థుల సంక్షేమం, సాధికారత కోసం విద్యాశాఖ చేపడుతున్న కార్యక్రమాలను డీఈఓ అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా డీఈఓ మాట్లాడుతూ ప్రత్యేక అవసరాలు కలిగిన విద్యార్థులు విద్యలో వెనుకబడకుండా వారికి అవసరమైన అన్ని రకాల సహకారం అందించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. వారి విద్యాభ్యాసంతో పాటు శారీరక, మానసిక, సామాజిక అభివృద్ధికి అవసరమైన సహాయక పరికరాలు, ప్రత్యేక మద్దతు ఎంతో కీలకమని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థుల అవసరాలను ముందుగానే గుర్తించి తగిన సమయంలో పరికరాలను అందించడం ద్వారా వారు మరింత ఆత్మవిశ్వాసంతో ముందుకు సాగేందుకు అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. శిబిరంలో విద్యార్థుల వ్యక్తిగత అవసరాలు, శారీరక సామర్థ్యాలను పరిశీలించి వారికి అవసరమైన సహాయక పరికరాలను గుర్తించారు. విద్యార్థుల అవసరాలకు అనుగుణంగా పరికరాల అర్హతను పరిశీలించి అంచనా ప్రక్రియను నిర్వహించారు. ప్రతి విద్యార్థికి అవసరమైన సహాయక పరికరాల వివరాలను నమోదు చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని సమగ్ర విద్యా సమన్వయకర్త ఇ. సుమాదేవి, వైద్యాధికారి సబీనా, ఫిజియోథెరపిస్ట్ మాధవి, అలిమ్కో సంస్థ ప్రతినిధులు, ఐఈఆర్పీలు, ప్రత్యేక విద్యా ఉపాధ్యాయుల సమన్వయంతో నిర్వహించారు. విద్యార్థులను ఒక్కొక్కరిని పరిశీలించి వారి అవసరాలను గుర్తించడంలో వైద్య, విద్యా, సాంకేతిక నిపుణులు సమిష్టిగా కృషి చేశారు. ప్రత్యేక అవసరాలు కలిగిన విద్యార్థులకు అవసరమైన సహాయక పరికరాలు అందుబాటులోకి రావడం ద్వారా వారి విద్యాభ్యాసం మరింత సులభతరం కావడంతో పాటు స్వయం ఆధారితంగా జీవించేందుకు, పాఠశాల కార్యకలాపాల్లో చురుకుగా పాల్గొనేందుకు దోహదపడుతుందని అధికారులు తెలిపారు. శిబిరాన్ని విజయవంతంగా నిర్వహించేందుకు సహకరించిన అధికారులు, వైద్య సిబ్బంది, అలిమ్కో ప్రతినిధులు, ఐఈఆర్పీలు, ప్రత్యేక విద్యా ఉపాధ్యాయులు, సమగ్ర విద్యా సిబ్బందిని ఈ సందర్భంగా అభినందించారు. సిడబ్ల్యూఎస్ఎన్ విద్యార్థుల సంక్షేమం, సమగ్ర అభివృద్ధి కోసం ఇలాంటి కార్యక్రమాలను నిరంతరం కొనసాగించాల్సిన అవసరం ఉందని అధికారులు పేర్కొన్నారు.

కిట్స్ వరంగల్‌లో 'స్మార్ట్ ఇండియా హ్యాకథాన్-2026' పోస్టర్ ఆవిష్కరణ

వరంగల్, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్

కాకతీయ ఇన్‌స్టిట్యూట్ ఆఫ్ టెక్నాలజీ అండ్ సైన్స్ (కిట్స్) వరంగల్ క్యాంపస్‌లో 'స్మార్ట్ ఇండియా హ్యాకథాన్-2026' పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. కిట్స్ వరంగల్ అదనపు కార్యదర్శి, మాజీ ఎమ్మెల్యే వొడితల సతీష్ కుమార్, కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ ప్రొఫెసర్ కె. అశోక్ రెడ్డి, సీ ఎస్ ఈ విభాగాధిపతి డాక్టర్ పి. నిరంజన్ తదితరులు సంయుక్తంగా పోస్టర్‌ను ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా వొడితల సతీష్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థుల్లో సాంకేతిక నైపుణ్యాలు, సమస్య పరిష్కార దృక్పథం, ఆవిష్కరణ ఆలోచనలను పెంపొందించేందుకు స్మార్ట్ ఇండియా హ్యాకథాన్ మంచి వేదికగా నిలుస్తుందని అన్నారు. ప్రిన్సిపాల్ ప్రొఫెసర్ కె. అశోక్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులను ఆవిష్కరణలు, స్టార్టప్‌లు, పారిశ్రామిక రంగం వైపు ప్రోత్సహించడమే హ్యాకథాన్ లక్ష్యమన్నారు. కిట్స్ వరంగల్‌లో సెప్టెంబర్ 18న సివిల్ సెమినార్ హాల్‌లో అంతర్గత హ్యాకథాన్ నిర్వహించనున్నట్లు తెలిపారు. ఆసక్తి ఉన్న విద్యార్థులు www.sih.gov.in ద్వారా వివరాలు తెలుసుకుని నమోదు చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రిజిస్ట్రార్ ప్రొఫెసర్ ఎం. కోమల్ రెడ్డి, డాక్టర్ రాజ నరేందర్ రెడ్డి, డాక్టర్ పి. విజయ్ కుమార్, డాక్టర్ డి. ప్రభాకర చారి, డాక్టర్ ఎన్.సి. సంతోష్ కుమార్, డాక్టర్ ఆర్. రాజేష్, విద్యార్థి ప్రతినిధులు, సుమారు 100 మంది విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణకు పటిష్ట చర్యలు చేపట్టాలి

– వరంగల్ ట్రాఫిక్ పోలీస్ స్టేషన్‌లో వార్షిక తనిఖీ : సీపీ ఎన్. శ్వేత

వరంగల్, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్:

వార్షిక తనిఖీల్లో భాగంగా వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ ఎన్. శ్వేత, ఐపీఎస్ శుక్రవారం వరంగల్ ట్రాఫిక్ పోలీస్ స్టేషన్‌ను తనిఖీ చేశారు. స్టేషన్‌కు చేరుకున్న సీపీకి స్టేషన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ మొక్కను అందజేసి స్వాగతం పలకగా, సాయుధ పోలీసులు గౌరవ వందనం సమర్పించారు. అనంతరం సీపీ పోలీస్ సిబ్బంది కిట్ ఆర్టికల్స్‌ను పరిశీలించారు. తనిఖీలో భాగంగా పోలీస్ స్టేషన్‌లోని వివిధ రికార్డులను సీపీ పరిశీలించారు. సిబ్బంది విధుల నిర్వహణ, వాహనాల తనిఖీలు, ట్రాఫిక్ నిబంధనల అమలు, రోడ్డు ప్రమాదాల నివారణకు చేపడుతున్న చర్యలపై అధికారులను అడిగి వివరాలు తెలుసుకున్నారు. అలాగే సిబ్బందితో మాట్లాడి శాఖాపరంగా ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా సీపీ ఎన్. శ్వేత మాట్లాడుతూ నగరంలో ట్రాఫిక్ క్రమబద్ధీకరణకు ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. వాహనదారులు, పాదచారుల భద్రతకు అవసరమైన చర్యలను పకడ్బందీగా అమలు చేయాలని ఆదేశించారు. తరచుగా ప్రమాదాలు జరిగే ప్రాంతాలను గుర్తించి, ఆయా ప్రాంతాల్లో ప్రమాదాల నివారణకు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణకు తగిన చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. ట్రాఫిక్ నిబంధనలు ఉల్లంఘించే వారిపై చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవడంతో పాటు ప్రజల్లో ట్రాఫిక్ నిబంధనలపై అవగాహన పెంచేందుకు విస్తృతంగా కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని సీపీ తెలిపారు. వాహనదారులు రహదారి భద్రతా నిబంధనలు పాటించేలా అవగాహన కల్పించాలని సూచించారు. ట్రాఫిక్ పోలీస్ సిబ్బంది ప్రజలతో మర్యాదపూర్వకంగా వ్యవహరిస్తూ, సమర్థవంతమైన సేవలు అందించాలని సీపీ పేర్కొన్నారు. విధుల పట్ల అంకితభావంతో పనిచేస్తూ ప్రజలకు మెరుగైన పోలీసింగ్ సేవలు అందించాలని సూచించారు. స్టేషన్‌లో రికార్డుల నిర్వహణ, సిబ్బంది పనితీరు, విధుల కేటాయింపు తదితర అంశాలను కూడా సీపీ పరిశీలించారు. ప్రజల భద్రతకు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణకు పోలీస్ సిబ్బంది సమన్వయంతో పనిచేయాలని సీపీ ఆదేశించారు. ట్రాఫిక్ సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు గుర్తించి పరిష్కరించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ వార్షిక తనిఖీలో ట్రాఫిక్ అదనపు డీసీపీ ప్రభాకర్ రావు, ఏసీపీ సత్యనారాయణ, ఎస్ఐలు, ట్రాఫిక్ పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

తిరుపతిలో పోయిన మొబైల్.. హసన్‌పర్తి పోలీసుల చొరవతో రికవరీ

- సీఈఐఆర్ సాంకేతికతతో మొబైల్‌ను గుర్తించి బాధితుడికి అప్పగింత

హసన్‌పర్తి, 11 సెప్టెంబర్,జై భీమ్ న్యూస్ :

తిరుపతిలో పోగొట్టుకున్న మొబైల్ ఫోన్‌ను హసన్‌పర్తి పోలీసులు సీఈఐఆర్ సాంకేతిక పరిజ్ఞానం సహాయంతో గుర్తించి రికవరీ చేసి బాధితుడికి అప్పగించారు. వివరాల్లోకి వెళితే.. హసన్‌పర్తి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధికి చెందిన ఎన్. ప్రశాంత్ గత మే 30న తిరుపతిలో తన మొబైల్ ఫోన్‌ను పోగొట్టుకున్నారు. దీంతో ఆయన హసన్‌పర్తి పోలీసులను ఆశ్రయించగా, పోలీసులు సీఈఐఆర్ సాంకేతికత ద్వారా మొబైల్ ఫోన్ ఆచూకీ కోసం దర్యాప్తు చేపట్టారు. హసన్‌పర్తి పీఎస్ సీఈఐఆర్ ఆపరేటర్ ఎం. సోమన్న (పీసీ), క్రైమ్ పార్టీ కె. తిరుపతి (పీసీ) సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగించి దర్యాప్తు చేయగా, పోయిన మొబైల్ ఫోన్ తిరుపతిలో ఉన్నట్లు గుర్తించారు. అనంతరం ప్రత్యేక శ్రద్ధతో చర్యలు చేపట్టి తిరుపతి నుంచి మొబైల్ ఫోన్‌ను కొరియర్ ద్వారా హసన్‌పర్తి పోలీస్ స్టేషన్‌కు తెప్పించారు. రికవరీ చేసిన మొబైల్ ఫోన్‌ను శుక్రవారం (సెప్టెంబర్ 11) హసన్‌పర్తి పోలీస్ స్టేషన్‌లో ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎ. మహేందర్ బాధితుడు ఎన్. ప్రశాంత్‌కు అందజేశారు. తన మొబైల్ ఫోన్‌ను సాంకేతిక పరిజ్ఞానంతో గుర్తించి రికవరీ చేసి అందజేసిన హసన్‌పర్తి పోలీసులకు బాధితుడు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. పోలీసుల సాంకేతిక నైపుణ్యం, ప్రత్యేక చొరవతో దూర ప్రాంతంలో పోగొట్టుకున్న మొబైల్‌ను రికవరీ చేయడం పట్ల స్థానికులు అభినందించారు.

నాగారంలో కంది చేనులో డ్రోన్‌తో మందుల పిచికారీ

- ఫామ్ స్కూల్ కార్యక్రమంలో భాగంగా సస్యరక్షణపై రైతులకు అవగాహన

హసన్‌పర్తి (నాగారం), సెప్టెంబర్ 11, జై భీమ్ న్యూస్ :

హసన్‌పర్తి మండలం నాగారం గ్రామంలో రైతు నేతాని ఉమారెడ్డి కంది చేనులో నిర్వహిస్తున్న ఫామ్ స్కూల్ కార్యక్రమంలో భాగంగా వ్యవసాయ శాఖ ఆధ్వర్యంలో శుక్రవారం డ్రోన్ సాంకేతికతతో మందుల పిచికారీ చేపట్టారు. కంది పంటలో ఆకు ముడత, ఆకు జాలీ పురుగు ఉధృతి గుర్తించిన నేపథ్యంలో పురుగు నివారణకు వేపనూనె, క్లోరిపైరిఫాస్ మందులను డ్రోన్ ద్వారా పిచికారీ చేశారు. ఫామ్ స్కూల్‌లో భాగంగా వ్యవసాయ అధికారులు కంది పంటను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించి పురుగు ఉధృతిని గుర్తించారు. ఈ సందర్భంగా రైతులకు కంది పంటలో సమగ్ర సస్యరక్షణ చర్యలు, పురుగుల నివారణ పద్ధతులపై అవగాహన కల్పించారు. అనంతరం ఫామ్ స్కూల్ చేనులోనే డ్రోన్ సాంకేతికతను ఉపయోగించి మందుల పిచికారీ నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా మండల వ్యవసాయ అధికారి అడ్లూరి అనూరాధ మాట్లాడుతూ.. డ్రోన్ ద్వారా మందుల పిచికారీ చేయడం వల్ల తక్కువ సమయంలో పంటకు సమానంగా మందులు అందించడంతో పాటు రైతులకు సమయం, శ్రమ ఆదా అవుతాయని తెలిపారు. రైతులు కంది పంటను క్రమం తప్పకుండా పరిశీలిస్తూ, పురుగు ఉధృతిని బట్టి వ్యవసాయ అధికారుల సూచనల మేరకు సస్యరక్షణ చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. కార్యక్రమంలో హసన్‌పర్తి వ్యవసాయ శాఖ అధికారి అనూరాధ, కమలాపూర్ వ్యవసాయ శాఖ అధికారి వేణు, నాగారం ఏఈఓ శైలజతో పాటు నాగారం గ్రామానికి చెందిన రైతులు పాల్గొన్నారు.

మానవ హక్కుల పరిరక్షణే లక్ష్యం

- బీహెచ్‌ఆర్‌సి పల్నాడు జిల్లా నూతన కమిటీ నియామకం
- పెదకాకానిలో భారత్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమిషన్ స్టేట్ కమిటీ సమావేశం

పెదకాకాని (జై భీమ్ న్యూస్)

భారత్ హ్యూమన్ రైట్స్ కమిషన్ (బీహెచ్‌ఆర్‌సి) స్టేట్ క మిటీ సమావేశం ఈరోజు పెదకాకానిలో నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో నేషనల్ కమిటీ నాయకులు, స్టేట్ కమిటీ నా యకులు పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా ప్రజలకు మానవ హ క్కులపై అవగాహన కల్పించడం, హక్కుల ఉల్లంఘనలకు గురై న వారికి అండగా నిలవడం, చట్టపరమైన హక్కులపై ప్రజల్లో చైతన్యం పెంపొందించడం వంటి అంశాలపై నాయకులు చర్చించారు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ హక్కులతో పాటు బాధ్య తలపై కూడా అవగాహన కలిగి ఉండాలని సూచించారు. సమావేశంలో భాగంగా బీహెచ్‌ఆర్‌సి పల్నాడు జిల్లా కమిటీని ప్రకటించి నూతన బాధ్యులను నియమించారు.

పల్నాడు జిల్లా కమిటీ బాధ్యులు: ప్రెసిడెంట్: కంతేటి రమేష్ వైస్ ప్రెసిడెంట్: ఎన్. రాజేష్, సెక్రటరీ: ఎం. సూరిబాబు జాయింట్ సెక్రటరీ: కె. చిట్టిబాబు, ఇన్‌చార్జ్: జి. సురేష్ బాబు, లీగల్ అడ్వైజర్: ఐ. నాగరాజునూతనంగా నియమితులైన జిల్లా కమిటీ సభ్యులు మానవ హక్కుల పరిరక్షణకు కట్టుబడి పనిచేయాలని, ప్రజలకు హక్కులపై అవగాహన కల్పిస్తూ బాధితులకు అవసరమైన సహాయ సహకారాలు అందించాలని నాయకులు సూచించారు.నూతన బాధ్యతలు స్వీకరించిన కమిటీ సభ్యులు తమపై నమ్మకంతో బాధ్యతలు అప్పగించిన నేషనల్, స్టేట్ కమిటీ నాయకులకు కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. మానవ హక్కుల పరిరక్షణ కోసం ప్రజలకు అందుబాటులో ఉంటూ నిబద్ధతతో పనిచేస్తామని తెలిపారు.

పత్తి రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

- ఎల్నినో ప్రభావం.. నీటి ఎద్దడితో పూత రాలే అవకాశం
- రసం పీల్చే పురుగుల ఉధృతిపై కేవీకే శాస్త్రవేత్తల హెచ్చరిక

వర్ధన్నపేట, 11 సెప్టెంబర్, జై భీమ్ న్యూస్

పత్తి పంట ప్రస్తుతం పూత దశలో ఉన్న నేపథ్యంలో రైతులు అప్రమత్తంగా ఉండాలని కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం (కేవీకే) మామునూరు శాస్త్రవేత్తల బృందం సూచించింది. వర్ధన్నపేట మండలంలోని దమ్మన్నపేట, అంబేద్కర్ నగర్, రెడ్డిపాలెం గ్రామాల్లో శాస్త్రవేత్తలు క్షేత్రస్థాయి పర్యటనలు నిర్వహించి పత్తి పంట పరిస్థితిని పరిశీలించారు. ఇటీవల వర్షాలు తగ్గుముఖం పట్టడంతో నేలలో తేమ శాతం తగ్గి పంటలో అక్కడక్కడా పూత రాలుతున్నట్లు గుర్తించారు. ఎల్నినో ప్రభావం, నీటి ఎద్దడి, ఉష్ణోగ్రతల్లో మార్పులు, పోషక అసమతుల్యతతో పాటు పచ్చదోమ, తామర పురుగులు, పెనుబంక, తెల్లదోమ వంటి రసం పీల్చే పురుగుల ఉధృతి పెరిగే అవకాశం ఉందని సస్యరక్షణ శాస్త్రవేత్త డా. రాజు తెలిపారు. పూత, కాయ ఏర్పడే దశ పత్తి పంటకు అత్యంత కీలకమని, ఈ దశలో నేలలో తగినంత తేమ ఉండేలా రైతులు చర్యలు చేపట్టాలని శాస్త్రవేత్తలు సూచించారు. వర్షాలు తగ్గిన పరిస్థితుల్లో నేల తేమను పరిశీలించి అవసరాన్ని బట్టి తేలికపాటి నీటితడులు ఇవ్వాలని, నీటి లభ్యత తక్కువగా ఉన్నప్పుడు పూత, కాయ ఏర్పడే దశలకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని తెలిపారు. మొక్కల చుట్టూ పంట అవశేషాలతో మల్చింగ్ చేయడం, అంతర సేద్యం ద్వారా నేలపై ఏర్పడిన గట్టి పొరను తొలగించడం వల్ల తేమను నిలుపుకోవచ్చన్నారు. అధికంగా నీరు పెట్టకుండా, నీరు నిల్వ ఉండకుండా పంట అవసరానికి అనుగుణంగా నీటి యాజమాన్యం చేపట్టాలని సూచించారు. తేమ ఒత్తిడిలో ఉన్న పంటకు అధిక మోతాదులో యూరియా, ఇతర నత్రజని ఎరువులు వేయరాదని, నేల పరీక్ష ఆధారంగా సమతుల్య పోషక యాజమా న్యం పాటించాలని తెలిపారు. పూత రాలడం అధికంగా కనిపిస్తే ముందుగా నేల తేమను పునరుద్ధరించాలని, పోషక లోపాలు ఉంటే మాత్రమే సిఫారసు చేసిన మోతాదులో పొటాష్, సూక్ష్మపోషకాలు వినియోగించాలని సూచించారు. పంట పరిస్థితి, స్థానిక సిఫారసుల మేరకు ఒక శాతం పొటాషియం నైట్రేట్ ద్రావణాన్ని లీటరు నీటికి 10 గ్రాముల చొప్పున కలిపి పిచికారీ చేయవచ్చని తెలిపారు. ఇదిలా ఉండగా, ప్రస్తుత వాతావరణ పరిస్థితుల్లో రసం పీల్చే పురుగులపై రైతులు ప్రత్యేక నిఘా పెట్టాలని శాస్త్రవేత్తలు సూచించారు. లేత ఆకులు, మొగ్గలు, పూతలు, ఆకుల అడుగు భాగాలను క్రమం తప్పకుండా పరిశీలించి పురుగుల ఉధృతిని ప్రారంభ దశలోనే గుర్తించాలన్నారు. పొలాల్లో కలుపు మొక్కలను నియంత్రించడంతో పాటు తెల్లదోమల పర్యవేక్షణకు ఎకరానికి 8--10 పసుపు రంగు జిగురు అట్టలు, తామర పురుగులు, ఇతర చిన్న పురుగుల పర్యవేక్షణకు 8--10 నీలి రంగు జిగురు అట్టలు ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు. పురుగుల ఉధృతి ఆర్థిక నష్ట స్థాయికి చేరినప్పుడు మాత్రమే వ్యవసాయ శాస్త్రవేత్తల సిఫారసుల మేరకు పురుగుమందులు వినియోగించాలని తెలిపారు. అవసరాన్ని బట్టి ఇమిడాక్లోప్రిడ్ 17.8 ఎస్ఎల్, థయామెథాక్సామ్ 25 డబ్ల్యుజీ వంటి మందులను సిఫారసు చేసిన మోతాదులో వినియోగించవచ్చని, తామర పురుగుల నియంత్రణకు స్పినోసాడ్ 45 ఎస్‌సీ, ఫిప్రోనిల్ 5 ఎస్‌సీ, తెల్లదోమ నియంత్రణకు పైరిప్రాక్సీఫైన్, డైనోటుఫురోన్ వంటి మందులను పురుగు రకం, ఉధృతి, పంట దశను బట్టి ఎంపిక చేయాలని సూచించారు. మందుల ఎంపికలో స్థానిక వ్యవసాయ అధికారులు లేదా శాస్త్రవేత్తల సలహా తీసుకోవాలని తెలిపారు. ఒకే రసాయన మందును పదేపదే ఉపయోగించకుండా వేర్వేరు చర్యా విధానాలకు చెందిన మందులను మారుస్తూ వినియోగించాలని, సిఫారసు చేసిన మోతాదును మించరాదని, అనవసరంగా మందులను కలిపి పిచికారీ చేయకూడదని శాస్త్రవేత్తలు సూచించారు. పిచికారీ సమయంలో ఆకుల అడుగు భాగం, లేత కొమ్మలు, పూతలపై మందు సమంగా పడేలా చూడాలని, పత్తి పూత దశలో తేనెటీగల సంచారం ఎక్కువగా ఉండే అవకాశం ఉన్నందున అవసరమైన పిచికారీలను సాయంత్రం వేళల్లో చేపట్టాలని తెలిపారు. పురుగుమందులు వినియోగించే సమయంలో చేతి తొడుగులు, మాస్క్, రక్షణ దుస్తులు ధరించాలని సూచించారు. పత్తిలో పూత రాలడానికి నేలలో తేమ తగ్గడం, ఉష్ణోగ్రత మార్పులు, పోషక అసమతుల్యత, రసం పీల్చే పురుగుల ఉధృతి వంటి పలు కారణాలు ఉండవచ్చని శాస్త్రవేత్తలు వివరించారు. కాబట్టి పూత రాలడం కనిపించిన వెంటనే అధిక మోతాదులో ఎరువులు, పురుగుమందులు వినియోగించకుండా కారణాన్ని గుర్తించి తగిన చర్యలు చేపట్టాలని సూచించారు. పంటను క్రమం తప్పకుండా పరిశీలిస్తూ తేమ, పోషకాలు, కలుపు, పురుగుల యాజమాన్యంపై సమగ్రంగా దృష్టి పెట్టడం ద్వారా పూత రాలడాన్ని, పంట నష్టాన్ని తగ్గించుకోవచ్చని కేవీకే మామునూరు శాస్త్రవేత్తల బృందం రైతులకు సూచించింది.

కిరాణా షాపు నుంచి కార్పొరేట్ స్టోర్ వరకు..

వినియోగదారులే జాగ్రత్త!

- మోసాలకు గురికాకుండా హక్కులు, బాధ్యతలు తెలుసుకోవాలి
- ప్రతి కొనుగోలుకు బిల్లు తీసుకోవాలి : అనిల్ కాందారి

హైద్రాబాద్, 11 సెప్టెంబర్ (జై భీమ్ న్యూస్)

ప్రస్తుత మార్కెట్ వ్యవస్థలో వస్తువులు, సేవలు కొనుగోలు చేసే ప్రతి ఒక్కరూ తమ హక్కులు, బాధ్యతలపై పూర్తి అవగాహన కలిగి ఉండాలని ది నేషనల్ కన్స్యూమర్ రైట్స్ కమిషన్ మీడియా కో ఆర్డినేటర్ (హెచ్) అనిల్ కాందారి సూచించారు. గ్రామాల్లోని చిన్న కిరాణా షాపుల నుంచి పట్టణాలు, నగరాల్లోని పెద్ద సూపర్ మార్కెట్లు, కార్పొరేట్ స్టోర్లు, షాపింగ్ మాల్స్, ఆన్‌లైన్ మార్కెట్ల వరకు ఎక్కడ కొనుగోలు చేసినా వినియోగదారులు అప్రమత్తంగా వ్యవహరించాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. ఆకర్షణీయమైన ప్రకటనలు, భారీ డిస్కౌంట్లు, ప్రత్యేక ఆఫర్లు, కాంబో ప్యాకేజీలు, బై వన్ గెట్ వన్ వంటి పథకాల పేరుతో వినియోగదారులను ఆకర్షించే పరిస్థితులు మార్కెట్‌లో ఉన్నాయని, అయితే ప్రతి ఆఫర్ వినియోగదారుడికి ప్రయోజనకరంగా ఉండకపోవచ్చని తెలిపారు. అందువల్ల ప్రకటనలు, ఆఫర్లను చూసి తొందరపడి కొనుగోలు చేయకుండా ఉత్పత్తి పూర్తి వివరాలను పరిశీలించిన తర్వాతే నిర్ణయం తీసుకోవాలని సూచించారు.వస్తువు కొనుగోలు చేసే ముందు తయారీ తేదీ, గడువు తేదీ, ఎంఆర్‌పి, నికర బరువు, బ్యాచ్ నంబర్, తయారీదారు వివరాలు, నాణ్యత, వారంటీ తదితర అంశాలను పరిశీలించాలని తెలిపారు. ముఖ్యంగా ఆహార పదార్థాలు, కాస్మెటిక్స్ తదితర ఉత్పత్తుల విషయంలో గడువు తేదీని తప్పనిసరిగా పరిశీలించాలని అన్నారు. ప్యాకెట్‌పై ముద్రించిన ఎం.ఆర్.పి కంటే అధికంగా వసూలు చేస్తున్నారా, బరువు లేదా పరిమాణంలో తేడా ఉందా అనే విషయాలను కూడా గమనించాలన్నారు. చిన్న మొత్తానికి కిరాణా షాపులో వస్తువు కొనుగోలు చేసినా, పెద్ద మొత్తంలో కార్పొరేట్ స్టోర్‌లో కొనుగోలు చేసినా బిల్లు లేదా రశీదు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలని అనిల్ కాందారి సూచించారు. బిల్లు లేకపోతే భవిష్యత్తులో వస్తువులో నాణ్యత లోపం, అధిక ధర వసూలు, తప్పుడు ఉత్పత్తి లేదా సేవలో లోపం వంటి సమస్యలు తలెత్తినప్పుడు ఫిర్యాదు చేయడంలో ఇబ్బందులు ఎదురయ్యే అవకాశం ఉందన్నారు. ప్రతి కొనుగోలుకు బిల్లు తీసుకోవడాన్ని వినియోగదారులు తమ అలవాటుగా మార్చుకోవాలని తెలిపారు. గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో స్థానిక కిరాణా దుకాణాలపై ఆధారపడే వినియోగదారులు కూడా ఏమాత్రం నిర్లక్ష్యం చేయకూడదని, చిన్న వస్తువైనా పెద్ద వస్తువైనా దాని ధర, నాణ్యత, గడువు తేదీ తదితర వివరాలను పరిశీలించాలని సూచించారు. అదే విధంగా పెద్ద షాపులు, సూపర్ మార్కెట్లు, కార్పొరేట్ సంస్థలపై నమ్మకంతో వివరాలు పరిశీలించకుండా కొనుగోలు చేయడం కూడా సరికాదన్నారు. షాపు చిన్నదా, పెద్దదా అనేది ముఖ్యం కాదని.. వినియోగదారుడి హక్కులు ప్రతి చోటా సమానమేనని స్పష్టం చేశారు. ప్రస్తుతం ఆన్‌లైన్ కొనుగోళ్లు విస్తృతంగా పెరిగిన నేపథ్యంలో వినియోగదారులు మరింత అప్రమత్తంగా ఉండాలని తెలిపారు. ఆన్‌లైన్‌లో వస్తువు కొనుగోలు చేసే ముందు విక్రేత వివరాలు, ఉత్పత్తి నాణ్యత, ధర, డెలివరీ ఛార్జీలు, రిటర్న్, రీఫండ్, వారంటీ నిబంధనలను పరిశీలించాలని సూచించారు. అనుమానాస్పద వెబ్‌సైట్లు, నకిలీ ఆఫర్లు, గుర్తుతెలియని లింకులు, మోసపూరిత ప్రకటనలకు ఆకర్షితులు కాకుండా జాగ్రత్త వహించాలని తెలిపారు. వస్తువు నాసిరకంగా ఉన్నా, సేవలో లోపం ఉన్నా, తప్పుడు సమాచారం ఇచ్చినా, అధిక ధర వసూలు చేసినా వినియోగదారులు మౌనం వహించకూడదని అనిల్ కాందారి అన్నారు. సంబంధిత వ్యాపారి లేదా సేవా సంస్థను సంప్రదించి సమస్యను పరిష్కరించుకునేందుకు ప్రయత్నించాలని, పరిష్కారం లభించని సందర్భంలో అందుబాటులో ఉన్న అధికారిక వినియోగదారుల ఫిర్యాదు వ్యవస్థను ఆశ్రయించాలని సూచించారు. ఫిర్యాదు చేసే సమయంలో బిల్లు, రశీదు, వారంటీ కార్డు, ఫోటోలు, ఇతర సంబంధిత ఆధారాలను భద్రపరచుకోవడం ఎంతో ముఖ్యమన్నారు. వినియోగదారులకు హక్కులు ఉన్నట్లే బాధ్యతలు కూడా ఉన్నాయని ఆయన పేర్కొన్నారు. కొనుగోలు చేసే ముందు వస్తువు వివరాలు పరిశీలించడం, సరైన బిల్లు తీసుకోవడం, ఉత్పత్తిని సూచించిన విధంగా వినియోగించడం, నిబంధనలు చదవడం, సమస్య ఎదురైనప్పుడు సరైన ఆధారాలతో ఫిర్యాదు చేయడం ప్రతి వినియోగదారుడి బాధ్యత అని తెలిపారు. "వినియోగదారుడు తన హక్కులను తెలుసుకున్నప్పుడే మోసాలను ధైర్యంగా ఎదుర్కోగలడు. అవగాహనతో కొనుగోలు చేస్తే అనేక మోసాలను నివారించవచ్చు. గ్రామంలోని కిరాణా షాపు నుంచి కార్పొరేట్ స్టోర్ వరకు ప్రతి చోట వినియోగదారుడు అప్రమత్తంగా ఉండాలి. హక్కులను తెలుసుకోవడంతో పాటు బాధ్య తలను కూడా పాటించాలి. మోసాలకు గురైనప్పుడు ప్రశ్నించాలి.. న్యాయం కోసం సరైన మార్గంలో పోరాడాలి" అని ది నేషనల్ కన్స్యూమర్ రైట్స్ కమిషన్ మీడియా కో ఆర్డినేటర్ అనిల్ కాందారి పిలుపునిచ్చారు.

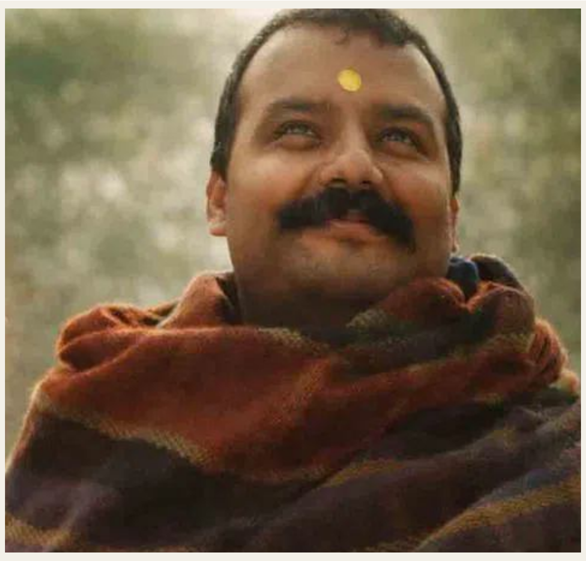
ఆధునిక సాంకేతికతపై కమిషనర్ టి. వెంకన్న ప్రత్యేక దృష్టి

- ఐఎఫ్ఏటీ ఇండియా--2026లో సాంకేతిక పరిజ్ఞానాల పరిశీలన
- భూగర్భ మురుగునీటి వ్యవస్థకు అత్యాధునిక విధానాలపై అధ్యయనం

ముంబై, 11 సెప్టెంబర్ 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

వరంగల్ నగరాన్ని భవిష్యత్ అవసరాలకు అనుగుణంగా అభివృద్ధి చేయడంపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించిన గ్రేటర్ వరం గల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కమిషనర్ టి. వెంకన్న, ముం బైలో నిర్వహించిన ఐఎఫ్ఏటీ ఇండియా--2026 ప్రదర్శన ను శుక్రవారం సందర్శించారు. నగరానికి ఉపయోగపడే ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాలను స్వయంగా పరిశీలిస్తూ, వాటి పనితీరు, ప్రయోజనాలు, స్థానిక పరిస్థితులకు అన్వయించే విధానాలపై సంబంధిత సంస్థల ప్రతినిధులతో వివరంగా చర్చించారు.మంచినీటి సరఫరా, ఘన వ్యర్థాల నిర్వహణ, మురుగునీటి శుద్ధి, పారిశుధ్య నిర్వహణలో అందుబాటులోకి వచ్చిన నూతన సాంకేతికతలను కమిషనర్ టి. వెంకన్న ప్రత్యేకంగా పరిశీలించారు. నీటి వృథాను అరి కట్టడం, వ్యర్థాలను శాస్త్రీయ పద్ధతిలో వేరు చేయడం, పునర్వినియోగం, మురుగునీటిని శుద్ధి చేసి తిరిగి విని యోగించడం వంటి అంశా లపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు. వరంగల్‌లో త్వరలో చేపట్టనున్న భూగర్భ మురుగునీటి వ్యవస్థను దృష్టిలో ఉంచుకుని, సీవరేజ్ నిర్వహణకు సంబంధించి న ఆధునిక సాంకేతికతలపై కమిషనర్ ప్రత్యేకంగా దృష్టి పెట్టారు. గృహాల సెప్టిక్ ట్యాంకులు, తనిఖీ గదులు, పైపుల అనుసంధానం, ప్రధాన పైప్‌లైన్ల ఏర్పాటు తదితర అంశాల్లో ఆధునిక విధానాలను పరిశీలించారు. వరంగల్ నగర అవసరాలకు సరిపోయే సాంకేతికతను ఎంపిక చేయడమే లక్ష్యంగా కమిషనర్ టి. వెంకన్న వివిధ సంస్థల ప్రతినిధులతో చర్చించారు. ఆస్ట్రల్, సిన్‌టెక్స్ తది తర సంస్థలు ప్రతిపాదించిన పైపుల సాంకేతికతలను కూడా పరిశీలించి, వాటి వినియోగంపై వివరాలు తెలుసుకున్నారు. అదేవిధంగా ఆధునిక సాంకేతికతతో కూడిన బిల్లింగ్ పరి కరాల పనితీరును కూడా కమిషనర్ పరిశీలించారు. నగర పాలనలో సాంకేతికతను విస్తృతంగా వినియోగించడం ద్వా రా సేవలను మరింత వేగవంతంగా, పారదర్శకంగా, సమ ర్థవంతంగా అందించవచ్చని ఆయన పేర్కొన్నారు."వరంగల్ నగర భవిష్యత్ అవసరాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని ఆధునిక సాంకేతికతను అందిపు చ్చుకోవాలి. ప్రజలకు మెరుగైన మౌ లిక సదుపాయాలు అందించడంతో పాటు పర్యావరణ పరి రక్షణకు ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి" అని కమిషనర్ టి. వెంకన్న తెలిపారు.ఐఎఫ్ఏటీ ఇండియా--2026 ప్రదర్శన ద్వారా నగర పారిశుధ్యం, నీటి నిర్వహణ, వ్యర్థాల శాస్త్రీయ నిర్వహణ, భూగర్భ మురుగునీటి వ్యవస్థలకు సంబంధించిన అత్యాధునిక పరిజ్ఞానంపై విలువైన అవగాహన లభించిందని ఆయన పేర్కొన్నారు. వరంగల్ నగరానికి ప్రయోజనం చేకూర్చే సాంకేతిక తలను గుర్తించి, వాటిని భవిష్యత్ ప్రాజెక్టుల్లో వినియోగించేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామని తెలిపారు.ఈ ప్రదర్శనలో సీడీఎంఏ జాయింట్ డైరెక్టర్ ఫల్గుణ్ కుమార్‌తో పాటు కరీంనగర్, ఖమ్మం, రామగుండం మున్సిపల్ కమిషనర్లు ప్రఫుల్ దేశాయ్, అభిషేక్ అగస్త్య, జల్ద అరుణ కుమారి తదితర పాల్గొన్నారు.

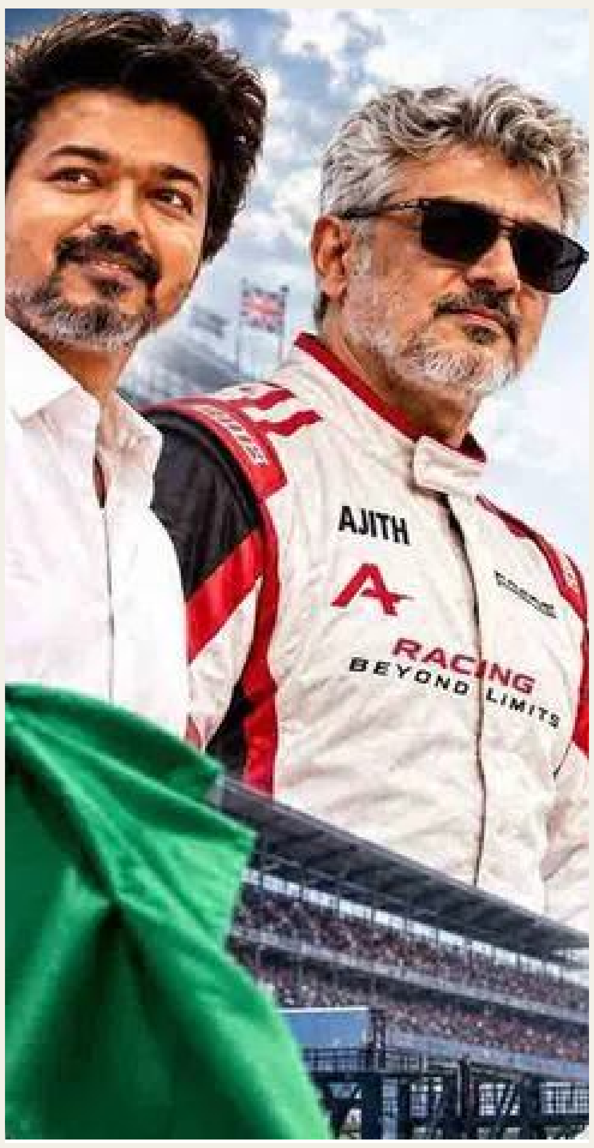
జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem



'హనుమాన్ అంశ్'.. సెప్టెంబర్ 18న
గ్రాండ్ రిలీజ్!

జై భీమ్ న్యూస్, సినిమా :
ఆధ్యాత్మిక గురువు నీమ్ కరోలి బాబా జీవితాధారంగా తెరకెక్కిన సంచలన హిందీ భక్తిరస చిత్రం 'హనుమాన్ అంశ్' ఇప్పుడు అధికారికంగా తెలుగు ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చేందుకు సిద్ధమైంది. ఎలాంటి భారీ అంచనాలు లేకుండా కేవలం రూ.2 కోట్ల చిన్న బడ్జెట్‌తో విడుదలై, బాక్సాఫీస్ వద్ద వంద కోట్ల రూపాయలకు పైగా వసూళ్లతో అఖండ విజయాన్ని సొంతం చేసుకున్న ఈ చిత్రాన్ని తెలుగులో గ్రాండ్ రిలీజ్ చేసేందుకు సన్నాహాలు పూర్తయ్యాయి.టాలీవుడ్ ప్రముఖ దర్శకుడు, మాటల మాంత్రికుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ ఈ చిత్రాన్ని తెలుగులో సమర్పిస్తుండగా, ఫార్చున్ ఫోర్ సినిమాస్ సంస్థ తెలుగు థియేట్రికల్ విడుదలను చేపట్టింది. విశాల్ చతుర్వేది దర్శకత్వం వహించిన ఈ చిత్రంలో శోభినావ్ సత్య, విహాన్ శెడ్గే ప్రధాన పాత్రల్లో నటించారు. నీమ్ కరోలి బాబా భక్తుల భావోద్వేగాలను, ఆయన జీవితంలోని ముఖ్య ఘట్టాలను అద్భుతంగా ఆవిష్కరించిన ఈ సినిమా తెలుగు ప్రేక్షకులను కూడా ఎంతగానో ఆకట్టుకుంటుందని చిత్ర యూనిట్ ధీమా వ్యక్తం చేస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే అన్ని కార్యక్రమాలను పూర్తి చేసుకున్న ఈ చిత్రం సెప్టెంబర్ 18న అత్యంత భారీ స్థాయిలో తెలుగు తెరపైకి రానుంది.

అజిత్ కార్ రేసింగ్ ఈవెంట్‌కు
చీఫ్ గెస్ట్‌గా సీఎం విజయ్..



జై భీమ్ న్యూస్, సినిమా :
ఇంగ్లాండ్‌లోని ప్రఖ్యాత సిల్వర్‌స్టోన్ సర్క్యూట్‌లో జరగనున్న మిచెలిన్ లీ మాన్స్ కప్ కార్ రేసింగ్ ఈవెంట్‌కు సంబంధించి క్రేజీ అప్‌డేట్ వచ్చింది. తమిళనాడు ముఖ్య మంత్రి సి. జోసెఫ్ విజయ్ ఈ రేసింగ్ పోటీకి ప్రత్యేక అతిథిగా హాజరుకానున్నారు. యూకేలో పోటీపడుతున్న భారతీయ డ్రైవర్లకు మద్దతుగా నిలవడంతో పాటు, 44 కార్ల గ్రిడ్ ముందు ప్రారంభమయ్యే ఈ రెండు గంటల ఎండ్యూరెన్స్ రేసును సీఎం విజయ్ అధికారికంగా పచ్చ జెండా ఊపి ప్రారంభించనున్నారు. ఈ విషయాన్ని లీ మా న్స్ కప్ నిర్వాహకులు తమ అధికారిక సామాజిక మా ధ్యమాల ద్వారా స్పష్టం చేశారు.సెప్టెంబర్ 12న సిల్వర్‌స్టోన్ యొక్క 5.891 కిలోమీటర్ల గ్రాండ్ ప్రిక్స్ సర్క్యూట్‌లో ఈ ప్రతిష్టాత్మక రేసు జరగనుంది. ఈ ఛాంపియన్‌షిప్ ఐదవ రౌండ్‌లో ప్రముఖ నటుడు, రేసర్ అజిత్ కుమార్ కూడా బరిలో దిగుతున్నారు. అజిత్ రెడ్‌ఆంట్ బై విరాజ్ తరఫున ఎల్‌ఎంపీ3 ప్రో/యామ్ విభాగంలో ఫ్రాన్స్‌కు చెందిన రోమెయిన్ వోస్నియాక్‌తో కలిసి అజిత్ కుమార్ ఈ రేసులో పాల్గొంటున్నారు. అలాగే మాజీ ఫార్ములా వన్ డ్రైవర్ నారాయణ్ కార్తికేయన్, ఆదిత్య పటేల్ జోడీ సైతం మరో ఎల్‌ఎంపీ3 విభాగంలో అజిత్ రెడ్ ఆంట్ రేసింగ్ తరఫున ప్రత్యేకంగా బరిలో నిలుస్తున్నారు. అయితే ఈ ఈ డవెంట్ కోసం లండన్‌తో పాటు తమిళ ప్రేక్షకులు కూడా ఆసక్తికరంగా ఎదురుచూస్తున్నారు.

ఓటీటీ రంగంలో విప్లవాత్మక మార్పులు

జై భీమ్ న్యూస్, సినిమా :
భారతీయ వినోద రంగంలో సరికొత్త శకానికి తెరలేచింది. ప్రముఖ ఓటీటీ దిగ్గజం జీ5 (వవ5) తన ప్లాట్‌ఫారమ్‌ను అత్యంత ఆధునిక సాంకేతికతతో, సరికొత్త బ్రాండ్ ఐడెంటిటీతో పూర్తిగా మార్చివేసింది. మారుతున్న కాలానికి అనుగుణంగా, ప్రేక్షకుల అభిరుచులకు తగినట్లుగా మొబైల్ కనెక్టెడ్ టీవీ వినియోగదారుల కోసం జీ5 సరికొత్త ఫీచర్లను అందుబాటులోకి తెచ్చింది. వినోదాన్ని వెతకడం నుంచి చూడటం వరకు ప్రతి క్షణాన్ని లీనమయ్యేలా చేసేందుకు ఏఐ టెక్నాలజీని పెద్దఎత్తున జోడించారు.ప్రేక్షకులు తమకు నచ్చిన కంటెంట్‌ను క్షణాల్లో వెతుక్కునేందుకు వీలుగా ఏఐ ఆధారిత పర్సనలైజేషన్‌ను జీ5 తీసుకువచ్చింది. మొబైల్ నుంచి పెద్ద తెరపైకి (టీవీకి) మారినప్పుడు ఎలాంటి అంతరాయం కలగకుండా క్రాస్-స్క్రీన్ ఎక్స్‌పీరియన్స్‌ను రూపొందించారు. అలాగే సబ్‌స్క్రిప్షన్లు, ప్లేబ్యాక్ పరికరాలకు సంబ ంధించిన సమస్యలను ఇట్టే పరిష్కరించే ందుకు నెక్స్ట్-జనరేషన్ ఏఐ కస్టమర్ అసిస్టెంట్‌ను పరిచయం చేశారు. యూజర్ల గోప్యతకు అత్యంత ప్రాధాన్యతనిస్తూ కేటగిరీ-లీడింగ్ డేటా ప్రైవసీ ఫీచర్లను ఇందులో పొందుపరిచారు. భారతీయ కుటుంబాల అందరి అభిరుచులను దృష్టిలో ఉంచుకుని జీ5 ఇప్పుడు ఐదు విభిన్న విభాగాలుగా విభజించబడింది. ప్రీమియం ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్, ఫ్రీ 5, కిడ్స్, టీవీ, స్పోర్ట్స్ విభాగాలుగా దీనిని తీర్చిదిద్దారు. ఇక ఎలాంటి సబ్‌స్క్రిప్షన్ అవసరం లేకుండా ఉచితంగా వినోదాన్ని పంచేందుకు 'ఫ్రీ 5' విభాగాన్ని సరికొ త్తగా రీబూట్ చేశారు. దీని ద్వారా వెబ్ సిరీస్‌లు, సినిమాలు, కొరియన్, చైనీస్ డ్రామాలు, యానిమే, వార్తలు, మైక్రో డ్రామాలు ఉచితంగా అందుబాటులో ఉంటాయి.కేవలం ప్రాంతీయ చిత్రాలకే పరిమితం కాకుండా, జీ5 తన పరిధిని అంతర్జాతీయ స్థాయికి విస్తరించింది. ఇటీవలే ప్రతిష్టాత్మక ఫిఫా వరల్డ్ కప్ క్రీడా హక్కులను దక్కిం చుకున్న జీ5, ఏడు భాషల్లో తన సేవలను అందిస్తోంది.అంతేకాకుండా,సంస్థలతో వ్యూహాత్మక భాగస్వామ్యం కుదుర్చుకుని హాలీవుడ్ ప్రముఖులు నటించిన గ్లోబల్ సినిమాలను డిజిటల్ ప్రీమియర్‌గా అందిస్తోంది. నార్మల్, ది ఇన్‌వైట్, యాంగ్జియస్ పీపుల్, బేబీస్, ది విజార్డ్ ఆఫ్ ది క్రెమ్లిన్ వంటి భారీ చిత్రాలు ఇప్పుడు జీ5లో వీక్షకులను అలరించనున్నాయి.ఈ సందర్భంగా జీ5 ఇండియా ఏఐ-ఇన్నోవేషన్ బిజినెస్ హెడ్ తేజ్‌కరణ్ సింగ్ బజాజ్ మాట్లాడుతూ.. "వినోదాన్ని మరింత సులభంగా, ప్రేక్షకులకు మరింత చేరువయ్యేలా చేయడమే మా లక్ష్యం. ఏఐ సహాయంతో మొబైల్, టీవీ అనుభవాలను పూర్తిగా మార్చేశాము. ఇప్పుడు హాలీవుడ్ గ్లోబల్ కంటెంట్‌ను కూడా జోడించడం ద్వారా ప్రేక్షకులకు మరింత గొప్ప వినోద అనుభవాన్ని అందిస్తున్నాము" అని తెలిపారు.జీ ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్ ఎంటర్‌ప్రైజెస్ లిమిటెడ్ చీఫ్ టెక్నాలజీ ఆఫీసర్ ప్రమోద్ ప్రకాష్ మాట్లాడుతూ.. "యూజర్ల జర్నీని అత్యంత సహజంగా మార్చడమే మా లక్ష్యం. టెక్నాలజీ ఎలాంటి ఆటంకం లేకుండా వెనుక ఉండి పనిచేస్తూ, కేవలం వినోదమే ప్రధానం కావాలన్నదే మా సిద్ధాంతం" అని పేర్కొన్నారు.

కొత్త థ్రిల్లర్ ఎలా ఉంది?

జై భీమ్ న్యూస్, సినిమా :
సుమంత్ ప్రధాన పాత్రలో తెరకెక్కిన తాజా చిత్రం 'మహేంద్రగిరి వారాహి'. సంతోష్ జాగర్లపూడి దర్శకత్వం వహించిన ఈ సినిమా డివోషనల్ మరియు సస్పెన్స్ థ్రిల్లర్ నేపథ్యంలో ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. సిద్ధూ జొన్నలగడ్డ, ఐశ్వర్య రాజేష్ కీలక పాత్రల్లో నటించగా, రాజశ్యామల ఎంటర్‌టైన్‌మెంట్స్ మరియు బ్రిడ్జ్ ఫిలిమ్స్ సంయుక్తంగా నిర్మించాయి. ట్రైలర్ విడుదలైనప్పటి నుంచి మంచి అంచనాలు క్రియేట్ చేసుకున్న ఈ చిత్రం ప్రేక్షకులను ఏ మేరకు మెప్పించిందో చూద్దాం.

కథ
200 ఏళ్ల క్రితం మహేంద్రగిరి సంస్థానంలో జరిగిన ఒక అన్యాయం వల్ల ఆ రాజ వంశానికి వారాహి అమ్మవారి శాపం తగులుతుంది. ఆ వంశంలో జన్మించే ప్రతి మగబిడ్డ 33 ఏళ్లు నిండేసరికి మరణిస్తాడనే నమ్మకం ఉంటుంది. 1993లో రాజేంద్ర వర్మ (సిద్ధూ జొన్నలగడ్డ) ఈ శాపాన్ని నమ్మనప్పటికీ ప్రమాదంలో ప్రాణాలు కోల్పోతాడు. ప్రస్తుత కాలంలో దేవుళ్లు, దయ్యాల పేరుతో జరిగే మోసాలను తన యూట్యూబ్ ఛానల్ ద్వారా బట్టబయలు చేసే సిద్ధార్థ్ (సుమంత్), తన కుటుంబంతో కలిసి మహేంద్రగిరి వారాహి ఆలయానికి వెళ్తాడు. అదే రోజు రాజవంశ వారసుడైన నరేంద్ర వర్మ (వంశీ చాగంటి) పుట్టినరోజు వేడుకల్లో భాగంగా జరిగిన ప్రమాదంలో సిద్ధార్థ్ అన్న రాజీవ్ (కమల్ కామరాజు) కూడా మృతి చెందుతాడు. ఈ వరుస మరణాల వెనక ఉన్న అసలు నిజం ఏమిటి? 200 ఏళ్ల క్రితం జరిగిన ఆ ఘటనకు ఇప్పటి మరణాలకు సంబంధం ఏమిటి? ఈ మిస్టరీని హీరో సిద్ధార్థ్ ఎలా ఛేదించాడు అనేదే మిగతా కథ.

విశ్లేషణ
ఇలాంటి డివోషనల్ మిస్టరీ థ్రిల్లర్స్ తెలుగు తెరపై కొత్తేం కాదు. 'మురారి', 'కార్తికేయ' వంటి చిత్రాల కోవలోకి చెందిన పాయింటే అయినప్పటికీ, దర్శకుడు దీనికి వారాహి అమ్మవారి నేపథ్యాన్ని జోడించి కొత్తగా చూపించే ప్రయత్నం చేశాడు. సినిమా ప్రథమార్థం కొంత నెమ్మదిగా సాగుతుంది. రొటీన్ సన్నివేశాలతో ప్రారంభమైనా, ఇంటర్వెల్ ముందు వచ్చే సన్నివేశాలు మరియు ఇంటర్వెల్ ట్విస్ట్ సినిమాపై ఆసక్తిని పెంచుతాయి. ద్వితీయార్థం పూర్తిగా ఇన్వెస్టిగేషన్ మోడ్‌లో నడుస్తుంది. క్లైమాక్స్‌లో వచ్చే రెండు ట్విస్ట్ లు ఊహకందని విధంగా ఉండి సినిమాకు ప్రధాన హైలైట్‌గా నిలిచాయి.గ్రాఫిక్స్ ద్వారా అమ్మవారిని చూపించిన తీరు ఆకట్టుకుంటుంది.భాషా కోర్సులు నేర్చుకోండి

నటీనటుల ప్రతిభ
సుమంత్ తనదైన శైలిలో ఇన్‌వెస్టిగేటివ్ పాత్రకు పూర్తిన్యాయం చేశాడు. గెస్ట్ అప్పీయరెన్స్‌లో కనిపించిన సిద్ధూ జొన్నలగడ్డ, కీలక పాత్రలో నటించిన ఐశ్వర్య రాజేష్ తమ పరిధి మేరకు మెప్పించారు. బ్రహ్మానందం, వెన్నెల కిషోర్ నటన కాస్త నవ్విస్తుంది. సీనియర్ నటి మంజు భార్గవి రాజవంశపు మహిళగా చక్కటి అభినయం ప్రదర్శించారు.

సాంకేతిక నిపుణులు
సినిమాటోగ్రఫీ విజువల్స్ రిచ్‌గా ఉన్నాయి. నేపథ్య సంగీతం సస్పెన్స్ మూడ్‌ను బాగా ఎలివేట్ చేసింది. ఆర్ట్ డిపార్ట్‌మెంట్ పనితనం ప్రశంసనీయం. అయితే ఫస్ట్ హాఫ్‌లో కొన్ని సాగదీత సీన్లను మరింత క్రిస్ప్‌గా ఎడిట్ చేసి ఉంటే సినిమా వేగం పెరిగేది. నిర్మాణ విలువలు సినిమా స్థాయికి తగినట్లుగా ఉన్నాయి.

తుది తీర్పు
రొటీన్ పాయింట్ అయినప్పటికీ ఆకట్టుకునే ట్విస్టులు, సస్పెన్స్ ఎలిమెంట్స్‌తో కూడిన డివోషనల్ థ్రిల్లర్ కావడంతో ఈ సినిమాను కుటుంబ సమేతంగా ఒకసారి థియేటర్స్‌లో చూడవచ్చు.

రేటింగ్: 3

నా శాంతి, ఆనందమే ముఖ్యం

జై భీమ్ న్యూస్, సినిమా :
టాలీవుడ్‌లో అగ్ర కథానాయికగా తనకంటూ ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకున్న సమంత.. ప్రస్తుతం నటనతో పాటు నిర్మాతగా, వ్యాపారవేత్తగా కూడా తన ప్రయాణాన్ని కొనసాగిస్తున్నారు. కొంతకాలం అనారోగ్య కారణాలతో సినిమాలకు దూరంగా ఉన్న సమయంలో తన భవిష్యత్తు గురించి చాలా ఆలోచించానని ఆమె తాజాగా వెల్లడించారు. ఆ సమయంలో నటన ఒక్కటే తన జీవితానికి ఆధారం కాకూడదనే ఆలోచన వచ్చిందని, తనకు నచ్చిన ఇతర రంగాలపై దృష్టి పెట్టడం ప్రారంభించానని చెప్పారు. తన ఆరోగ్యంపై మరింత శ్రద్ధ పెట్టాలని వైద్యులు సూచించిన సమయంలో.. సినిమాలకు కొంత విరామం తీసుకోవాల్సి వచ్చిందని సమంత తెలిపారు. ఆ సమయంలో భవిష్యత్తులో ఏం చేయాలనే దానిపై ఎక్కువగా ఆలోచించినట్లు చెప్పారు. తనకు నమ్మకం ఉన్న పలు వ్యాపారాల్లో పెట్టుబడులు పెట్టడం ద్వారా కొత్త ప్రయాణాన్ని ప్రారంభించానని వెల్లడించారు.నా సొంతంగా ఏదైనా నిర్మించుకోవడం, కొత్త విషయాలు నేర్చుకోవడం నాకు ఎంతో సంతోషాన్ని ఇస్తోంది. వ్యాపారవేత్తగా మారిన తర్వాత నా జీవితాన్ని మరో కోణంలో ఆస్వాదిస్తున్నాను అని సమంత పేర్కొన్నారు. అనారోగ్యంతో ఉన్న సమయంలో 'సిటాడెల్' షూటింగ్‌లో పాల్గొనడం తనకు చాలా కష్టంగా అనిపించిందని సమంత గుర్తుచేసుకున్నారు. తన వల్ల చిత్రబృందంలోని ఇతరుల సమయం వృథా కాకూడదని భావించి.. ఆ సమయంలో షూటింగ్ చేయలేనని చెబుతూ ఎన్నో ఈమెయిల్స్ పంపినట్లు తెలిపారు. అయితే చిత్రబృందం మాత్రం తనపైనే నమ్మకం ఉంచిందని, తానే ఆ పాత్రను చేయాలని కోరుకుందని చెప్పారు. వారి నమ్మకాన్ని నిలబెట్టేందుకు చివరకు ప్రాజెక్ట్‌ను పూర్తి చేశానని సమంత వెల్లడించారు. 'మా ఇంటి బంగారం' విషయంలో మొదట తాను నటిగా కాకుండా కేవలం నిర్మాతగా తెరవెనుక ఉండాలని భావించినట్లు సమంత తెలిపారు. అయితే దర్శకుడు రాజ్ తనను ప్రోత్సహించడంతో పాటు నటించాల్సిందేనని పట్టుబట్టారని చెప్పారు.దీంతో మరోసారి కెమెరా ముందుకు వచ్చానని సమంత వెల్లడించారు. నటనకు దూరంగా ఉండాలని ఒక దశలో భావించినప్పటికీ.. పరిస్థితులు తనను మళ్లీ నటన వైపు తీసుకొచ్చాయని ఆమె మాటలను బట్టి అర్థమవుతోంది. గతంలో తనపై వచ్చే ట్రోలింగ్ తనను చాలా బాధించేదని సమంత చెప్పారు. ముఖ్యంగా మానసికంగా బలహీనంగా ఉన్న సమయంలో సోషల్ మీడియాలో వచ్చే ప్రతికూల వ్యాఖ్యలు తనపై ప్రభావం చూపేవని తెలిపారు.అయితే ఇప్పుడు పరిస్థితి పూర్తిగా మారిపోయిందని అన్నారు. కాలం తనకు ఎన్నో విషయాలు నేర్పించిందని, ఇతరులు తన గురించి ఏమనుకుంటున్నారనే విషయాన్ని పట్టించుకోవడం చాలా వరకు తగ్గించుకున్నానని సమంత పేర్కొన్నారు.నా గురించి ప్రతికూలంగా మాట్లాడాలని ఎవరైనా ముందే నిర్ణయించుకున్నప్పుడు..

నేను ఏం చెప్పినా వారి అభిప్రాయాన్ని మార్చలేను. అలాంటప్పుడు వాళ్లను ఒప్పించడానికి నా సమయాన్ని ఎందుకు వృథా చేసుకోవాలి? అని సమంత ప్రశ్నించారు. మన జీవితంలో ఒక లక్ష్యాన్ని పెట్టుకుని దాని కోసం ముందుకు వెళ్తున్నప్పుడు.. ఇతరులు ఏమనుకుంటున్నారో ఎక్కువగా ఆలోచించకూడదు. నా శాంతి, నా ఆనందం, నా లక్ష్యాలపై దృష్టి పెట్టడం నేర్చుకున్నాను అని సమంత తెలిపారు.

నిద్రలో చెమటలు పడుతున్నాయా?

జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

రాత్రిపూట నిద్రలో చెమట పట్టడం చాలామందిలో కనిపించే సమస్యే. గది వేడిగా ఉండటం, ఎక్కువ దుప్పట్లు కప్పుకోవడం లేదా రోజంతా శారీరక శ్రమ చేయడం వల్ల చెమట పట్టడం సాధారణమే. కానీ వాతావరణం చల్లగా ఉన్నా.. ఫ్యాన్, ఏసీ పనిచేస్తున్నా నిద్రలో పదేపదే విపరీతంగా చెమట పడుతుంటే మాత్రం కారణాన్ని తెలుసుకోవడం అవసరం. కొన్ని సందర్భాల్లో ఇది శరీరంలో జరుగుతున్న మార్పులకు లేదా ఆరోగ్య సమస్యలకు సంకేతం కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. థైరాయిడ్ గ్రంథి శరీర జీవక్రియను నియంత్రించడంలో కీలక పాత్ర పోషిస్తుంది. ఇది అవసరానికి మించి చురుగ్గా పనిచేస్తే హైపర్‌థైరాయిడిజం సమస్య వస్తుంది. ఈ పరిస్థితిలో శరీర ఉష్ణోగ్రతను తట్టుకోవడం కష్టంగా మారి ఎక్కువగా చెమట పట్టే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా రాత్రివేళల్లో చెమటలు పట్టడం కూడా ఈ సమస్య లక్షణాల్లో ఒకటిగా ఉండొచ్చు.

ఎక్కువ ఒత్తిడి, ఆందోళనకు గురైనప్పుడు శరీరంలో కొన్ని మార్పులు చోటుచేసుకుంటాయి. గుండె వేగంగా కొట్టుకోవడం, శ్వాస వేగం పెరగడం, కండరాలు బిగుసుకుపోవడం వంటి లక్షణాలతో పాటు చెమట కూడా పట్టవచ్చు. మానసిక ఒత్తిడి ఎక్కువగా ఉన్న సమయంలో నిద్రలోనూ చెమటలు పట్టే అవకాశం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ముఖ్యంగా 40 ఏళ్లు దాటిన మహిళల్లో రాత్రిపూట అకస్మాత్తుగా చెమటలు పట్టడం కనిపిస్తే మెనోపాజ్ దశకు సంబంధించిన మార్పులు కూడా కారణం కావచ్చు. ఈ సమయంలో ముఖం, మెడ, ఛాతి ప్రాంతాల్లో ఒక్కసారిగా వేడి అనిపించడం, ఆ వెంటనే చెమట పట్టడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. కొన్ని రకాల మందులు వాడుతున్నప్పుడు కూడా రాత్రిపూట చెమటలు పట్టే అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా కొన్ని యాంటీడిప్రెసెంట్లు, మధుమేహానికి ఉపయోగించే మందులు, స్టెరాయిడ్లు, ఎసిటామినోఫెన్, ఆస్పిరిన్, రక్తపోటు మందులు ఇందుకు కారణం కావచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. మందులు వాడుతున్న తర్వాతే ఈ సమస్య మొదలైతే వైద్యులని సంప్రదించి వివరాలు చెప్పాలి.

కండరాల నిర్మాణం జరగాలంటే

ఎలాంటి ఆహారాలను తీసుకోవాలి

జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం :

కండరాలను పెంచుకోవాలంటే వ్యాయామంతోపాటు సరైన ఆహారం తీసుకోవడం కూడా చాలా ముఖ్యం. కేవలం ఎక్కువగా తినడం లేదా అధిక ప్రోటీన్ తీసుకోవడం వల్లనే కండరాలు పెరగవు. రోజువారీ కేలరీల అవసరానికి కొంత అదనంగా ఆహారం తీసుకోవడం, తగినంత ప్రోటీన్‌ను రోజంతా విభజించి తీసుకోవడం, వ్యాయామానికి అవసరమైన కార్బొహైడ్రేట్లను ఆహారంలో చేర్చడం వంటి అంశాలను పాటించాలి. ఈ విధంగా సమతుల్యమైన ఆహారంతోపాటు క్రమం తప్పకుండా బలవర్ధక వ్యాయామాలు చేస్తే కండరాల పెరుగుదలకు సహాయపడుతుంది. కండరాలను పెంచుకోవాలనుకునే వారు రోజువారీ శరీర అవసరాల కంటే 300 నుంచి 500 కేలరీలు అదనంగా తీసుకోవాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. శరీర బరువులో ప్రతి కిలోకు రోజుకు 1.6 నుంచి 2.2 గ్రాముల ప్రోటీన్ తీసుకోవడం లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలి. అయితే మొత్తం ప్రోటీన్‌ను ఒకేసారి తీసుకోవడం కంటే రోజులో 4 నుంచి 5 భోజనాల్లో విభజించి తీసుకోవడం కండరాల నిర్మాణానికి మరింత ఉపయోగకరంగా ఉంటుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కార్బొహైడ్రేట్లను పూర్తిగా తగ్గించడం కూడా సరైన పద్ధతి కాదు. ఇవి కండరాల్లోని గ్లైకోజన్ నిల్వలను తిరిగి నింపడంతోపాటు, కఠినమైన వ్యాయామాలు చేయడానికి శక్తిని అందిస్తాయి. శరీరానికి తగినంత కార్బొహైడ్రేట్లు అందకపోతే ఇప్పటికే ఉన్న కండర కణజాలాన్ని శక్తి కోసం ఉపయోగించే పరిస్థితి ఏర్పడుతుంది. వ్యాయామం చేసిన 30 నిమిషాల్లోపు ప్రోటీన్ తీసుకోవడం కండరాల పునరుద్ధరణకు సహాయపడుతుందని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

అలాగే వ్యాయా మానికి 1 నుంచి 2 గంటల ముందు తేలిక పాటి కార్బొహైడ్రేట్లు తీసుకోవడం వల్ల వ్యా యామం సమయంలో శక్తి అందుతుంది. వ్యాయామం తర్వాత కండరాల్లో ప్రోటీన్ నిర్మాణం పెరుగుతుండటంతో పాటు, గ్లైకోజన్ నిల్వలను త్వరగా భర్తీ చేయడం కండరాల నొప్పి తగ్గడానికి, కణజాలం పునరుద్ధరణకు తోడ్పడుతుంది. బలవర్ధక వ్యాయామాలు చేసేవారు కార్బొహైడ్రేట్లను పూర్తిగా తగ్గిస్తే శరీరానికి అవసరమైన శక్తి అందదు. దీని వల్ల వ్యాయామం చేసే సామర్థ్యం, వ్యాయామం తర్వాత కోలుకునే ప్రక్రియ రెండూ ప్రభావితమయ్యే అవకాశం ఉంటుంది. రోజులో మూడు నుంచి నాలుగు భోజనాల్లో ప్రోటీన్‌ను సమానంగా పంచుకోవడం ద్వారా రోజంతా కండరాల నిర్మాణ ప్రక్రియకు మద్దతు లభిస్తుంది. కండరాలను పెంచుకోవాలనుకునే వారు ఉదయం అల్పాహారంగా రెండు పనీర్, ఓట్స్ చీలాలు లేదా పనీర్ స్టఫ్ట్ పరాఠాతో పాటు ఒక గ్లాసు

సంపూర్ణ పాలు తీసుకోవచ్చు. మాంసాహారం తీసుకునేవారు మూడు ఉడికించిన లేదా పెనంపై వండిన గుడ్లు, రెండు సంపూర్ణ గోధుమ రొట్టె ముక్కలు, ఒక గ్లాసు సంపూర్ణ పాలు తీసుకోవాలి. ఉదయం 11 గంటల సమయంలో అల్పాహారానికి మధ్యలో ఆకలిగా అనిపిస్తే ఒక గిన్నె గ్రీక్ పెరుగు తీసుకుని అందులో బాదం, అక్రోటు, చియా విత్తనాలు కలిపి తినవచ్చు. మాంసాహారం తీసుకునేవారు పండ్లతో తయారు చేసిన స్మూతీలో ఒక కొలత ప్రోటీన్ పొడి, అరటిపండు, పీనట్ బటర్ కలిపి తీసుకోవాలి. మధ్యాహ్న భోజనంలో శాకాహారులు ఒకటిన్నర కప్పుల బ్రౌన్ రైస్ లేదా రెండు మల్టీగ్రెయిన్ రొట్టెలతో పాటు ఒక గిన్నె రాజ్మా లేదా శనగలు, 100 గ్రాముల పనీర్ లేదా టోఫు, సలాడ్ తీసుకోవచ్చు. మాంసాహారం తీసుకునేవారు రెండు మల్టీగ్రెయిన్ రొట్టెలు లేదా ఒక కప్పు బ్రౌన్ రైస్‌తో పాటు 150 గ్రాముల గ్రిల్ చేసిన చికెన్ బ్రెస్ట్ లేదా చేపల కూర, పప్పు, సలాడ్ తీసుకోవాలి. సాయంత్రం వ్యాయామానికి ముందు శాకాహారులు ఒక కప్పు వేయించిన మఖానా లేదా మొలకల చాట్‌తో పాటు అరటిపండు తీసుకోవచ్చు. ప్రత్యామ్నాయంగా పీనట్ బటర్ టోస్ట్ తీసుకోవచ్చు. మాంసాహారం తీసుకునేవారు రెండు ఉడికించిన గుడ్డులోని తెల్లసొన, ఒక అరటిపండు, బ్లాక్ కాఫీ తీసుకోవాలి. వ్యాయామం తర్వాత శాకాహారులు నీరు లేదా పాలలో కలిపిన ఒక కొలత వెయ్ లేదా సోయా ప్రోటీన్ ఐసోలేట్‌తో పాటు ఒక పండును, మాంసాహారం తీసుకునేవారు ఒక కొలత వెయ్ ప్రోటీన్ ఐసోలేట్‌ను నీటిలో కలిపి, ఒక పండు తీసుకోవచ్చు. రాత్రి భోజనంలో శాకాహారులు రెండు సంపూర్ణ గోధుమ రొట్టెలు, ఒక గిన్నె సోయా ముక్కలు లేదా పనీర్ కూర, మిశ్రమ కూరగాయలు, పెరుగు తీసుకోవచ్చు. మాంసాహారం తీసుకునేవారు రెండు సంపూర్ణ గోధుమ రొట్టెలతో పాటు 150 గ్రాముల కాల్చిన చేప లేదా తక్కువ కొవ్వు కలిగిన చికెన్ కూర, మిశ్రమ కూరగాయలు తీసుకోవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కండరాల పెరుగుదలకు అవసరమైన ఆహార పదార్థాలను ఇంట్లో అందుబాటులో ఉంచుకోవడం కూడా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. గుడ్లు, చికెన్ బ్రెస్ట్, తెల్ల చేపలు, పనీర్, టోఫు, సోయా ముక్కలు, గ్రీక్ పెరుగు, నాణ్యమైన ప్రోటీన్ పొడి వంటి వాటిని ప్రోటీన్ వనరులుగా ఉపయోగించవచ్చు. ఓట్స్, బ్రౌన్ రైస్, మల్టీగ్రెయిన్ పిండి, చిలగడదుంపలు, క్వినోవా, రాజ్మా, శనగలు, పప్పులు వంటి వాటిని సంక్లిష్ట కార్బొహైడ్రేట్ల కోసం తీసుకోవచ్చు. ఉప్పు లేని బాదం, అక్రోటు, చియా విత్తనాలు, అవిసె గింజలు, పీనట్ బటర్, పరిమిత మోతాదులో నెయ్యి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, సూక్ష్మ పోషకాలను అందించడంలో సహాయపడతాయి.

వ్యాయామానికి ముందు..

వ్యాయామానికి 30 నుంచి 45 నిమిషాల ముందు అరటిపండు లేదా టోస్ట్ వంటి త్వరగా జీర్ణమయ్యే కార్బొహైడ్రేట్లను తీసుకోవడం వల్ల వ్యాయామ సమయంలో శక్తి మెరుగుపడుతుంది. వ్యాయామం తర్వాత కార్బొహైడ్రేట్లు తీసుకోవడం వల్ల కండరాల పునరుద్ధరణ ప్రక్రియకు అవసరమైన పోషకాలు అందుతాయి. కండరాల నిర్మాణంలో నీరు కూడా ముఖ్యమైన పాత్ర పోషిస్తుంది. రోజుకు 3.5 నుంచి 4 లీటర్ల నీరు తాగడం వల్ల కండరాలకు అవసరమైన ద్రవ సమతుల్యతను కాపాడుకోవడం, ఎలక్ట్రోలైట్లను శరీరంలోని వివిధ భాగాలకు చేరవేయడం, వ్యాయామం కారణంగా వచ్చే కండరాల పట్టివేతలను నివారించడంలో సహాయపడతాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. అలాగే రోజుకు 7 నుంచి 8 గంటల నిద్రకు ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలి. లోతైన నిద్ర సమయంలో శరీరంలో సహజంగా విడుదలయ్యే వృద్ధి హార్మోన్ కండరాల పునరుద్ధరణకు, శరీర నిర్మాణ ప్రక్రియలకు తోడ్పడుతుంది. కాబట్టి కండరాలను పెంచుకోవడంలో ప్రోటీన్ ఎంత ముఖ్యమో, తగినంత విశ్రాంతి కూడా అంతే ముఖ్యమైనది. కండరాలను పెంచుకోవడానికి ఒకే ఒక్క ఆహారం లేదా ప్రోటీన్ పదార్థంపై ఆధారపడకుండా, తగిన కేలరీలు, సరైన మోతాదులో ప్రోటీన్, అవసరమైన కార్బొహైడ్రేట్లు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, తగినంత నీరు, సరైన వ్యాయామం, నిద్ర వంటి అంశాలను సమతుల్యంగా పాటించడం ముఖ్యం. వ్యక్తి శరీర అవసరాలు, వ్యాయామ స్థాయి, ఆరోగ్య పరిస్థితులను బట్టి ఆహార ప్రణాళికలో మార్పులు అవసరం అవుతాయని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

కంటి మందు చుక్కల సీసాలను..

ఉపయోగిస్తున్నారా..

జై భీమ్ న్యూస్, ఆరోగ్యం:

కళ్లలో వేసుకునే మందు చుక్కల విషయంలో చాలా మంది సీసాపై ఉన్న గడువు తేదీని మాత్రమే చూసి వాటిని నెలల తరబడి ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే సీసాను ఒకసారి తెరిచిన తర్వాత పరిస్థితి మారుతుంది. సాధారణంగా అనేకసార్లు ఉపయోగించే కంటి మందు చుక్కల సీసాను తెరిచిన 28 నుంచి 30 రోజుల్లోపు పడేయాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. సీసా తెరిచిన వెంటనే దాని లోపల ఉన్న ద్రావణం గాలి, పరిసర వాతావరణం, చేతులు లేదా కనురెప్పలు, వెంట్రుకలతో తాకే అవకాశం ఉండటంతో కలుషితమయ్యే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. సాధారణంగా కంటి మందు చుక్కలను సీసా తెరిచిన ఒక నెల తర్వాత, సీసాలో మందు మిగిలి ఉన్నా, ముద్రించిన గడువు తేదీ ఇంకా చాలా దూరంలో ఉన్నా ఉపయోగించకూడదని సూచిస్తున్నారు. అయితే సంరక్షక పదార్థాలు లేని ఒకసారి మాత్రమే ఉపయోగించే చిన్న సీసాలను తెరిచిన 24 గంటల్లోపు పడేయాలి. కొన్ని బ్రాండ్లు వాటిని ఉపయోగించిన వెంటనే పడేయాలని కూడా సూచిస్తాయి.

ఏం జరుగుతుంది..

కంటి మందు సీసాను తెరిచిన తర్వాత గాలి, పరిసర వాతావరణానికి ద్రావణం గురవుతుంది. మందు సీసా చివరి భాగం కనురెప్పలు లేదా కంటి వెంట్రుకలకు తగిలితే బ్యాక్టీరియా వంటి సూక్ష్మజీవులు సీసాలోకి చేరే అవకాశం ఉంటుంది. దీంతో మందులోని సంరక్షక వ్యవస్థ క్రమంగా బలహీనపడుతుంది. ఫలితంగా మందు ప్రభావం తగ్గిపోతుంది. అంటే కంటికి వేసే చికిత్స ఆశించినంతగా పనిచేయదు. అలాగే కలుషితమైన కంటి మందు చుక్కలను ఉపయోగించడం వల్ల కంటిలో ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంటుంది. కండ్లకలక వంటి సాధారణ ఇన్ఫెక్షన్లతోపాటు, కంటిలోని కార్నియాకు ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే అవకాశం కూడా ఉంటుంది. అరుదైన తీవ్రమైన సందర్భాల్లో ఇది చూపుపై కూడా ప్రభావం చూపే ప్రమాదం ఉంది. మందు ప్రభావం తగ్గడం ఒక సమస్య అయితే, సూక్ష్మజీవుల కలుషితంతో వచ్చే కంటి ఇన్ఫెక్షన్ మరింత ప్రమాదకరమైన సమస్యగా మారుతుంది. ముఖ్యంగా గ్లాకోమా ఉన్నవారు ఈ విషయంలో మరింత జాగ్రత్తగా ఉండాలి. కలుషితమైన లేదా కాలక్రమేణా ప్రభావం తగ్గిన మందు వాడితే కంటి ఒత్తిడి సరిగ్గా నియంత్రణలో లేకపోయినా అది వెంటనే గుర్తించదు. దీంతో చికిత్స సరిగా కొనసాగకపోయే ప్రమాదం ఉంటుంది. కంటి మందు సీసాపై ముద్రించిన గడువు తేదీని కూడా సరిగ్గా అర్థం చేసుకోవాలి. ఆ తేదీ అనేది సీసా తెరవకుండా, సూచించిన నిల్వ పరిస్థితుల్లో ఉంచినప్పుడు మందు స్థిరత్వం, శుభ్రతకు సంబంధించిన గడువును సూచిస్తుంది. అంటే సీసా ఎప్పుడూ తెరవకపోతే ఆ తేదీ వరకు దాన్ని ఉపయోగించవచ్చని అర్థం. కానీ ఒకసారి సీసా తెరిచిన తర్వాత తెరిచినప్పటి నుంచి లెక్కించే గడువు వర్తిస్తుంది. సాధారణంగా అనేకసార్లు ఉపయోగించే సీసాలకు ఇది ఒక నెల కాగా, ఒకసారి మాత్రమే ఉపయోగించే చిన్న సీసాలకు 24 గంటలు మాత్రమే ఉంటుంది. అందుకే కంటి మందు సీసాను తెరవకముందే దానిపై ఉన్న గడువు తేదీని పరిశీలించడం మంచిది. సీసా తెరిచిన తేదీని వెంటనే దానిపైనే రాసుకోవడం ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. ఇలా చేస్తే తెరిచి ఎన్ని రోజులు అయిందో గుర్తుంచుకోవడానికి జ్ఞాపకశక్తిపై ఆధారపడాల్సిన అవసరం ఉండదు. తెరిచిన తేదీ నుంచి ఒక నెల పూర్తయిన తర్వాత సాధారణ బహుళ వినియోగ కంటి చుక్కల సీసాను పడేయాలి. కంటి మందు చుక్కలను ఉపయోగించే సమయంలో సీసా చివర భాగం కంటికి, చర్మానికి లేదా ఇతర ఏ ఉపరితలానికీ తగలకుండా చూసుకోవాలి. సీసా చివర భాగం తాకితే సూక్ష్మజీవులు మందులోకి చేరే అవకాశం ఉంటుంది. అందువల్ల మందు వేసేటప్పుడు కంటికి దగ్గరగా తీసుకెళ్లినా సీసా చివర భాగం కంటిని తాకకుండా జాగ్రత్తపడాలి. సంరక్షక పదార్థాలు లేని ఒకసారి మాత్రమే ఉపయోగించే కంటి మందు చిన్న సీసాలను 30 రోజుల పాటు ఉంచి ఉపయోగించడం సురక్షితం కాదు. వాటిని తెరిచిన 24 గంటల్లోపు పడేయాలి. కొన్ని సందర్భాల్లో తయారీదారు వెంటనే పడేయాలని సూచిస్తారు. కాబట్టి ఆయా మందులపై ఉన్న సూచనలను కూడా పాటించాలి.

ఎక్కువ కాలం నిల్వ వద్దు..

కంటి మందులు సాధారణ మందుల్లా భావించి ఎక్కువ కాలం నిల్వ చేసుకుని అవసరమైనప్పుడు ఉపయోగించడం సరికాదు. కళ్ల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలంటే సీసా తెరిచిన తేదీని గుర్తుంచుకోవడం, సరైన సమయంలో మందును మార్చడం, సీసా చివర భాగం ఎక్కడా తగలనివ్వకపోవడం చాలా ముఖ్యం. కంటి మందు చుక్కలను ఉపయోగించే విషయంలో పరిశుభ్రత, నిల్వ విధానం, తెరిచిన తర్వాత ఉపయోగించే గడువు వంటి అంశాలను తప్పనిసరిగా పాటించాలి.