జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

Jai Bheem TV — STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి - 07 | సంచిక 58 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | బుధవారం 28, జనవరి 2026 | పేజీలు 8 | వెల రూ. 5

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

అంతేటా.. అదే దందానా ?

- ధరణి చూపిన మార్గం భూ భారతి అనుసరిస్తుందా
- పేరు మాత్రమే మారిందా చట్టాలు కూడా మారయా...
- భూ భారతి చట్టం ఆన్లైన్ లో జమఅవుతున్న సోమ్మంత ఇటుపోతుంది
- సామాన్య రైతులను ముప్పుతిప్పాల పెడుతున్న సమస్యల పర్వం
- లెక్కకు మించిన అప్లికేషన్‌లు - లెక్కలు తప్పుతున్న డబ్బుల ఆధారాలు
- యథేచ్ఛగా సాగుతున్న దందాలో అధికార యంత్రాంగం విచారనెక్కడ
- ప్రభుత్వ సొమ్ముపై పక్కడ్బెందీగా కన్నేసిన ప్రయివేటు వ్యక్తులు
- రెవెన్యూ మంత్రి ఇన్‌చార్జీగా కొనసాగుతున్న ఇలాకలోనే ఏర్పడని దందా
- పక్కడబండి చర్యలకాదేశించిన రెవెన్యూ మంత్రి
- రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉన్నత స్థాయి కమిటీ వేసి విచారించాలని రైతుల విజ్ఞప్తి
- ప్రతి జిల్లాలో లెక్కకు మించిన దందా నడుస్తుందని ప్రజాసంఘాలు విమర్శిస్తున్నాయి
- ఎమ్మార్వో కార్యాలయాల లెక్కల ఆధారంగా విచారణ జరగాలి

హైద్రాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ రాష్ట్రంలో భూ భారతి సమస్యల పర్వాన్ని సృష్టిస్తుందని డాక్టర్ బరిగెల శివ విమర్శించారు. రాష్ట్రంలో భూ పరిపాలన వ్యవస్థలో పారదర్శకత, వేగం తీసుకువస్తామన్న లక్ష్యంతో ప్రభుత్వం తీసుకువచ్చిన భూ భారతి చట్టం ఇప్పుడు తీవ్ర విమర్శల నడుమ నిలిచిందన్నారు. గతంలో ధరణి వ్యవస్థ ద్వారా ఎదురైన సమస్యలే ఇప్పుడు కొత్త పేరు, కొత్త విధానాల ముసుగులో కొనసాగుతున్నాయన్న ఆరోపణలు రైతులు, ప్రజాసంఘాల నుంచి గట్టిగా వినిపిస్తున్నాయన్నారు. "పాత బాటే కొత్త పేరు" అన్న వ్యాఖ్య భూ భారతి విషయంలో నిజమవుతోందా? అనే అనుమానాలు రోజురోజుకీ బలపడుతున్నాయన్నారు. భూ భారతి కింద వివిధ సేవల కోసం రైతులు దాఖలు చేస్తున్న అప్లికేషన్‌ల సంఖ్య గణనీయంగా పెరుగుతోందన్నారు. ప్రతి అప్లికేషన్‌కు సంబంధించిన ఫీజులు, ఇతర చార్జీలు ఆన్‌లైన్‌లో జమ అవుతున్నాయన్నారు. అయితే ఈ చెల్లింపుల విషయంలోనే పెద్ద ప్రశ్నలు తలెత్తుతున్నాయని. ఆన్‌లైన్‌లో జమ అవుతున్న సొమ్ము మొత్తం ఎంత? ఆ డబ్బు ఏ ఖాతాలోకి వెళ్తోంది? జిల్లాల - మిగతా 2లో..

డాక్టర్ బరిగెల శివ

జై భీమ్ సంస్థల ఫౌండర్, చైర్మన్

అమ్మో కుక్కా..

డాగ్ బైట్ తో బేంబేలెతుతున్న ప్రజలు

- రెచ్చిపోతున్న వీధి కుక్కలుడ
- రోజుకు 100 కేసుల పైనే
- ఏరివేయాలంటే చంపటమేనా?
- కుక్కలను చంపితే ఊరుకోం..!!
- కాటుకు సరిపడా లేని మందుల పంపిణి
- కుక్కకాటు ప్రభుత్వాలదే భాద్యత

6

ముఖ్యమంత్రి విదేశాల్లో ఉన్న సమయంలో కీలక భేటీ..

- స్పందించిన మల్లు భట్టివిక్రమార్క
- విదేశాల్లో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
- రాత్రి భట్టివిక్రమార్కతో మంత్రులు సమావేశం
- ఉప ముఖ్యమంత్రితో మంత్రులు సమావేశం
- కాకూడదా అని భట్టివిక్రమార్క ప్రశ్న
- సీఎం అందుబాటులో లేనందున తనతో చర్చించేందుకు వచ్చారని స్పష్టీకరణ

3

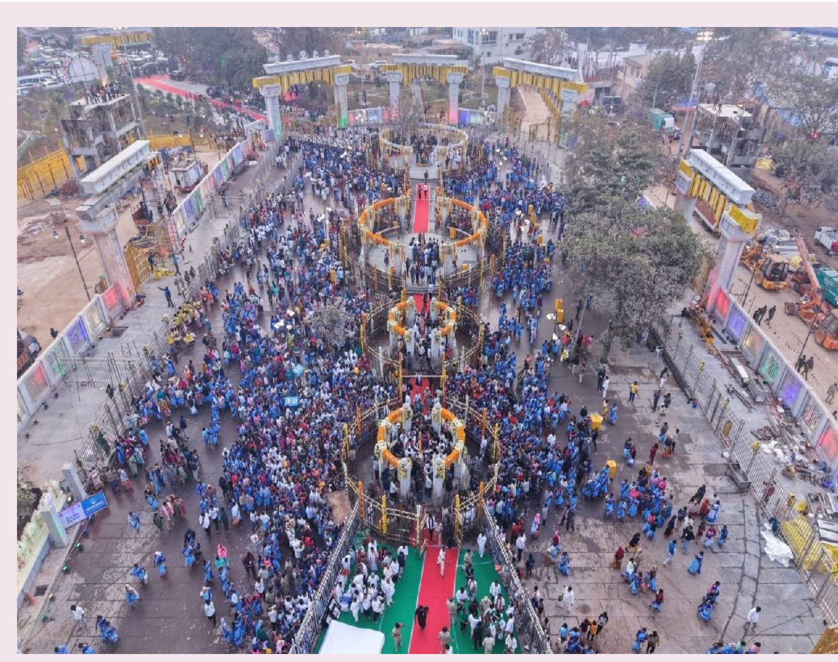
పవన్ తనయుడు అకీరా నందన్‌కు ఢిల్లీ హైకోర్టులో భారీ ఊరట

2

సింగరేణి బొగ్గు కుంభకోణంపై సీబీఐతో విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్

- కుంభకోణాన్ని ఆధారాలతో బయటపెట్టడంతో కాంగ్రెస్‌లో వణుకు ప్రారంభమైందన్న కేటీఆర్
- సింగరేణి విషయంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం శ్వేతపత్రం విడుదల చేయాలని డిమాండ్

2



మేడారం జాతరకు సర్వం సిద్ధం

- నాలుగు రోజుల పాటు జరగనున్న మేడారం సమ్మక్క-సారక్క మహాజాతర ప్రారంభం
- ఈ వేడుకకు రెండు కోట్ల మందికి పైగా భక్తులు హాజరవుతారని అంచనా
- రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో రూ. 251 కోట్లతో భారీ ఏర్పాట్లు
- భక్తుల కోసం ప్రత్యేక బస్సులు, రైళ్లు... అందుబాటులో హెలికాప్టర్ సేవలు!
- భద్రత కోసం 13,000 మంది పోలీసుల మోహరింపు, డ్రోన్లతో నిఘా

2

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem TV

అంతటా అదే దందానా?

మొదటి పేజీ తరువాయి

వారీగా లెక్కలను ఎందుకు బహిర్గతం చేయడం లేదు? అన్న కీలక ప్రశ్నలకు ఇప్పటికీ స్పష్టమైన సమాధానాలు లేవన్నారు. లెక్కకు మించిన అప్లికేషన్‌లు, లెక్కలు తప్పుతున్న డబ్బుల ఆధారాలు బయటపడుతున్నాయన్న ఆరోపణలు భూ భారతి వ్యవస్థపై అనుమానాలను మరింత పెంచుతున్నాయన్నారు. భూ సంబంధిత చిన్న పనికైనా రైతులు ఎంఆర్‌ఓ కార్యాలయాల చుట్టూ తిరగాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడిందని వాపోతున్నారని అన్నారు. ఆన్‌లైన్‌లో అప్లికేషన్ పెట్టినా, అన్ని డాక్యుమెంట్లు సక్రమంగా ఉన్నా, ఫైళ్లు నెలల తరబడి కదలకపోవడం సాధారణమైపోయిందని రైతులు చెబుతున్నారు. ఇదే సమయంలో మధ్యవర్తులు రంగంలోకి దిగితే మాత్రం పనులు వేగంగా పూర్తవుతున్నాయన్న ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయన్నారు. ఈ పరిస్థితి వల్ల సామాన్య రైతు మానసికంగా తీవ్ర ఒత్తిడికి గురవుతుండటమే కాకుండా, ఆర్థికంగా కూడా నష్టపోతున్నాడన్నారు. ప్రతి జిల్లాలో భూ భారతి పేరుతో యాదేచ్ఛగా దందా సాగుతోందని ప్రజాసంఘాలు తీవ్ర విమర్శలు చేస్తున్నాయన్నారు. అధికార యంత్రాంగం సరైన పర్యవేక్షణ చేపట్టకపోవడమే ఈ అక్రమాలకు ప్రధాన కారణమని ఆరోపిస్తున్నారు. ప్రభుత్వ సొమ్ముపై పక్కదారి పట్టేలా ప్రైవేటు వ్యక్తులు, దళారులు కన్నేయడం ఆందోళన కలిగించే అంశంగా మారిందన్నారు. వ్యవస్థలలో లోపాలను ఆసరాగా చేసుకొని కొందరు అక్రమాలకు పాల్పడుతున్నారన్న ఆరోపణలు ప్రజల్లో అసంతృప్తిని పెంచుతున్నాయన్నారు. ఇవన్నీ జరుగుతున్నది రెవెన్యూ మంత్రి ఇంచార్జీగా కొనసాగుతున్న ఇలాకాలోనేనన్న విమర్శలు రాజకీయంగా సంచలనంగా మారాయన్నారు. మంత్రి స్థాయిలో అక్రమాలపై కఠిన చర్యలకు ఆదేశాలు ఇచ్చామని చెబుతున్నప్పటికీ, క్షేత్రస్థాయిలో మాత్రం ఎలాంటి మార్పు కనిపించడం లేదని రైతులు అంటున్నారన్నారు. అదే అధికారులు, అదే విధానాలు, అదే సమస్యలు కొనసాగుతున్నాయన్న భావన బలపడుతోందన్నారు. ఈ పరిస్థితుల్లో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించాలని రైతులు, ప్రజాసంఘాలు డిమాండ్ చేస్తున్నాయన్నారు. భూ భారతి వ్యవస్థపై నమ్మకం పునరుద్ధరించాలంటే ఉన్నత స్థాయి కమిటీని ఏర్పాటు చేసి సమగ్ర విచారణ జరపాలని, ప్రతి జిల్లా వారీగా అప్లికేషన్‌ల సంఖ్య, వసూలైన సొమ్ము వివరాలను ప్రజల ముందు ఉంచాలని, ఎంఆర్‌ఓ కార్యాలయాల లెక్కల ఆధారంగా లోతైన విచారణ చేపట్టాలని, ఆన్‌లైన్ చెల్లింపులపై స్వతంత్ర ఆడిట్ నిర్వహించాలని వారు స్పష్టంగా కోరుతున్నారన్నారు. భూమి రైతుకు ప్రాణం. భూ పరిపాలనలో పారదర్శకత లేకపోతే రైతు జీవితం అస్తవ్యస్తమవుతుందని. భూ భారతి నిజంగా సంస్కరణల కోసమా? లేక ధరణి తరహా దందాకు కొత్త రూపమా? అనే ప్రశ్నకు సమాధానం చెప్పాల్సిన బాధ్యత ఇప్పుడు ప్రభుత్వానిదేనన్నారు. లేదంటే రైతుల ఆవేదన మరింత ఉధృతమై, భూ భారతి వ్యవస్థే వివాదాల కేంద్రంగా మారే ప్రమాదం స్పష్టంగా కనిపిస్తోందన్నారు. గతంలో ధరణి పేరు మీద బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం సర్వే నెంబర్ల ప్రక్షాళన అంటూ భూ సర్వేలు నిర్వహించడం వల్ల సాదా పేపర్ల ఆన్లైన్ అప్లికేషన్లు విపరీతమైన వివాదాలను సృష్టించిందన్నారు. దున్నినోనిదే భూమి అనే పాత పద్ధతిని తొలగిస్తూ సాగు చేయబడుతున్న (దున్నుతున్న)భూమికి భూ కాగితాలు తప్పనిసరి అవసరమనే సిద్ధాంతాలను సుప్రీం కోర్ట్ చట్టాలకు అనుగుణంగా భూపత్రాలకు తప్పకుండా హద్దులు ఉండాలని అట్టి సుప్రీంకోర్టు నియమాలను పాటిస్తూ కొనసాగించబడిన రెవెన్యూ హక్కులు ధరణి పోర్టల్ భూభారతి చట్టంతో భూరేకల పద్ధతులు ఒక్కసారిగా మారిపోతున్నాయి అన్నారు. ధరణి పోర్టల్ ఏర్పాటుచేసిన ట్రిబనల్ కోర్ట్ జిల్లాల వారీగా పెద్దగా ప్రభావం చూపెట్టలేకపోయిందని అదే తరహాలో ప్రస్తుతం భూ భారతి చట్టం ప్రవేశ పెట్టబోతున్న ట్రిభునల్ కోర్టు కూడా ఏమాత్రం ప్రభావం చూపించదని తెలుపుతూ భూములకు శాశ్వత పరిష్కారం మార్గాలను ఏర్పాటు చేయడం కోసం జిల్లా కలెక్టర్ల ఆధ్వర్యంలో మంజూరు చేయబడుతున్న భూహక్కులకు శాశ్వత పరిష్కారం లభ్యం అయ్యేవిధంగా భూ హక్కుదారులకు వ్యతిరేకంగా భూకబ్జాదారులు కోర్టులను ఆశ్రయించకుండా చట్టాన్ని రూపొందించినప్పుడే తెలంగాణ రైతులకు తెలంగాణ సామాన్య ప్రజలకు సరైన మార్గంలో న్యాయం జరుగుతుందని తద్వారా భూ సమస్యల పరిష్కారానికి శాశ్వత మార్గాలు ఎంచబడతాయన్నారు. ప్రస్తుతం తెలంగాణ రాష్ట్రంలో భూముల సర్వేకు ఆదేశించడం మరొకసారి భూతగాదాలకు తెరలేపడమేనన్నారు. భూముల సర్వేలు నిర్వహించే ముందు రైతులకు భూముల హక్కులు ఎలా కల్పించబడ్డాయి అనేది ప్రధానంగా విచారణ చేపట్ట పడాలన్నారు. గత ప్రభుత్వ హాయంలో రెవెన్యూ అధికారులు విచ్చలవిడిగా భూముల పహానిలను మార్చేశారని కబ్జాదారులను పహాని కాలాల్లో పేర్లు నమోదు చేసి సామాన్య ప్రజలను వేధించారనే నిందలు ఇప్పటికీ అలాగే ఉన్నాయని వాటన్నిటిని పరిష్కరించడం కోసం రెవెన్యూ అధికారుల సమక్షంలో భూముల హక్కుల వివరాల పరిశీలన విచారణ కొనసాగించబడ్డాకే సర్వే నిర్వహిస్తూ సాదారణ భూములు,వ్యవసాయ భూములు ,అర్బన్ పరిధిలోని భూములు భూతగాధలకు సంబంధించిన భూముల కొలతలు నిర్వహించాలని తెలంగాణ ప్రజలు పెద్ద ఎత్తున అనుమానాలను లేవనెత్తుతున్నారన్నారు. మండల కేంద్రాల వారిగా తెలంగాణ రాష్ట్రంలో కొనసాగించబడిన ఆన్లైన్ అప్లికేషన్ల ఆర్థిక లావాదేవీలలో జరిగిన అవినీతిపై సిఐడి విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఏపీకి రానున్న రాహుల్ గాంధీ

షర్మిల ఆహ్వానానికి గ్రీన్ సిగ్నల్

ఢిల్లీలో రాహుల్ గాంధీతో సమావేశమైన ఏపీసీసీ చీఫ్ వైఎస్ షర్మిల
ఉపాధి హామీ పరిరక్షణ ఉద్యమంలో పాల్గొనాలని రాహుల్‌కు ఆహ్వానం
షర్మిల విజ్ఞప్తికి సానుకూల స్పందన... ఏపీకి వస్తానని రాహుల్ హామీ
వైఎస్సార్ పథకాన్ని ప్రారంభించిన బండ్లపల్లి నుంచే ఉద్యమం ప్రారంభం

ఢిల్లీ, జై భీమ్ న్యూస్

ఏపీ కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఏపీసీసీ) అధ్యక్షురాలు వైఎస్ షర్మిల ఢిల్లీలో ఏఐసీసీ అగ్రనేత, లోక్‌సభ ప్రతిపక్ష నాయకుడు రాహుల్ గాంధీతో భేటీ అయ్యారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ చేపట్టనున్న ఉద్యమంలో పాల్గొనాలని ఆమె చేసిన ఆహ్వానానికి రాహుల్ గాంధీ సానుకూలంగా స్పందించారు. ఏపీ పర్యటనకు వస్తానని, పార్టీ పోరాటంలో భాగస్వామ్యం అవుతానని ఆయన హామీ ఇచ్చినట్టు షర్మిల తెలిపారు. మంగళవారం ఢిల్లీలోని 10 జనపథ్‌లో ఉన్న రాహుల్ గాంధీ నివాసంలో ఈ సమావేశం జరిగింది. మహాత్మా గాంధీ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ పథకాన్ని పరిరక్షించాలని డిమాండ్ చేస్తూ రాష్ట్రవ్యాప్త ఉద్యమం చేపట్టాలని కాంగ్రెస్ నిర్ణయించింది. ఈ ఉద్యమంలో పాల్గొనాల్సిందిగా షర్మిల రాహుల్‌ను కోరారు. ఇందుకు రాహుల్ అంగీకరించారని, త్వరలోనే ఏపీకి వస్తానని మాట ఇచ్చారని ఆమె ఒక ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు. వచ్చే నెల 2వ తేదీతో ఉపాధి హామీ పథకం ప్రారంభమై 20 ఏళ్లు పూర్తికానుంది. ఈ నేపథ్యంలో, దివంగత ముఖ్యమంత్రి వైఎస్ రాజశేఖర రెడ్డి ఈ పథకాన్ని లాంఛనంగా ప్రారంభించిన అనంతపురం జిల్లా బండ్లపల్లి గ్రామం నుంచే ఈ ఉద్యమాన్ని ప్రారంభించనున్నట్టు షర్మిల వివరించారు. ఇందుకు సంబంధించిన కార్యాచరణను సిద్ధం చేస్తున్నామని ఆమె వెల్లడించారు.

సింగరేణి బొగ్గు కుంభకోణంపై సీబీఐతో విచారణ జరిపించాలని డిమాండ్

కుంభకోణాన్ని ఆధారాలతో బయటపెట్టడంతో కాంగ్రెస్‌లో వణుకు ప్రారంభమైందన్న కేటీఆర్
సింగరేణి విషయంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం శ్వేతపత్రం విడుదల చేయాలని డిమాండ్

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

సింగరేణి బొగ్గు కుంభకోణంపై సీబీఐతో విచారణ జరిపించాలని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ తెలంగాణ రాష్ట్ర గవర్నర్ జిష్ణుదేవ్ వర్మను కలిసి విజ్ఞప్తి చేశారు. కేటీఆర్ నేతృత్వంలో బీఆర్ఎస్ ఎంపీలు, ఎమ్మెల్యేలు, ఎమ్మెల్సీల బృందం మంగళవారం గవర్నర్‌ను కలిసి సింగరేణిలో బొగ్గు కుంభకోణం జరిగిందని, దీనిపై చర్యలు తీసుకోవాలని ఫిర్యాదు చేసింది. అనంతరం కేటీఆర్ మీడియాతో మాట్లాడారు. సింగరేణిలో దోపిడీ అంశంపై గవర్నర్‌కు వినతిపత్రం ఇచ్చామని, ఆధారాలతో బయటపెట్టినప్పటి నుంచి కాంగ్రెస్ పార్టీలో వణుకు మొదలైందని అన్నారు. కుంభకోణాన్ని బహిర్గతం చేశాక అధికార పార్టీ గుండెల్లో రైళ్లు పరుగెడుతున్నాయని అన్నారు. అందుకే ప్రజల దృష్టిని మరల్చేందుకు ఫోన్ ట్యాపింగ్ వ్యవహారాన్ని తెరపైకి తీసుకువచ్చారని ఆరోపించారు. ఫుట్‌బాల్ ఆటకు రూ.10 కోట్ల సింగరేణి నిధులు దుర్వినియోగం చేశారని ఆరోపించారు. సీఎం అంటే కోల్ మాఫియా నాయకుడిగా సింగరేణి కార్మికులు భావించే పరిస్థితి వచ్చిందని విమర్శించారు. సింగరేణి టెండర్లలో పారదర్శకత లేదని అన్నారు. సింగరేణి విషయంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం శ్వేతపత్రం విడుదల చేయాలని డిమాండ్ చేశారు. ఈ వ్యవహారంలో కీలక వ్యక్తి సృజన్ రెడ్డి ముఖ్యమంత్రికి బావమరిదేనా, కాదా స్పష్టత ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. సింగరేణి కుంభకోణాన్ని అడ్డుకోవాలని గవర్నర్‌ను కోరినట్లు చెప్పారు. రేవంత్ రెడ్డి సోదరులకు ఇదివరకే దోచుకున్నది సరిపోక, హిల్ట్ పాలసీ పేరుతో హైదరాబాద్‌లోని పారిశ్రామిక వాడల్లోని రూ.5 లక్షల కోట్ల విలువైన 9,200 ఎకరాల భూములను కొల్లగొట్టే ప్రయత్నం చేశారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. సింగరేణి కుంభకోణం, హిల్ట్ పాలసీ వంటి ప్రజాధానాన్ని కొల్లగొట్టే ప్రయత్నాలను అడ్డుకోవాలని గవర్నర్‌ను కోరామని అన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి విదేశాల్లో ఉన్న సమయంలో కీలక భేటీ..

స్పందించిన మల్లు భట్టివిక్రమార్క
విదేశాల్లో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
రాత్రి భట్టివిక్రమార్కతో మంత్రులు సమావేశం
ఉప ముఖ్యమంత్రితో మంత్రులు సమావేశం కాకూడదా అని భట్టివిక్రమార్క ప్రశ్న
సీఎం అందుబాటులో లేనందున తనతో చర్చించేందుకు వచ్చారని స్పష్టీకరణ

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అమెరికా పర్యటనలో ఉండగా, ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమార్కతో మంత్రులు శ్రీధర్ బాబు, ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి, అడ్లూరి లక్ష్మణ్ నిన్న రాత్రి సమావేశం కావడం తెలంగాణ రాజకీయ వర్గాల్లో చర్చనీయాంశమైంది. ఈ భేటీపై మల్లు భట్టి విక్రమార్క స్పందించారు. ఉప ముఖ్యమంత్రితో మంత్రులు సమావేశం కాకూడదా అని ఆయన ప్రశ్నించారు. మంత్రులు తనతో భేటీ కావడం సాధారణ విషయమేనని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఇది పాలనాపరమైన అంశాలపై జరిగిన సమావేశమని ఆయన తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి అందుబాటులో లేనందున మంత్రులు ఉప ముఖ్యమంత్రిగా తనతో చర్చించేందుకు వచ్చారని ఆయన పేర్కొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు అందరూ కలిసి ఒక ఉమ్మడి కుటుంబంలా పనిచేస్తున్నామని ఆయన అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి విదేశీ పర్యటనలో ఉన్న సమయంలో ఈ భేటీ జరగడం చర్చకు దారి తీసిందని మీడియా ప్రతినిధి ప్రశ్నించగా, మల్లు భట్టి విక్రమార్క స్పందిస్తూ, కొందరు పిచ్చివాళ్లు ఏవేవో మాట్లాడుతుంటారని, వాటిని పట్టించుకోవాల్సిన అవసరం లేదని అన్నారు.

మేడారం జాతరకు సర్వం సిద్ధం

నాలుగు రోజుల పాటు జరగనున్న మేడారం సమ్మక్క-సారక్క మహాజాతర ప్రారంభం
ఈ వేడుకకు రెండు కోట్ల మందికి పైగా భక్తులు హాజరవుతారని అంచనా
రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో రూ. 251 కోట్లతో భారీ ఏర్పాట్లు
భక్తుల కోసం ప్రత్యేక బస్సులు, రైళ్లు... అందుబాటులో హెలికాప్టర్ సేవలు!
భద్రత కోసం 13,000 మంది పోలీసుల మోహరింపు, డ్రోన్లతో నిఘా

ములుగు, జై భీమ్ న్యూస్

తెలంగాణ కుంభమేళాగా ప్రసిద్ధి చెందిన ఆసియాలోనే అతిపెద్ద గిరిజన జాతర, మేడారం సమ్మక్క-సారలమ్మ మహా జాతర రేపు (జనవరి 28) ప్రారంభం కానుంది. ములుగు జిల్లాలోని మేడారం గ్రామంలో జరిగే ఈ నాలుగు రోజుల వేడుకకు దేశం నలుమూలల నుంచి సుమారు రెండు కోట్లకు పైగా భక్తులు తరలివస్తారని అధికారులు అంచనా వేస్తున్నారు. హైదరాబాద్‌కు దాదాపు 240 కిలోమీటర్ల దూరంలో ఉన్న ఈ గిరిజన పుణ్యక్షేత్రం ఇప్పటికే జనసంద్రంగా మారింది. తెలంగాణ, ఆంధ్రప్రదేశ్, మహారాష్ట్ర, కర్ణాటక, ఛత్తీస్‌గఢ్, మధ్యప్రదేశ్, ఒడిశా సహా పలు రాష్ట్రాల నుంచి గిరిజనులు, గిరిజనేతరులు ఈ జాతరకు పోటెత్తుతున్నారు. ఇప్పటికే గత కొద్ది రోజులుగా దాదాపు 10 లక్షల మంది భక్తులు అమ్మవార్లను దర్శించుకున్నారు. వనదేవతలైన సమ్మక్క, సారలమ్మల వీరత్వాన్ని, త్యాగాన్ని స్మరించుకుంటూ రెండేళ్లకోసారి ఈ జాతరను అత్యంత భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకుంటారు. ఈ ఏడాది జాతర కోసం రాష్ట్ర ప్రభుత్వం శాశ్వత మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు రూ. 251 కోట్లు ఖర్చు చేసింది. 21 శాఖలకు చెందిన 42,000 మందికి పైగా అధికారులు, సిబ్బందిని, 2000 మంది ఆదివాసీ వాలంటీర్లను భక్తుల సేవ కోసం నియమించారు. భద్రతా ఏర్పాట్లలో భాగంగా 13,000 మంది పోలీసులను మోహరించారు. కృత్రిమ మేధ (ఏఐ) ఆధారిత డ్రోన్లతో జాతరను పర్యవేక్షిస్తున్నారు. 1,418 ఎకరాల్లో 42 పార్కింగ్ స్థలాలను ఏర్పాటు చేశారు. జంపన్న వాగు వద్ద 200 మంది గజ ఈతగాళ్లను, 30 వైద్య శిబిరాల్లో 5,192 మంది వైద్య సిబ్బందిని అందుబాటులో ఉంచారు. పారిశుద్ధ్యం కోసం 5,000 మంది కార్మికులు, 5,700 తాత్కాలిక మరుగుదొడ్లను ఏర్పాటు చేశారు. భక్తుల రవాణా కోసం టీజీఎస్‌ఆర్టీసీ 4,000 ప్రత్యేక బస్సులను, దక్షిణ మధ్య రైల్వే 28 ప్రత్యేక రైళ్లను నడుపుతోంది. పర్యాటక శాఖ హనుమకొండ నుంచి మేడారానికి హెలికాప్టర్ సేవలను కూడా అందిస్తోంది. రౌండ్ ట్రిప్‌తో కూడిన వీఐపీ దర్శనానికి రూ. 35,999, జాతర ఏరియల్ వ్యూ కోసం ఒక్కొక్కరికి రూ. 4,800 చొప్పున ఛార్జీలను నిర్ణయించారు. కాకతీయ పాలకుల పన్నుల విధానాన్ని ఎదిరించి పోరాడిన గిరిజన వీరవనితలు సమ్మక్క, ఆమె కుమార్తె సారక్క (సారలమ్మ)ల శౌర్యాన్ని స్మరించుకుంటూ ఈ జాతరను నిర్వహిస్తారు. కోయ తెగకు చెందిన ఈ తల్లీకూతుళ్లను గిరిజనులు దేవతలుగా కొలుస్తారు. పోరాటంలో అలసిపోయిన సమ్మక్క చిలుకలగుట్ట వైపు వెళ్లి అదృశ్యమయ్యిందని, ఆమె కోసం వెతికిన గిరిజనులకు ఓ వెదురు చెట్టు కింద కుంకుమ భరిణె మాత్రమే లభించిందని స్థానిక కథనం. అప్పటి నుంచి రెండేళ్లకోసారి గిరిజన పూజారులు వెదురు వనంలో ప్రత్యేక పూజలు చేసి, కుంకుమ భరిణె, ఎర్రటి వస్త్రం చుట్టిన వెదురు కర్రను సమ్మక్క ప్రతిరూపంగా భావించి గద్దెల వద్దకు తీసుకువస్తారు. అంతకుముందు రోజు కన్నేపల్లి నుంచి సారలమ్మను తీసుకువచ్చి గద్దెలపై ప్రతిష్ఠించడంతో జాతర అధికారికంగా మొదలవుతుంది. భక్తులు తమ బరువుకు సమానమైన బెల్లాన్ని (బంగారం) అమ్మవార్లకు సమర్పిస్తారు. జంపన్న వాగులో పుణ్యస్నానాలు ఆచరించడం ఇక్కడి ముఖ్యమైన సంప్రదాయం.

పవన్ తనయుడు అకీరా నందన్‌కు ఢిల్లీ హైకోర్టులో భారీ ఊరట

పవన్ కల్యాణ్ కుమారుడు అకీరా నందన్‌పై డీప్‌ఫేక్ సినిమా
వ్యక్తిత్వ హక్కుల ఉల్లంఘనపై ఢిల్లీ హైకోర్టును ఆశ్రయించిన అకీరా
AI లవ్ స్టోరీ' సినిమా ప్రసారంపై స్టే విధించిన న్యాయస్థానం
సోషల్ మీడియా నుంచి వీడియోలు తొలగించాలని ఆదేశాలు
నిందితుల వివరాలు ఇవ్వాలని యూట్యూబ్, ఫేస్‌బుక్‌లకు సూచన

హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

ఏపీ ఉప ముఖ్యమంత్రి, జనసేన అధినేత పవన్ కల్యాణ్ కుమారుడు అకీరా నందన్‌కు ఢిల్లీ హైకోర్టులో భారీ ఊరట లభించింది. తన అనుమతి లేకుండా ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటెలిజెన్స్ (ూ×) టెక్నాలజీతో రూపొందించిన డీప్‌ఫేక్ సినిమాపై అకీరా దాఖలు చేసిన పిటిషన్‌పై న్యాయస్థానం స్టే విధించింది. ఈ సినిమాను వెంటనే అన్ని డిజిటల్ ప్లాట్‌ఫామ్‌ల నుంచి తొలగించాలని కీలక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. తన పేరు, ఫొటోలు, స్వరం, వ్యక్తిత్వాన్ని వాడుకుని 'ూ× లవ్ స్టోరీ' పేరుతో ఓ పూర్తిస్థాయి సినిమాను రూపొందించారని, దానిని యూట్యూబ్ వంటి సోషల్ మీడియాలో విడుదల చేశారని అకీరా తన పిటిషన్‌లో పేర్కొన్నాడు. ఈ డీప్‌ఫేక్ సినిమా వల్ల తన ప్రతిష్ఠకు భంగం కలుగుతోందని, ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించేలా ఉందని అతడు కోర్టు దృష్టికి తీసుకెళ్లాడు. ఇది తన వ్యక్తిత్వ, గోప్యతా హక్కులను ఉల్లంఘించడమేనని వాదించాడు. ఈ పిటిషన్‌పై విచారణ జరిపిన జస్టిస్ తుషార్ రావు... అకీరా నందన్‌కు అనుకూలంగా మధ్యంతర ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. అతడి అనుమతి లేకుండా ఎలాంటి డీప్‌ఫేక్ కంటెంట్‌ను సృష్టించడం, పంచుకోవడం చేయరాదని సంభవామి స్టూడియోస్‌తో పాటు ఇతరులను ఆదేశించారు. వివాదాస్పద సినిమా లింకులను, నకిలీ ఖాతాలను తక్షణమే తొలగించాలని యూట్యూబ్, ఇన్‌స్టాగ్రామ్, ఫేస్‌బుక్, ఎక్స్ సంస్థలకు స్పష్టం చేశారు. ఈ కంటెంట్‌ను అప్‌లోడ్ చేసిన వారి ఐపీ అడ్రస్‌లు, ఇతర వివరాలను కోర్టుకు సమర్పించాలని కూడా ఆదేశాల్లో పేర్కొన్నారు. ఇటీవల కాలంలో సినీ ప్రముఖులు, ఇతర రంగాల సెలెబ్రిటీలో వ్యక్తిగత గోప్యతా హక్కుల పరిరక్షణ కోసం ఢిల్లీ హైకోర్టును ఆశ్రయిస్తుండడం తెలిసిందే.

మేడారం సమ్మక్కసారలమ్మ జాతరలో చిన్నపిల్లల భద్రతకు కట్టుదిట్టమైన ఏర్పాట్లు

సురక్ష చిల్డ్రన్ ట్రాకింగ్ అండ్ మానిటరింగ్ సిస్టం ద్వారా ట్రాకింగ్ ట్యాగ్‌లు

మేడారం, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

మేడారం సమ్మక్కసారలమ్మ జాతరకు లక్షలాది మంది భక్తులు తరలివెళ్తున్న నేపథ్యంలో, చిన్నపిల్లల భద్రతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తూ పోలీసు శాఖ పటిష్టమైన చర్యలు చేపట్టింది. జాతర సమయంలో గుంపుల మధ్య చిన్నపిల్లలు తల్లిదండ్రుల నుంచి దూరమయ్యే ప్రమాదాన్ని తగ్గించేందుకు సురక్ష చిల్డ్రన్ ట్రాకింగ్ అండ్ మానిటరింగ్ సిస్టం (సిటిఎంఎస్) ను విస్తృతంగా అమలు చేస్తున్నారు. హనుమకొండ జిల్లాలోని హాగ్రీవచారి గ్రౌండ్‌లో ఆర్టీసీ అధికారులు ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక బస్టాండ్ వద్ద ఈ ట్రాకింగ్ వ్యవస్థను అమలు చేస్తున్నారు. మేడారం జాతరకు వెళ్లే భక్తులతో పాటు వచ్చే చిన్నపిల్లలకు పోలీసులు ప్రత్యేక ట్రాకింగ్ ట్యాగ్‌లు అమర్చి, పిల్లల పేరు, తల్లిదండ్రుల వివరాలు, సంప్రదింపు నెంబర్లను సిస్టంలో నమోదు చేస్తున్నారు. ఈ విధానం వల్ల పిల్లలు తప్పిపోయినట్లయితే తక్షణమే గుర్తించి, తల్లిదండ్రుల వద్దకు సురక్షితంగా చేర్చే అవకాశం ఉంటుందని అధికారులు వివరించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని సుబేదారి పోలీస్ స్టేషన్ ఇన్‌స్పెక్టర్ ఎం. రంజిత్ కుమార్ స్వయంగా పర్యవేక్షించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ, జాతర వంటి భారీ జన సమూహాలు ఉండే సందర్భాల్లో చిన్నపిల్లల భద్రత అత్యంత కీలకమని, అందుకే ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని వినియోగిస్తూ ఈ ట్రాకింగ్ సిస్టంను అమలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు తప్పనిసరిగా ట్రాకింగ్ ట్యాగ్‌లు వేయించుకుని పోలీసులకు సహకరించాలని ఆయన కోరారు. జాతర సందర్భంగా భక్తులు ఎలాంటి అసౌకర్యానికి గురికాకుండా, భద్రతతో పాటు సౌకర్యవంతమైన ప్రయాణం కల్పించేందుకు పోలీసు, ఆర్టీసీ, ఇతర శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో

పనిచేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ముఖ్యంగా మహిళలు, చిన్నపిల్లలు, వృద్ధులకు ప్రత్యేక సహాయ కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేసి, అవసరమైన సేవలు అందిస్తున్నామని పేర్కొన్నారు. మేడారం సమ్మక్క సారలమ్మ జాతరను ప్రశాంతంగా, భద్రంగా నిర్వహించడమే లక్ష్యంగా ప్రభుత్వం అన్ని విభాగాలను అప్రమత్తం చేసి, సమగ్ర ఏర్పాట్లు చేపట్టిందని అధికారులు వెల్లడించారు.

మేడారం అమ్మవారి పేట జాతర ఏర్పాట్లపై పోలీస్ ఉన్నతాధికారుల విస్తృత తనిఖీ

మడికొండ, 27 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

శ్రీ మేడారం అమ్మవారి పేట జాతరను పురస్కరించుకుని జాతర ప్రాంతంలో శాంతిభద్రతలు పటిష్టంగా నిర్వహించేందుకు పోలీస్ శాఖ విస్తృత భద్రతా ఏర్పాట్లు చేపట్టింది. ఈ నేపథ్యంలో మంగళవారం జాతర ప్రాంతాన్ని డీసీపీ దార కవిత, ఏసీపీ పింగిలి ప్రశాంత్ రెడ్డిలు సందర్శించి ఏర్పాట్లను సమగ్రంగా పరిశీలించారు. ఈ తనిఖీలో మడికొండ ఎస్‌హెచ్‌ఓ పుల్యాల కిషన్ గారు డీసీపీ, ఏసీపీ గార్లతో కలిసి ఆలయ ప్రాంగణం, జాతర ప్రదేశం, భక్తుల రాకపోకల మార్గాలు, వాహనాల పార్కింగ్ ప్రాంతాలు, బందోబస్తు కేంద్రాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా డీసీపీ దార కవిత మాట్లాడుతూ, జాతర సందర్భంగా భక్తుల భద్రతే ప్రధాన లక్ష్యమని స్పష్టం చేశారు. ఆలయ ప్రాంగణంలో శాంతి భద్రతలు కాపాడటం, భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా చూడటం పోలీస్ శాఖ బాధ్యత అని తెలిపారు. అధిక రద్దీ ఉండే ప్రాంతాల్లో అదనపు పోలీస్ బలగాలను మోహరించాలని, సీసీ కెమెరాల ద్వారా నిరంతర నిఘా కొనసాగించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా ముందస్తు చర్యలు తప్పనిసరిగా చేపట్టాలని సూచించారు. అలాగే ట్రాఫిక్ సమస్యలు తలెత్తకుండా ప్రత్యేక ప్రణాళిక అమలు చేయాలని, రూట్ డైవర్షన్లు, వన్‌వే విధానం ద్వారా భక్తులకు ఇబ్బందులు లేకుండా చూడాలని తెలిపారు. మహిళలు, వృద్ధులు, దివ్యాంగ భక్తులకు ప్రత్యేక సహాయం అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా ఏసీపీ పింగిలి ప్రశాంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, జాతర నిర్వహణలో అన్ని శాఖల సమన్వయం అత్యంత కీలకమని పేర్కొన్నారు. పోలీస్, ట్రాఫిక్, వైద్య, రెవెన్యూ శాఖలు సమష్టిగా పనిచేస్తేనే జాతరను సజావుగా నిర్వహించగలమన్నారు. విధుల్లో ఉన్న పోలీస్ సిబ్బంది అప్రమత్తంగా ఉండి, భక్తులకు మర్యాదపూర్వకంగా సేవలు అందించాలని సూచించారు. జాతర సమయంలో అనుమానాస్పద వ్యక్తులు, వస్తువులపై ప్రత్యేక నిఘా ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. జాతరను ప్రశాంతంగా, సురక్షితంగా నిర్వహించేందుకు పోలీస్ శాఖ అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసిందని మడికొండ ఎస్‌హెచ్‌ఓ పుల్యాల కిషన్ తెలిపారు. భక్తులు పోలీస్ అధికారులకు సహకరించి జాతరను విజయవంతం చేయాలని ఆయన కోరారు.

భారత పోలీస్ చరిత్రలో ధృవతార కె.ఎస్. వ్యాస్ ఐపీఎస్‌కు ఘన నివాళులు

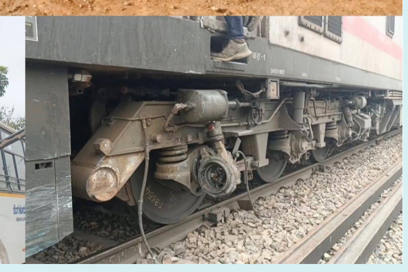
ఆర్.బి.వి.ఆర్.ఆర్. తెలంగాణ పోలీస్ అకాడమీలో 33వ వర్ధంతి సందర్భంగా స్మరణ సభ

హైద్రాబాద్, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

భారత పోలీస్ వ్యవస్థకు చిరస్మరణీయ సేవలు అందించిన, గ్రేహౌండ్స్ వంటి విశిష్ట వ్యవస్థను దేశానికి అందించిన దివంగత కె.ఎస్. వ్యాస్ ఐపీఎస్ 33వ వర్ధంతి సందర్భంగా ఆర్.బి.వి.ఆర్.ఆర్. తెలంగాణ పోలీస్ అకాడమీలో ఘన నివాళులర్పణ కార్యక్రమాన్ని అత్యంత గౌరవప్రదంగా నిర్వహించారు. అకాడమీ డైరెక్టర్ శ్రీమతి అభిలాష బిస్త్ ఐపీఎస్ ఆదేశాల మేరకు ఈ కార్యక్రమం నిర్వహించబడింది. అకాడమీ ప్రాంగణంలోని కె.ఎస్. వ్యాస్ బ్లాక్ ఎదుట ఏర్పాటు చేసిన వ్యాస్ గారి విగ్రహానికి ఔట్‌డోర్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ శ్రీరామమూర్తి మరియు అడ్మిన్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ కె.ఆర్.కె. ప్రసాద్ పూలదండలు వేసి ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. అనంతరం మౌనవ్రతం పాటించి మహానీయుడికి శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు. ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ డైరెక్టర్ శ్రీరామమూర్తి మాట్లాడుతూ, "భారతదేశ పోలీస్ చరిత్రలో కె.ఎస్. వ్యాస్ ఒక ధృవతార. క్రమశిక్షణ, అంకితభావం, ప్రజాసేవ అనే విలువలను పోలీస్ వ్యవస్థలో బలంగా స్థాపించిన నాయకుడు ఆయన. ఆయన సేవలు నేటి పోలీస్ అధికారులకు కూడా మార్గదర్శకాలుగా నిలుస్తున్నాయి" అని కొనియాడారు. అడ్మిన్ డిప్యూటీ డైరెక్టర్ కె.ఆర్.కె. ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ, "గ్రేహౌండ్స్ వంటి ప్రత్యేక దళాన్ని ఏర్పాటు చేసి నక్సలిజాన్ని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొన్న దూరదృష్టి కలిగిన అధికారి కె.ఎస్. వ్యాస్. పోలీస్ బలగాలకు ఆధునిక శిక్షణ, వ్యూహాత్మక ఆలోచనలను పరిచయం చేసి దేశవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందిన వ్యవస్థను నిర్మించారు. ప్రజల భద్రత కోసం అంకితభావంతో పని చేసిన నిజమైన పోలీస్ అధికారి ఆయన" అని పేర్కొన్నారు. అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్ వి.వి. శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ, తాను డైరెక్ట్ సబ్ ఇన్‌స్పెక్టర్‌గా గ్రేహౌండ్స్‌లో తొలి శిక్షణ పొందిన రోజులను గుర్తు చేసుకుంటూ, "ఫీల్డ్‌లో నక్సలిజాన్ని ఎదుర్కొనే క్లిష్ట పరిస్థితుల్లో వ్యాస్ గారి మార్గదర్శకాలు మాకు భగవద్గీతలాగా మారాయి. ఆయన ఇచ్చిన సూచనలు అనేక మంది పోలీస్ అధికారుల జీవితాలకు దిశానిర్దేశం చేశాయి" అని భావోద్వేగంగా తెలిపారు. అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్లు నరహరి, శ్రీనివాసరెడ్డి కూడా వ్యాస్ గారి క్రమశిక్షణ, వ్యూహాత్మక దృష్టి, సిబ్బందిపై చూపిన మానవీయత పోలీస్ వ్యవస్థకు శాశ్వత స్ఫూర్తిగా నిలిచాయని తెలిపారు. డీఎస్పీ ఆదూరి శ్రీనివాసరావు మాట్లాడుతూ, "ఈ అకాడమీలో తొలి డైరెక్ట్ రిక్రూట్ సబ్ ఇన్‌స్పెక్టర్ బ్యాచ్‌గా కె.ఎస్. వ్యాస్ బ్లాక్‌లోనే నివసిస్తూ శిక్షణ పొందడం మా జీవితంలో గర్వకారణం. పోలీస్ వ్యవస్థను ఆధునికంగా తీర్చిదిద్దడంలో ఆయన చేసిన సేవలు చిరస్మరణీయం" అని అన్నారు. ఈ స్మరణ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ డైరెక్టర్లు శ్రీరామమూర్తి, కె.ఆర్.కె. ప్రసాద్, అసిస్టెంట్ డైరెక్టర్లు శ్రీనివాసరెడ్డి, వి.సి. రమణ, వి.వి. శ్రీనివాసరావు, నరహరి, డీఎస్పీలు ఆదూరి శ్రీనివాసరావు, సందీప్ రెడ్డి, భాస్కర్, రామారావు, కృష్ణ, అలాగే తోట శ్రీనివాసులు, తిరుపతి, ఏ.ఓ. యాదమ్మ, రిజర్వ్ ఇన్‌స్పెక్టర్లు మహేష్, శ్రీనివాస్, శ్రీనివాసరెడ్డి, శంకర్, చైతన్య, కృష్ణ, ఫణి, రమేష్, నాహెర్, రామకృష్ణ తదితర పోలీస్ అధికారులు, సిబ్బంది పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని కె.ఎస్. వ్యాస్ ఐపీఎస్ గారి సేవలకు ఘనంగా నివాళులు అర్పించారు. కార్యక్రమం చివరలో, కె.ఎస్. వ్యాస్ ఐపీఎస్ గారి ఆదర్శాలు, ఆయన చూపిన మార్గం పోలీస్ వ్యవస్థలో తరతరాలకు స్ఫూర్తిగా నిలుస్తాయని, ప్రజల భద్రత, దేశ శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో ఆయన సేవలు చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతాయని పాల్గొన్న అధికారులు ఏకగ్రీవంగా అభిప్రాయపడ్డారు.

బెంగళూరు రైలును ఢీకొట్టిన బిఎంటిసి బస్సు

తృటిలో తప్పిన భారీ ప్రమాదం



బెంగళూరు జై భీమ్ న్యూస్ :

బెంగళూరు నగరంలోని మహాదేవపుర నియోజకవర్గ సాదరమంగలలో బిఎంటిసి బస్సు నిర్లక్ష్యంగా రివర్స్ చేస్తుండగా రైలు ఢీకొట్టింది, బస్సు వెనుక భాగం దెబ్బతింది, రైలు ఇంజన్ ముందు భాగం కూడా దెబ్బ తినడంతో ఒక గంట రైలు నిలిచిపోయింది. బస్సులో ప్రయాణికులు ఎవరూ లేకపోవడంతో భారీ ప్రమాదం తప్పింది. ఆక్కడ రైలు పట్టాలు రోడ్డు పక్కనే ఉన్నాయి. సోమవారం ఉదయం 9.15 గంటలకు సాదరమంగలలోని బిఎంటిసి 51వ డిపో నుండి కడుగోడికి బస్సు బయలుదేరింది. అక్కడ రోడ్డు పనులు జరుగుతున్నాయి, బస్సును వెనక్కి రివర్స్ చేస్తుండగా, బస్ డ్రైవర్ నిర్లక్ష్యం కారణంగా బస్సు పట్టాల వైపు చాలా వెనుకకు వెళ్ళింది. అదే సమయంలో, బెంగళూరు ఎస్ఎంవిటి –టాటానగర్ (జార్ఖండ్) సూపర్‌ఫాస్ట్ ఎక్స్‌ప్రెస్ రైలు వచ్చి బస్సును ఢీకొట్టింది. బిఎంటిసి డివిజనల్ మేనేజింగ్ ఇంజనీర్ సంఘటనా స్థలాన్ని సందర్శించారు. ఇది భద్రతా ప్రమాదాన్ని కలిగించే సంఘటనగా పరిగణించి, నైరుతి రైల్వే అధికారులు కేసు నమోదు చేశారు. ఈ సందర్భంగా రైల్వే అధికారులు రహదారిని మూసివేశారు. రహదారి మూసివేయంతో సాదరమంగల నుండి హూడీ ఐటీ కంపెనీలకు వెళ్ళే ఉద్యోగస్తులు, కూలీలు, సామాన్య ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారు.

సర్కార్ బడిపై విశ్వాసం.. తన కుమారుడిని అక్కడే చేర్పించిన పాలకుర్తి తహసీల్దార్

ప్రభుత్వ పాఠశాలపై నమ్మకాన్ని చాటిన అధికారిణి నిర్ణయం

జనగామ జిల్లా, పాలకుర్తి, 27 జనవరి 2027 (జై భీమ్ న్యూస్)

సర్కార్ బడులను చిన్నచూపు చూసే పరిస్థితులు ఉన్న ఈ రోజుల్లో, ప్రభుత్వ పాఠశాలలపై తనకు ఉన్న విశ్వాసాన్ని ఆచరణలో చూపుతూ పాలకుర్తి తహసీల్దార్ సరస్వతి తన కుమారుడిని ప్రభుత్వ ప్రైమరీ పాఠశాలలో చేర్పించడం ప్రశంసనీయంగా నిలిచింది. పాలకుర్తి మండల కేంద్రంలో ఉన్న ప్రభుత్వ ప్రైమరీ పాఠశాలలో ఆమె తన కుమారుడిని నాలుగో తరగతిలో చేర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ, ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో నాణ్యమైన విద్య, అనుభవజ్ఞులైన ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులకు అవసరమైన అన్ని మౌలిక వసతులు అందుబాటులో ఉన్నాయని తెలిపారు. ప్రైవేట్ పాఠశాలలకు ఏమాత్రం తీసిపోకుండా, సౌకర్యాలు, సుసంపన్నమైన తరగతి గదులు, శుభ్రమైన పరిసరాలు, ఆహ్లాదకరమైన విద్యావాతావరణంతో ఈ ప్రభుత్వ పాఠశాల ఆదర్శంగా నిలుస్తోందని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థుల సర్వతోముఖాభివృద్ధికి ఇక్కడ ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటున్నారని ఆమె అన్నారు. గమనార్హమైన విషయం ఏమిటంటే, ఈ పాఠశాల అందిస్తున్న ఉత్తమ విద్యా ప్రమాణాలు, మౌలిక వసతుల కారణంగా జిల్లా కలెక్టర్ చేతుల మీదుగా ప్రశంసా పత్రాన్ని కూడా అందుకుంది. ఇది ప్రభుత్వ పాఠశాలల స్థాయిని చాటే మరో నిదర్శనంగా నిలుస్తోంది. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు చిదిరాల శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యాయ బృందం, పాఠశాల సిబ్బంది పాల్గొని తహసీల్దార్ సరస్వతికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలను ప్రోత్సహించే ఇలాంటి చర్యలు సమాజానికి స్ఫూర్తిదాయకమని వారు అభిప్రాయపడ్డారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలపై విశ్వాసాన్ని మరింత పెంచుతూ, తల్లిదండ్రుల్లో నమ్మకాన్ని బలపరిచే ఈ నిర్ణయం 'చదువుల తల్లి సర్కార్ బడి' అనే నినాదానికి నిలువెత్తు నిదర్శనంగా నిలిచింది.

మేడారం మహా జాతర సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రజలకు, భక్తకోటికి మంత్రి సీతక్క శుభాకాంక్షలు

మేడారం, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

మేడారం సమ్మక్క సారలమ్మ మహాజాతరకు తరలివచ్చే కోట్లాది భక్తులందరికీ మంత్రి సీతక్క హృదయపూర్వక శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఆదివాసీ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు ప్రతీకగా నిలిచె ఈ మహాజాతర ప్రతి భక్తుడి హృదయంలో భక్తి భావాన్ని నింపాలని, జీవితంలో ఎదురయ్యే కష్టాలు తొలగిపోయి శాంతి, ఆనందం కలగాలని ఆమె ఆకాంక్షించారు. సమ్మక్క సారలమ్మ తల్లుల దర్శనంతో ప్రజలందరికీ ఆరోగ్యం, సుఖసంతోషాలు, సమృద్ధి ప్రసాదించాలని ప్రార్థించారు. భక్తుల సౌకర్యం, భద్రత కోసం ప్రభుత్వం అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తి చేసిందని మంత్రి తెలిపారు. రవాణా, తాగునీరు, వైద్య సదుపాయాలు, పారిశుద్ధ్యం తదితర మౌలిక వసతులు సమకూర్చామని పేర్కొన్నారు. భక్తులందరూ సురక్షితంగా దర్శనం చేసుకుని ప్రశాంతంగా తిరిగి వెళ్లాలని ఆమె కోరారు. సమ్మక్క సారలమ్మ తల్లుల ఆశీస్సులతో తెలంగాణ ప్రజలందరికీ శుభం కలగాలని మంత్రి సీతక్క తన ప్రకటనలో పేర్కొన్నారు.

పి.డి.ఎస్.యు. తెలంగాణ రాష్ట్ర కమిటీలో ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాకు చెందిన 7 మందికి చోటు

రాష్ట్ర గర్ల్స్ కన్వీనర్‌గా వి.కావ్య, కో-కన్వీనర్‌గా పి.అనూష ఎన్నిక

హన్మకొండ, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

ఖమ్మం జిల్లా కేంద్రంలో జనవరి 23, 24, 25 తేదీలలో నిర్వహించిన ప్రగతిశీల ప్రజాస్వామ్య విద్యార్థి సంఘం (పి.డి.ఎస్.యు) తెలంగాణ రాష్ట్ర 23వ మహాసభలో నూతనంగా ఎన్నికైన రాష్ట్ర కమిటీలో ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాకు చెందిన ఏడుగురికి ప్రాతినిధ్యం దక్కింది. ఈ మహాసభలో బి. నరసింహారావును తెలంగాణ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడిగా, బోయినపల్లి అజయ్ను రాష్ట్ర సహాయ కార్యదర్శిగా ఎన్నుకోగా, బోట్ల గౌతం, బి. బాలకృష్ణ, దండు వినయ్లను రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులుగా ఎంపిక చేశారు. అలాగే వి. కావ్యను రాష్ట్ర గర్ల్స్ కన్వీనర్‌గా, పి. అనూషను రాష్ట్ర గర్ల్స్ కో-కన్వీనర్‌గా ఏకగ్రీవంగా ఎన్నిక చేశారు. నూతనంగా ఎన్నికైన నాయకులు రాష్ట్ర మహాసభ ప్రతినిధులకు ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ, విద్యారంగంలో నెలకొన్న సమస్యల పరిష్కారం, విద్యార్థుల హక్కుల పరిరక్షణ, శాస్త్రీయ విద్యా విధానం అమలు, సమానత్వ సమాజ నిర్మాణం లక్ష్యంగా విద్యార్థి లోకాన్ని సంఘటితం చేస్తూ నిరంతర పోరాటాలు చేపడతామని అన్నారు. దేశంలో పెరుగుతున్న కుల, మత ఉన్మాద ఫాసిస్ట్ భావజాలానికి వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తూ, విద్యార్థుల్లో ప్రగతిశీల, ప్రజాస్వామ్య భావజాలాన్ని వ్యాప్తి చేయడానికి పి.డి.ఎస్.యు కట్టుబడి ఉందని వారు స్పష్టం చేశారు.

ఆర్యవైశ్యుల దాతృత్వం అభినందనీయం

కేయూ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి ఆచార్య రాజేందర్ కట్ల

వరంగల్, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

రెండు సంవత్సరాలకు ఒకసారి నిర్వహించే దక్షిణ భారతదేశ కుంభమేళాగా పేరుగాంచిన మేడారం జాతరను దృష్టిలో ఉంచుకుని చేపడుతున్న పర్యావరణ పరిరక్షణ, ప్లాస్టిక్ నివారణ కార్యక్రమాల్లో భాగంగా ఆర్యవైశ్యుల దాతృత్వం అభినందనీయమని కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి ఆచార్య రాజేందర్ కట్ల అన్నారు. వరంగల్ ఆర్యవైశ్య బాలికల వసతి గృహ అధ్యక్షులు, వరంగల్ వాసవి క్లబ్ వ్యవస్థాపక సభ్యులు, ప్రముఖ నిర్మాణ సంస్థ "సంస్కృతి బిల్డర్స్ అండ్ డెవలపర్స్" అధినేత చందా రఘువీర్ రూ.12,000 విలువైన 1200 చేతి సంచులను అందజేయగా, వాటిని ఆచార్య రాజేందర్ కట్ల ఆవిష్కరించి విద్యార్థులకు అందజేశారు. ఈ సంచులను మేడారం జాతర సందర్భంగా భక్తులకు పంపిణీ చేయనున్నట్లు తెలిపారు. జాతర సమయంలో టన్నుల కొద్దీ ఏర్పడే ప్లాస్టిక్ వ్యర్థాల నివారణకు ఈ తరహా దాతృత్వ కార్యక్రమాలు ఎంతగానో దోహదపడతాయని పేర్కొన్న ఆయన, పర్యావరణ పరిరక్షణకు తోడ్పడుతున్న దాతలను ప్రత్యేకంగా అభినందించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్టూడెంట్ అఫైర్స్ డీన్ ఆచార్య మామిడాల ఇస్తారి, ఐక్యూఏసీ డైరెక్టర్ ఆచార్య ఎస్. నరసింహ చారి, వసతి గృహ సంచాలకులు డాక్టర్ ఎల్.పీ. రాజ్ కుమార్, అదనపు పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి డాక్టర్ పి. వెంకటయ్య, డాక్టర్ ఆర్. భారవి శర్మ, డాక్టర్ సోమయ్య, ప్రజాసంబంధాల అధికారి డాక్టర్ పృథ్వీ రాజు వల్లాల, పర్యవేక్షకులు నర్మద.పి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా దాతలు చందా రఘువీర్, శ్రీచందా సందీప్లను విశ్వవిద్యాలయ అధికారులు ఘనంగా సత్కరించి అభినందించారు.

అమ్మవారి దర్శనంలో సినీ, టీవీ రంగ ప్రముఖులు

భక్తిశ్రద్ధలతో ప్రత్యేక పూజలు శేష వస్త్రాల బహూకరణ, మహాదాశివచనం నిర్వహణ

వరంగల్, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

భద్రకాళి అమ్మవారి ఆలయంలో భక్తుల రద్దీతో పాటు ప్రముఖుల సందడి నెలకొంది. ఈ సందర్భంగా ప్రముఖ సినీ నేపథ్య గాయకుడు మైనంపాటి శ్రీరామచంద్రతో పాటు, ప్రముఖ టీవీ సీరియల్ మొగలిరేకులు ఫేమ్ నటుడు ఆర్కే నాయుడు అలియాస్ సాగర్ అమ్మవారిని భక్తిశ్రద్ధలతో దర్శించుకున్నారు. మంగళవారం ఉదయం ఆలయానికి చేరుకున్న ప్రముఖులకు ఆలయ అర్చకులు సంప్రదాయబద్ధంగా స్వాగతం పలికారు. అనంతరం అమ్మవారికి ప్రత్యేక అభిషేకాలు, అలంకార పూజలు నిర్వహించారు. భక్తిపూర్వక వాతావరణంలో జరిగిన ఈ పూజల్లో ప్రముఖులు పాల్గొని అమ్మవారి ఆశీస్సులు పొందారు. పూజానంతరం ఆలయ సంప్రదాయం ప్రకారం ప్రముఖులకు అమ్మవారి శేష వస్త్రాలు బహూకరించారు. అలాగే ఈ సందర్భంగా మహాదాశివచనం నిర్వహించి, వేదమంత్రోచ్చారణల మధ్య తీర్థప్రసాదాలను అందజేశారు. ఆలయ ప్రాంగణమంతా భక్తిసౌరభంతో మార్మోగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ ధర్మకర్తలు తొనుపునూరి వీరన్న, గాదె శ్రవణ్ కుమార్ రెడ్డి, జారతి వెంకటేశ్వర్లు, మయూరి రామేశ్వరరావు, అనంతుల శ్రీనివాస్, కటకం రాములు, మూగ శ్రీనివాసరావు పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని పర్యవేక్షించారు. అలాగే ఆలయ సిబ్బంది హరినాథ్, కృష్ణ, శ్యామ్ సుందర్ తదితరులు ఏర్పాట్లను సమర్థవంతంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రముఖులు అమ్మవారి దర్శనం తమకు ఆధ్యాత్మిక శాంతిని, శక్తిని ప్రసాదించిందని తెలిపారు. భక్తులు కూడా పెద్ద సంఖ్యలో ఆలయానికి తరలివచ్చి అమ్మవారి దర్శనం చేసుకుని ప్రసాదాలు స్వీకరించారు. కార్యక్రమం ప్రశాంతంగా, భక్తిశ్రద్ధల మధ్య విజయవంతంగా ముగిసింది.

హంటర్ రోడ్డులో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం

9 నెలల గర్భిణీ డాక్టర్ మృతి

వరంగల్, 27 జనవరి 2027(జై భీమ్ న్యూస్)

వరంగల్ జిల్లా హంటర్ రోడ్డులో సోమవారం రాత్రి జరిగిన ఘోర రోడ్డు ప్రమాదంలో 9 నెలల గర్భిణీ అయిన మహిళా డాక్టర్ మృతి చెందడం తీవ్ర విషాదాన్ని మిగిల్చింది. ద్విచక్ర వాహనంపై ప్రయాణిస్తున్న డాక్టర్‌ను వేగంగా వచ్చిన లారీ ఢీకొట్టడంతో ఈ దుర్ఘటన చోటుచేసుకుంది. పోలీసుల కథనం ప్రకారండ కొలంబియా ఆస్పత్రిలో అసిస్టెంట్ ప్రొఫెసర్‌గా విధులు నిర్వహిస్తున్న డాక్టర్ మమత (33) సోమవారం రాత్రి విధులు ముగించుకుని ద్విచక్ర వాహనంపై ఇంటికి వెళ్తుండగా, హంటర్ రోడ్డులో వెనుక నుంచి వచ్చిన లారీ ఆమె వాహనాన్ని ఢీకొట్టింది. ఈ ప్రమాదంలో తీవ్రంగా గాయపడిన డాక్టర్ మమతను స్థానికులు వెంటనే సమీప ఆస్పత్రికి తరలించారు. అయితే చికిత్స పొందుతూ ఆమె మృతి చెందారు. డాక్టర్ మమత 9 నెలల గర్భిణీ కావడంతో ఈ సంఘటన మరింత హృదయ విదారకంగా మారింది. విషయం తెలిసిన వెంటనే కుటుంబ సభ్యులు, బంధువులు, ఆస్పత్రి సహచరులు తీవ్ర దిగ్భ్రాంతికి గురయ్యారు. ఆమె మృతి పట్ల వైద్య వర్గాల్లో తీవ్ర విషాదం నెలకొంది. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు సంఘటన స్థలానికి చేరుకుని కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించారు. ప్రమాదానికి కారణమైన లారీ డ్రైవర్‌ను అదుపులోకి తీసుకుని విచారణ చేపట్టారు. ఈ ఘటనపై స్థానికులు, వైద్య సంఘాలు తీవ్ర ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తూ, హంటర్ రోడ్డులో వేగ నియంత్రణ, ట్రాఫిక్ పర్యవేక్షణ, రోడ్డు భద్రత చర్యలను కఠినంగా అమలు చేయాలని అధికారులను డిమాండ్ చేస్తున్నారు. నిర్లక్ష్యంగా వాహనాలు నడిపితే ఇలాంటి అమూల్య ప్రాణాలు కోల్పోవాల్సి వస్తుందని వారు ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు.

విశ్వవిద్యాలయంలో 6 వారాల స్పోకెన్ ఇంగ్లీష్ అండ్ కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ కోర్సు

హన్మకొండ, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

విశ్వవిద్యాలయ సెంటర్ ఫర్ ఇంగ్లీష్ లాంగ్వేజ్ టీచింగ్ ఆధ్వర్యంలో 6 వారాల స్పోకెన్ ఇంగ్లీష్ అండ్ కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ తరగతులు నిర్వహించనున్నట్లు ఆ కేంద్ర సంచాలకులు డాక్టర్ ఆర్. మేఘనా రావు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ కోర్సుకు ఆసక్తి గల విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు నామమాత్రపు రుసుముతో పేర్లు నమోదు చేసుకోవచ్చని ఆమె తెలిపారు. ఇతర కళాశాలల (నాన్-యూనివర్సిటీ) విద్యార్థులు రూ.1500/- ఫీజును సంబంధిత క్యాంపస్ కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్ నాన్-యూనివర్సిటీ ఫండ్ ఖాతాలో ఫిబ్రవరి 4వ తేదీ లోపు జమ చేయాల్సి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. ఈ తరగతులు ఫిబ్రవరి 5వ తేదీ నుంచి మార్చి 16వ తేదీ వరకు ప్రతిరోజూ సాయంత్రం 4.00 గంటల నుంచి నిర్వహించబడతాయని తెలిపారు. కోర్సుకు సంబంధించిన మరిన్ని వివరాల కోసం విశ్వవిద్యాలయ అధికారిక వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించాలని డాక్టర్ మేఘనా రావు కోరారు.

ఉత్తమ డ్రగ్ ఇన్స్పెక్టర్‌గా జన్ను కిరణ్ కుమార్‌కు ఘన సన్మానం

హన్మకొండ, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండ జిల్లా డ్రగ్ ఇన్స్పెక్టర్‌గా సేవలందిస్తున్న జన్ను కిరణ్ కుమార్ గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా తన ఉత్తమ సేవలకు గుర్తింపుగా ఉత్తమ డ్రగ్ ఇన్స్పెక్టర్ అవార్డును గౌరవనీయులైన డీజీ శానువాజ్ కాసిం ఐపీఎస్ గారి చేతుల మీదుగా అందుకున్నారు. ఈ శుభ సందర్భంగా కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయానికి చెందిన ఫార్మసీ కళాశాల ఆధ్వర్యంలో జన్ను కిరణ్ కుమార్‌కు ఘన సన్మాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ జనపరెడ్డి కృష్ణవేణి, సీనియర్ అధ్యాపకులు ఆచార్య గాదే సమ్మయ్యలు పుష్పగుచ్ఛం, శాలువా, ఫార్మసీ కళాశాల గోల్డెన్ జూబ్లీ మెమెంటోతో సత్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆచార్య గాదే సమ్మయ్య మాట్లాడుతూ, జన్ను కిరణ్ కుమార్ ఉత్తమ డ్రగ్ ఇన్స్పెక్టర్ అవార్డు అందుకోవడం కాకతీయ ఫార్మసీ కళాశాలకు గర్వకారణమని పేర్కొన్నారు. విద్యార్థి దశ నుంచే ఆయన కష్టపడి పనిచేసే స్వభావం, విజ్ఞత, క్రమశిక్షణ కలిగిన వ్యక్తిత్వం కలిగి ఉండేవారని, అధ్యాపకుల పట్ల ఎల్లప్పుడూ విధేయతతో మెలిగేవారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆచార్య మంద సారంగపాణి పాల్గొని జన్ను కిరణ్ కుమార్‌ను ఆశీర్వదించారు. సన్మానం సందర్భంగా జన్ను కిరణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ, తాను చదువుకున్న కళాశాలలోనే ఈ విధంగా గౌరవం పొందడం ఎంతో ఆనందంగా ఉందని, దీనికి కారణమైన అధ్యాపకులు, కళాశాలకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ బి. నాగరాజ్ (బోర్డ్ ఆఫ్ స్టడీస్ చైర్‌పర్సన్), డాక్టర్ సాహెద్, డాక్టర్ సుజాత, డాక్టర్ సునీత, డాక్టర్ ఉషా కిరణ్, డాక్టర్ సుకన్య, డాక్టర్ శశిధర్, డాక్టర్ సంగీత్ తదితర అధ్యాపకులు, అలాగే విద్యార్థినివిద్యార్థులు పాల్గొని ఘనంగా సన్మానించారు.

విశ్వవిద్యాలయంలో 6 వారాల స్పోకెన్ ఇంగ్లీష్ అండ్ కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ కోర్సు

హన్మకొండ, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

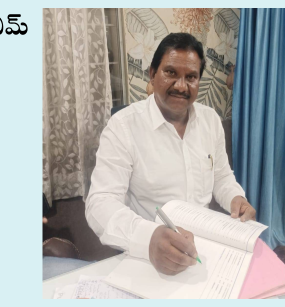
విశ్వవిద్యాలయ సెంటర్ ఫర్ ఇంగ్లీష్ లాంగ్వేజ్ టీచింగ్ ఆధ్వర్యంలో 6 వారాల స్పోకెన్ ఇంగ్లీష్ అండ్ కమ్యూనికేషన్ స్కిల్స్ తరగతులు నిర్వహించనున్నట్లు ఆ కేంద్ర సంచాలకులు డాక్టర్ ఆర్. మేఘనా రావు ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ కోర్సుకు ఆసక్తి గల విశ్వవిద్యాలయ విద్యార్థులు నామమాత్రపు రుసుముతో పేర్లు నమోదు చేసుకోవచ్చని ఆమె తెలిపారు. ఇతర కళాశాలల (నాన్-యూనివర్సిటీ) విద్యార్థులు రూ.1500/- ఫీజును సంబంధిత క్యాంపస్ కాలేజీ ప్రిన్సిపాల్ నాన్-యూనివర్సిటీ ఫండ్ ఖాతాలో ఫిబ్రవరి 4వ తేదీ లోపు జమ చేయాల్సి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు. ఈ తరగతులు ఫిబ్రవరి 5వ తేదీ నుంచి మార్చి 16వ తేదీ వరకు ప్రతిరోజూ సాయంత్రం 4.00 గంటల నుంచి నిర్వహించబడతాయని తెలిపారు. కోర్సుకు సంబంధించిన మరిన్ని వివరాల కోసం విశ్వవిద్యాలయ అధికారిక వెబ్‌సైట్‌ను సందర్శించాలని డాక్టర్ మేఘనా రావు కోరారు.

మహాశివరాత్రి, రంజాన్ ఏర్పాట్లపై సమన్వయ సమావేశం

వరంగల్, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

వరంగల్ జిల్లా కలెక్టరేట్‌లో మంగళవారం ఉదయం మహాశివరాత్రి, రంజాన్ ఉత్సవాల నిర్వహణ ఏర్పాట్లపై వేద పండితులు, ముస్లిం పెద్దలు, జిల్లా అధికారులతో సమన్వయ సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశానికి జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద, మున్సిపల్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయ్, అదనపు కలెక్టర్ జి. సంధ్యారాణి, సెంట్రల్ జోన్ డీసీపీ దార కవిత, జిల్లా అధికారులు హాజరై మహాశివరాత్రి, రంజాన్ పర్వదినాల సందర్భంగా వివిధ శాఖల ఆధ్వర్యంలో చేపట్టాల్సిన ఏర్పాట్లపై సమీక్షించారు. ఈ సందర్భంగా కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ, ఫిబ్రవరి 15న మహాశివరాత్రి పర్వదినాన్ని పురస్కరించుకుని పిబ్రవరిలో నెలలో ప్రారంభమయ్యే రంజాన్ పర్వదినం సందర్భంగా ముస్లిం సోదరులు నెల రోజుల పాటు ఉపవాస దీక్షలు పాటిస్తారని, అందుకు అవసరమైన ఏర్పాట్లలో భాగంగా దేవాలయాలు, మసీదుల వద్ద కలరింగ్, లైటింగ్, క్లీనింగ్, తాగునీటి సౌకర్యాలు, 24 గంటల నిరంతర విద్యుత్ సరఫరా, శాంతి భద్రతల పరిరక్షణకు పోలీసు బందోబస్తు వంటి ఏర్పాట్లు పకడ్బందీగా చేపట్టాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే మహాశివరాత్రి సందర్భంగా శివాలయాల పరిసర ప్రాంతాల్లో పారిశుద్ధ్య చర్యలు, విద్యుత్ దీపాల ఏర్పాటు, ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, భక్తులకు ఎలాంటి అసౌకర్యం కలగకుండా అవసరమైన చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. అన్ని శాఖల అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి ప్రాధాన్యత ప్రాతిపదికన ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని జిల్లా కలెక్టర్ డాక్టర్ సత్య శారద స్పష్టం చేశారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయ్ మాట్లాడుతూ బల్దియా తరపున చేయవలసిన ఏర్పాట్లను చేపడతామని మున్సిపల్ వాటర్ సప్లై ను సమయానుకూలంగా విడుదల చేయుటకు ప్రయత్నం చేస్తామని, అవే కాకుండా మున్సిపల్ పరిధిలో చేయవలసిన అన్ని ఏర్పాట్లను చేయుటకు సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా సెంట్రల్ జోన్ డిసిపి ధారా కవిత మాట్లాడుతూ ట్రాఫిక్ నియంత్రణ, శాంతి భద్రతల పరిరక్షణలో భాగంగా బందోబస్తు ఏర్పాట్లు చేసేందుకు చర్యలు తీసుకుంటామని వారి పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జెడ్పి సీఈఓ రాంరెడ్డి, డిఆర్ఓ విజయలక్ష్మి, జిల్లా మైనారిటీ అధికారి రమేష్, వరంగల్, నర్సంపేట ఆర్డీవోలు సుమ, ఉమారాణి, సంబంధిత జిల్లా అధికారులు, వేద పండితులు, మత పెద్దలు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

గీసుగొండ మండల కమ్యూనిటీ హెల్త్ అధికారిగా బొడ్డు ప్రసాద్ బాధ్యతలు స్వీకరణ



గీసుగొండ, 27 జనవరి 2026(జకయ్ భీమ్ న్యూస్)

హనుమకొండ జిల్లా గీసుగొండ మండల కమ్యూనిటీ హెల్త్ అధికారిగా బొడ్డు ప్రసాద్ మంగళవారం అధికారికంగా పదవి బాధ్యతలు స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన కార్యాలయంలో విధుల్లోకి ప్రవేశించి బాధ్యతలు చేపట్టారు. అనంతరం బొడ్డు ప్రసాద్ మాట్లాడుతూ, తాను తెలంగాణ రాష్ట్ర హెల్త్ ఎంప్లాయిస్ అసోసియేషన్ రాష్ట్ర కన్వీనర్‌గా, అలాగే ఎస్సీ, ఎస్టీ మెడికల్ & హెల్త్ ఎంప్లాయిస్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షుడిగా కొనసాగుతూ, డిపార్ట్మెంట్‌లోని అన్ని క్యాడర్లకు చెందిన ఉద్యోగుల సమస్యలను సమన్వయపరుస్తూ అధికారులుఉద్యోగుల మధ్య వారధిగా నిలిచి పనిచేస్తానని తెలిపారు. ఉద్యోగుల సమస్యలను ఎప్పటికప్పుడు సంబంధిత ఉన్నతాధికారుల దృష్టికి తీసుకెళ్లి పరిష్కారానికి నిరంతరం కృషి చేస్తానని ఆయన స్పష్టం చేశారు. హెల్త్ ఆఫీసర్లు, వైద్య సిబ్బంది క్షేమ సౌకర్యాల మెరుగుదల కోసం అనేక కార్యక్రమాలు చేపడతానని, శాఖాభివృద్ధితో పాటు సామాజిక సేవా కార్యక్రమాలు, ప్రజారోగ్యంపై అవగాహన కల్పించే ఉద్యమాలను కూడా ముందుకు తీసుకెళ్తానని తెలిపారు. గీసుగొండ మండలంలో ప్రజలకు మెరుగైన, నాణ్యమైన వైద్య సేవలు అందించడమే తన ప్రధాన లక్ష్యమని, ప్రజారోగ్య పరిరక్షణలో ఎల్లప్పుడూ శ్రద్ధ వహించి ముందుండి పనిచేస్తానని పేర్కొన్నారు. ప్రత్యేకంగా గ్రామీణ ప్రాంత ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండే వైద్య సేవలు, ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాల బలోపేతం, మాతాశిశు ఆరోగ్య సంరక్షణ, వ్యాధి నిరోధక కార్యక్రమాల అమలుపై దృష్టి సారిస్తానని ఆయన తెలిపారు. ప్రభుత్వ ఆరోగ్య పథకాలు అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరికీ చేరేలా క్షేత్రస్థాయిలో పర్యవేక్షణ చేపడతానని వెల్లడించారు. ఈ సందర్భంగా బొడ్డు ప్రసాద్‌ను అధికారులు బి. నెహ్రూ చంద్, వేణుగోపాల్, హనుమ నాయక్, సాంబయ్య, రమేష్, శ్రీనివాస్, కమలాకర్, ప్రకాష్ రెడ్డి తదితరులు అభినందిస్తూ, ఆయన పదవీకాలం విజయవంతంగా సాగాలని ఆకాంక్షించారు.

తెలంగాణలో యూఎల్‌బీ ఎన్నికల షెడ్యూల్ విడుదల

హైద్రాబాద్, 27 జనవరి 2026(జై భీమ్ న్యూస్)

తెలంగాణ రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషన్ 2026 సంవత్సరానికి సంబంధించిన రెండవ సాధారణ పట్టణ స్థానిక సంస్థల (యూఎల్‌బీలు) ఎన్నికల షెడ్యూల్‌ను విడుదల చేసింది. ఈ మేరకు మంగళవారం నిర్వహించిన ప్రెస్‌మీట్‌లో రాష్ట్ర ఎన్నికల కమిషనర్ శ్రీమతి ఐ. రాణి కుముదిని కీలక తేదీలు, ఏర్పాట్ల వివరాలను వెల్లడించారు. కమిషన్ ప్రకారం జనవరి 28న ఎన్నికల నోటిఫికేషన్ జారీ కానుంది. జనవరి 30 వరకు నామినేషన్ల దాఖలు చేయవచ్చు. జనవరి 31న స్క్రూటినీ జరగనుండగా, ఫిబ్రవరి 3 వరకు అభ్యర్థిత్వాల ఉపసంహరణకు అవకాశం కల్పించారు. ఫిబ్రవరి 11న ఉదయం 7 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు పోలింగ్ నిర్వహించనున్నారు. అవసరమైతే ఫిబ్రవరి 12న రీపోల్, ఫిబ్రవరి 13న ఓట్ల లెక్కింపు చేపట్టి, లెక్కింపు పూర్తైన వెంటనే ఫలితాలు ప్రకటించనున్నారు. ఈ ఎన్నికల్లో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 123 యూఎల్‌బీలు భాగస్వామ్యం కానున్నాయి. వీటిలో 116 మున్సిపాలిటీలు, 7 మున్సిపల్ కార్పొరేషన్లు ఉన్నాయి. మొత్తం 2,996 వార్డులు ఉండగా, 52.43 లక్షల ఓటర్లు తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోనున్నారు. ఇందులో పురుష ఓటర్లు 25.62 లక్షలు, మహిళా ఓటర్లు 26.80 లక్షలు, ఇతరులు 640 మంది ఉన్నారు. ఎన్నికల నిర్వహణకు 8,203 పోలింగ్ స్టేషన్లు ఏర్పాటు చేయగా, 16,031 బ్యాలెట్ బాక్సులు వినియోగించనున్నారు. ఓట్ల భద్రత కోసం 137 స్ట్రాంగ్ రూములు, లెక్కింపునకు 136 కేంద్రాలు సిద్ధం చేశారు. యూఎల్‌బీలలో మొత్తం 2,996 స్థానాలకు రిజర్వేషన్లు ఖరారు చేశారు. ఇందులో అన్‌రిజర్వ్డ్ మహిళలకు 864, యూఆర్ జనరల్‌కు 647, బీసీ జనరల్‌కు 463, బీసీ మహిళలకు 391, ఎస్సీ జనరల్‌కు 254, ఎస్సీ మహిళలకు 190, ఎస్టీ జనరల్‌కు 147, ఎస్టీ మహిళలకు 40 స్థానాలు కేటాయించారు. ఎన్నికల నిర్వహణ కోసం 1,379 రిటర్నింగ్ ఆఫీసర్లు, 1,547 అసిస్టెంట్ రిటర్నింగ్ ఆఫీసర్లు, 742 జోనల్ అధికారులు, 279 ఫ్లయింగ్ స్క్వాడ్ టీమ్స్, 381 స్టాటిక్ సర్వైలెన్స్ టీమ్స్, 9,560 పోలింగ్ అధికారులు, 31,428 ఇతర పోలింగ్ సిబ్బంది విధుల్లో పాల్గొననున్నారు. అలాగే చైర్పర్సన్, మేయర్ ఎన్నికల ప్రక్రియ కూడా పూర్తి షెడ్యూల్‌తో నిర్వహించనున్నట్లు కమిషన్ వెల్లడించింది. ఫిబ్రవరి 16న వార్డు సభ్యులకు ప్రమాణ స్వీకారం, అదే రోజు చైర్పర్సన్/మేయర్ ఎన్నికల ప్రత్యేక సమావేశం నిర్వహిస్తామని తెలిపింది. ఎన్నికలు ప్రశాంతంగా, స్వేచ్ఛాయుతంగా నిర్వహించేందుకు అన్ని ఏర్పాట్లు పూర్తయ్యాయని ఎన్నికల కమిషన్ స్పష్టం చేస్తూ, ప్రజలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని తమ ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని కోరింది.

దివ్యాంగులకు సహాయ ఉపకరణాల పంపిణీ

వరంగల్ తూర్పు నియోజకవర్గంలో ఉపకరణాలు పంపిణీ చేసిన అటవీ, పర్యావరణ, దేవాదాయ శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ

వరంగల్, 27 జనవరి 2026 (జై భీమ్ న్యూస్)

వరంగల్ తూర్పు నియోజకవర్గ పరిధిలోని దివ్యాంగులకు మంగళవారం ఉదయం అటవీ, పర్యావరణ, దేవాదాయ శాఖ మంత్రి శ్రీమతి కొండా సురేఖ చేతుల మీదుగా సహాయ ఉపకరణాల పంపిణీ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. మహిళా, శిశు, దివ్యాంగులు, వయోవృద్ధుల సంక్షేమ శాఖ ఆధ్వర్యంలో దివ్యాంగులకు సహాయ ఉపకరణాల పంపిణీ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో మంత్రి కొండా సురేఖ మాట్లాడుతూ, దివ్యాంగులు నేడు వివిధ రంగాలలో ప్రతిభ చూపుతూ ఉన్నత స్థాయిలో రాణిస్తున్నారని అన్నారు. దివ్యాంగుల ఆత్మవిశ్వాసం, స్వావలంబన పెంపొందించే దిశగా ప్రభుత్వం ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకుంటోందని పేర్కొన్నారు. అర్హత కలిగిన దివ్యాంగులకు రెట్రో ఫిటెడ్ మోటరైజ్డ్ వాహనాలు, బ్యాటరీ వీల్ చైర్లు, హైబ్రిడ్ వీల్ చైర్లు, మొబైల్ బిజినెస్ బ్యాటరీ ట్రైసైకిళు,, ల్యాప్‌టాప్‌లు, 5+ స్మార్ట్ ఫోన్లు, మొబైల్ ట్యాబ్స్ వంటి ఆధునిక ఉపకరణాలు అందజేయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. అదేవిధంగా వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ పరిధిలో ఎమ్మెల్యే శ్రీ కే.ఆర్. నాగరాజు జిల్లా సెలక్షన్ కమిటీ ద్వారా అర్హత సాధించిన దివ్యాంగులకు సహాయ ఉపకరణాల ప్రొసీడింగ్ కాపీలను సోమవారం అందజేశారని మంత్రి పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారి శ్రీమతి బి. రాజమణి, ఫీల్డ్ రెస్పాన్స్ ఆఫీసర్ అనిరుద్, వర్ధన్నపేట సీడీపీఓ డెబోరా, సూపర్వైజర్లు, దివ్యాంగులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పెండింగ్ ప్రాజెక్టులు పూర్తి చేద్దాం

పడగొట్టినవి నిలబెడదాం: సీఎం చంద్రబాబు

పెండింగ్ సాగునీటి ప్రాజెక్టుల పూర్తిపై సీఎం చంద్రబాబు సమీక్ష

రాయలసీమ, ప్రకాశం జిల్లాల సమగ్రాభివృద్ధిపై ప్రధానంగా దృష్టి

500 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ఉద్యాన ఉత్పత్తులే లక్ష్యంగా కార్యాచరణ

ప్రాధాన్యత క్రమంలో 20కి పైగా ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేయాలని ఆదేశం

గత ప్రభుత్వంలో నిర్లక్ష్యానికి గురైన అన్నమయ్య ప్రాజెక్టు పునరుద్ధరణకు ప్రణాళికలు

అమరావతి, జై భీమ్ న్యూస్

రాష్ట్రంలో పెండింగులో ఉన్న సాగునీటి ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేసి, గత ప్రభుత్వ హయాంలో నిర్లక్ష్యానికి గురైన నిర్మాణాలను పునరుద్ధరించాలని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు అధికారులను ఆదేశించారు. రాయలసీమ, ప్రకాశం, మార్కాపురం ప్రాంతాలను ప్రపంచంలోనే అతిపెద్ద ఉద్యాన క్లస్టర్‌గా అభివృద్ధి చేయడమే లక్ష్యంగా కార్యాచరణ సిద్ధం చేయాలని స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం క్యాంపు కార్యాలయంలో 10 జిల్లాలను ఉద్యాన కేంద్రాలుగా మార్చే సమీకృత అభివృద్ధి ప్రణాళికలపై మంత్రులు, ఉన్నతాధికారులతో ఆయన ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. గత ప్రభుత్వం సాగునీటి రంగాన్ని పూర్తిగా నిర్లక్ష్యం చేసిందని, అనేక ప్రాజెక్టులను పెండింగ్‌లో పెట్టిందని ఈ సమావేశంలో మంత్రులు నిమ్మల రామానాయుడు, పయ్యావుల కేశవ్ ప్రస్తావించారు. దీనిపై స్పందించిన ముఖ్యమంత్రి, 10 జిల్లాల పరిధిలో ప్రాధాన్యతా క్రమంలో ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం చేపట్టాలని ఆదేశించారు. తక్కువ నిధులతో త్వరగా పూర్తయ్యే వాటికి తొలి ప్రాధాన్యం ఇవ్వాలన్నారు. ఈ ఏడాదిలోనే వెలిగొండ ప్రాజెక్టును పూర్తి చేయాలని, గత ప్రభుత్వ నిర్లక్ష్యం వల్ల కొట్టుకుపోయిన అన్నమయ్య ప్రాజెక్టు పునరుద్ధరణకు వెంటనే ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని సూచించారు. గాలేరు-నగరి ద్వారా కృష్ణా జలాలను కడప వరకు తీసుకెళ్లే అంశంపై దృష్టి సారించాలన్నారు. మొత్తంగా 20కి పైగా ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేయడం ద్వారా కొత్తగా 8.87 లక్షల ఎకరాల ఆయకట్టుకు, మరో 4.30 లక్షల ఎకరాల స్థిరీకరణకు నీరందించవచ్చని అధికారులు సీఎంకు వివరించారు. ఇదే సమయంలో ఉత్తరాంధ్ర జిల్లాల్లోనూ ప్రాజెక్టులు చేపట్టాలని, పోలవరం ఎడమ కాలువ పనులు పూర్తయితే గోదావరి జలాలను ఉత్తరాంధ్ర వరకు తీసుకెళ్లి, పోలవరం-వంశధార నదుల అనుసంధానం చేపట్టవచ్చని చంద్రబాబు దిశానిర్దేశం చేశారు. ఈ ప్రాజెక్టులు పూర్తయితే రాయలసీమ, ప్రకాశం, మార్కాపురం జిల్లాల్లో ఉద్యాన పంటల సాగు గణనీయంగా పెరుగుతుందని మంత్రి అచ్చెన్నాయుడు అభిప్రాయపడ్డారు. గ్లోబల్ మార్కెట్‌లో డిమాండ్‌కు అనుగుణంగా 500 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల ఉత్పత్తులను పండించడమే లక్ష్యంగా పెట్టుకోవాలని సీఎం సూచించారు. రాష్ట్రంలోని 10 జిల్లాల్లో 201 క్లస్టర్లు, 303 మండలాల్లో ఉద్యాన పంటల అభివృద్ధికి ప్రతిపాదనలు సిద్ధం చేసినట్లు అధికారులు తెలిపారు. మూడేళ్లలో ఉద్యాన సాగు విస్తీర్ణాన్ని 8.41 లక్షల హెక్టార్ల నుంచి 14.41 లక్షల హెక్టార్లకు పెంచేలా ప్రణాళికలు రూపొందించారు. దుబాయ్‌కి చెందిన డీపీ వరల్డ్ సంస్థ ఏపీలో ఉద్యాన క్లస్టర్ ఏర్పాటుకు ముందుకొచ్చిందని సీఎం వెల్లడించారు. అంతర్జాతీయ ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా ఎకోసిస్టమ్ అభివృద్ధి చేయాలని, ఇందుకు అవసరమైన గ్రామీణ రహదారుల నెట్‌వర్క్, లాజిస్టిక్స్, మార్కెట్, గ్లోబల్ కనెక్టివిటీపై దృష్టి పెట్టాలని ఆదేశించారు. ఈ బృహత్తర ప్రణాళికల అమలుకు పూర్వోదయ, సాస్కీ, రాష్ట్ర ప్రభుత్వ నిధులను సమన్వయం చేసుకోవాలని సీఎం స్పష్టం చేశారు. ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు, పోర్ట్ కనెక్టివిటీ, గోదాములు, కోల్డ్ చైన్ వంటి మౌలిక వసతుల కల్పనకు ప్రణాళికలు రూపొందించాలని ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి విజయానంద్, వివిధ శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు. 10 జిల్లాల్లో

ప్రాధాన్యత క్రమంలో పూర్తి చేయనున్న ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్టుల వివరాలు: c వెలిగొండ ప్రాజెక్ట్ c కొరిశపాడు లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీం c పాలేరు రిజర్వాయర్ c మల్లెమడుగు లిఫ్ట్-రిజర్వాయర్ c శ్రీ బాలాజీ జర్వాయర్ c కుప్పం బ్రాంచ్ కెనాల్ c పుంగనూరు బ్రాంచ్ కెనాల్ c మూలపల్లి లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీం c హంద్రీ-నీవా ప్రధాన కాల్వ పనులు c అట్లూరుపాడు-మేర్లపాక ఎస్ఎస్ఎల్సీ c నీవా బ్రాంచ్ కెనాల్ పనులు c జీడిపల్లి-భైరవానితిప్ప లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ పథకం c డిపల్లి-అప్పర్ పెన్నార్ ఎత్తిపోతలు c అనంతలో కమ్యూనిటీ మైక్రో ఇరిగేషన్ ప్రాజెక్ట్ c మడకశిర బ్రాంచ్ కెనాల్ విస్తరణ పనులు c పేరూరు లిఫ్ట్ ఇరిగేషన్ స్కీం c కడప, కోడూరు వరకు గాలేరు-నగరి సుజల స్రవంతి c అన్నమయ్య ప్రాజెక్టు పునరుద్ధరణ పనులు c పశ్చిమ కర్నూలుకు నీళ్లిచ్చేలా వేదవతి-అలగనూరు-గాజులదిన్నె ప్రాజెక్టులు c ఏడు జిల్లాల్లో 1,011 మైనర్ ఇరిగేషన్ చెరువుల అభివృద్ధి.

అమ్మో కుక్కా..

డాగ్ బైట్ తో బేంబేలెతుతున్న ప్రజలు
రెచ్చిపోతున్న వీధి కుక్కలుడ
రోజుకు 100 కేసుల పైనే
ఏరివేయాలంటే చంపటమేనా?
కుక్కలను చంపితే ఊరుకోం..!!
కాటుకు సరిపడా లేని మందుల పంపిణీ
కుక్కకాటు ప్రభుత్వాలదే భాద్యత

(హైదరాబాద్)జై భీమ్ న్యూస్

రాష్ట్రంలో వీధి కుక్కల బెడదా రోజు రోజుకీ తీవ్రమవుతోంది. గ్రామాల నుంచీ పట్టణాల వరకూ డాగ్ బైట్ ఘటనలు పెరుగుతూ పోతున్నాయి. రోజుకు 100కు పైగా సంఘటనలు జరుగుతున్నాయి. వీటి బెడదకి ఒంటరిగా బయటకు రావాలంటేనే ప్రాణం గుప్పెట్లో పెట్టుకొని రావాల్సిన పరిస్థితి. రాత్రి సమయంలో ఇంటికి తిరిగి వస్తామన్నా గ్యారంటీ లేకుండా పోయింది. వాటి భారీ నుండి బయటపడాలంటే చంపటమే శరణమా..?" అన్న ప్రశ్న సమాజాన్ని కుదిపేస్తోంది. మరో వైపు కుక్కకున్న విశ్వాసం కూడా లేదా అంటూ పోలుస్తూ.. కుక్కను విశ్వాస జంతువుగా ఎందరో ప్రేమిస్తుంటారు. తాతల కాలం నుండి కుక్కను వెంటపెట్టుకొని దొంగల బెడద నుండి.. ఇంటికాపలాగా..పోలీసులకు ఎంతో మంది దొంగలను పట్టించిన ఘనత ఉంది. రాజుల కాలంలో కుక్కలను ఎరవేసి రాజ్యాలే కూలగొట్టారు. ఇలా ఎన్నో రకాలుగా మానవులకు దగ్గరైన కుక్క. నేడు క్రూర జీవిగా ఎందుకు మారింది. ఇవి తగ్గాలంటే వాటిని చంపటమే శరణమా. ఇటీవల చోటుచేసుకున్న సామూహిక కుక్కల హత్యల ఘటనలు ఈ సమస్యను మరింత సున్నితంగా మార్చాయి. ప్రజా భద్రత పేరుతో మూగజీవాల ప్రాణాలు తీస్తే అదే న్యాయమా? అన్న చర్చ రాష్ట్రవాప్తంగా మొదలైంది.

డాగ్ బైట్‌లు ఎందుకు పెరుగుతున్నాయి?

అనేక విషయాలపై నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారంటే.. వీధి కుక్కల జనాభా పెరగడానికి ప్రధాన కారణం నియంత్రణ లోపమే. స్టెరిలైజేషన్ కార్యక్రమాలు సక్రమంగా జరగకపోవడం, వ్యాక్సినేషన్ నిర్లక్ష్యం, చెత్త నిర్వహణ లోపాలు వీధి కుక్కల సంఖ్యను పెంచుతున్నాయి. ఆకలి, గాయాలు, వ్యాధులు ఉన్న కుక్కలు ఆగ్రహంగా మారి కాట్లకు పాల్పడుతున్నాయన్న అభిప్రాయం వ్యక్తమవుతోంది. ప్రభుత్వ లెక్కల ప్రకారం ప్రతి ఏడాది వేలాది డాగ్ బైట్ కేసులు నమోదు అవుతున్నా, శాశ్వత పరిష్కారంపై దృష్టి పెట్టలేదన్న విమర్శలు ఉన్నాయి.

వీధి కుక్కలతో ప్రాణభయం..

రాత్రివేళ బయటకు వెళ్లాలంటే భయపడాల్సిన పరిస్థితి ఏర్పడింది. పాఠశాలలకు వెళ్లే చిన్నారులు, పనులకు వెళ్లే మహిళలు, వృద్ధులు ఒంటరిగా వెళ్తే చాలు. కుక్కల భారీన పడాల్సిందే. ఈ పరిస్థితుల్లో కొంతమంది ప్రాణాలు కాపాడుకోవాలంటే కుక్కలను చంపాల్సిందే అంటూ కఠిన నిర్ణయాలకు మద్దతు ఇస్తున్నారు. కానీ ఇదే సమయంలో చట్టాన్ని చేతుల్లోకి తీసుకోవడం ప్రమాదకరమని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

కలకలం రేపుతున్న వీధి కుక్కల హత్యలు..

తెలంగాణలోని కామారెడ్డి జిల్లా, హనుమకొండ జిల్లా, యాచారం ప్రాంతాల్లో కుక్కలను విష ఇంజెక్షన్లు, గుళికలతో చంపినట్లు ఆరోపణలు వెల్లువెత్తాయి. సర్పంచులు, స్థానిక అధికారుల ప్రమేయంపై విచారణ కొనసాగుతుండగా, జంతు క్రూరత్వ చట్టం పూర్తిగా అమలు కావడం లేదన్న విమర్శలు వస్తున్నాయి. డాగ్ బైట్ భయం ఉన్నా, చట్టబద్ధ పరిష్కారాలు వదిలేసి హత్యలకే పాల్పడటంపై జంతు ప్రేమికులు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

ఎందుకు జంతు ప్రేమికుల ఆగ్రహం?

ఇటీవల చోటుచేసుకున్న సామూహిక హత్యల్లో కుక్కలకు విష ఇంజెక్షన్లు ఇవ్వడం, గుళికలతో చంపడం వంటి ఆరోపణలు జంతు ప్రేమికులను కలచివేశాయి. ఇది కేవలం జంతు హింస మాత్రమే కాదు, చట్టాన్ని బహిరంగంగా ఉల్లంఘించడమని వారు ఆరోపిస్తున్నారు. ఇదే విషయంపై ప్రెస్ మీట్ నిర్వహించి వాదనలకు దిగారు. ప్రజా సమస్యకు పరిష్కారం పేరుతో మూగజీవాలను చంపడం మానవత్వానికి విరుద్ధమని, చట్టబద్ధ మార్గాలు ఉండగానే హత్యలేంటి? అని ప్రశ్నిస్తున్నారు.

సరిపడా లేని మందుల పంపిణీ..

కుక్కకాటుకు చాలా మంది బలవుతున్నారు. హైదరాబాద్ నగరంలోని ప్రధాన ఫీవర్ ఆసుపత్రిలో రోజుకు 100 కు పైగా కేసులు నమోదవ్వటం గమనార్హం. ఇలాంటి ఘటనలు రాష్ట్రంలో విచ్చల విడిగా పెరిగిపోతుండటంతో రేబిస్ మందును పంపిణీ చేయాల్సిన ఆరోగ్య శాఖ నిమ్మితమైన స్టాక్ అందుబాటులో ఉంచటంతో గ్రామీణ స్థాయి నుండి ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. హైదరాబాద్ లో చాలా పీ హెచ్ సీ లలో రేబిస్ ఇమ్యూనో గ్లోబిన్ మందు లేదని చెబుతున్నారు.

కుక్క కరిస్తే రాష్ట్రప్రభుత్వాలదే బాధ్యత... సుప్రీంకోర్టు..

వీధికుక్కల కేసు విచారణలో సుప్రీంకోర్టు కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది.. ప్రజలను కుక్కలు కరిస్తే పూర్తి బాధ్యత రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలదేనని స్పష్టం చేసింది. ప్రతీ కుక్క కాటుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు భారీగా ఫైన్ చెల్లించాల్సి ఉంటుందని వెల్లడించింది. వీధికుక్కలకు ఆహారం పెట్టేవారిపై కూడా సుప్రీంకోర్టు ధర్మాసనం వార్నింగ్ ఇచ్చింది. కుక్కలకు ఆహారం ఇచ్చేవారు ... వాటిని వారి ఇంట్లో పెంచుకోవాలని, కుక్కకాటుకు వారే బాధ్యత వహించాలని చెప్పింది. వీధి కుక్కల సంక్షేమం, నియంత్రణపై గత కొద్దిరోజులుగా సుప్రీంకోర్టులో విచారణ జరుగుతోంది.. ఈ క్రమంలో సుప్రీంకోర్టు ధర్మాసనం కీలక వ్యాఖ్యలు చేసింది. జస్టిస్ విక్రమ్ నాథ్, జస్టిస్ సందీప్ మెహతా , జస్టిస్ ఎన్వి అంజరియా నేతృత్వంలోని ధర్మాసనం.. మంగళవారం(జనవరి 13) జరిగిన విచారణలో ఈ వ్యాఖ్యలు చేసింది. పిల్లలు, వృద్ధులు ఎక్కువగా కుక్కకాటుకు బలి అవుతున్నారు. ఈ విషయంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎలాంటి చర్యలు చేపట్టడం లేదు.. ఇకపై ప్రతికుక్క కాటుకు ఆయా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు బాధ్యత వహించాల్సి ఉంటుందని సుప్రీంకోర్టు ధర్మాసనం తెలిపింది. ప్రతి కుక్కకాటుకు భారీ ఫైన్ చెల్లించేలా తాము నిర్ణయం తీసుకుంటున్నట్లు తెలిపింది. మరోవైపు వీధికుక్కలకు ఆహారం అందించే వారు కూడా బాధ్యులవుతారని సుప్రీంకోర్టు హెచ్చరించింది. కుక్కలకు ఫీడ్ ఇచ్చేవారు వాటిని వారి ఇండ్లలో పెంచుకోవచ్చున్నారు. కుక్కకాటు కు వీరు కూడా బాధ్యులే అవుతారని తెలిపింది. వీధికుక్కలను తాము ఎప్పుడు తొలగించాలని ఆదేశించలేదని .. అవి కేవలం వన్యప్రాణులకు హానీ చేస్తాయని మాత్రమే హెచ్చరించామని కోర్టు స్పష్టం చేసింది

ఖైరతాబాద్‌లో కుక్కల దాడిలో మరో చిన్నారి..

ఖైరతాబాద్ పెద్ద గణేష్ విగ్రహం వెనుక భాగంలో ఉన్న శ్రీనివాస్ నగర్‌లో ఓ చిన్నారిపై వీధి కుక్కలు దాడి చేశాయి. ఇంటి ముందర ఆడుకుంటున్న సమయంలో అకస్మాత్తుగా కుక్కలు దాడి చేయడంతో చిన్నారి తీవ్రంగా గాయపడింది. దాడిలో గాయపడిన చిన్నారి పాక శార్వి (యూకేజీ విద్యార్థిని) ప్రస్తుతం ఆమెను బంజారాహిల్స్‌లోని రెయిన్‌బో ఆసుపత్రికి తరలించి చికిత్స అందిస్తున్నారు. ఘటనపై స్థానికులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తూ,వీధి కుక్కల నియంత్రణపై అధికారులు తక్షణ చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

మండలంలో మద్యం సిండికేట్ దందా..

ఎక్సైజ్ అధికారుల మౌనమే ఆయుధం! ఒకే చోట మూడు వైన్స్.. బెల్ట్ షాపులే లక్ష్యంగా అక్రమ సరఫరా

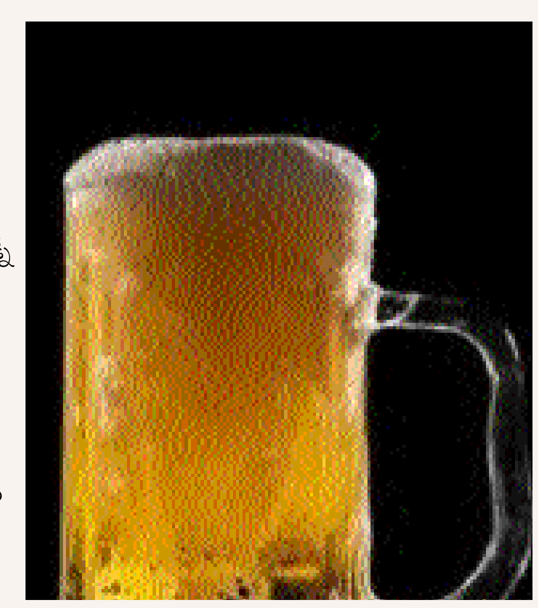
రాయపర్తి(జై భీమ్ న్యూస్)

రాయపర్తి మండలంలో మద్యం వ్యాపారం మాఫియా తరహాలో సాగుతోందన్న ఆరోపణలు తీవ్రంగా వినిపిస్తున్నాయి. మండల కేంద్రంలో ఉన్న కాసా, భద్రకాళి,శివ బాలాజీ అనే మూడు వైన్స్ షాపులు కలిసి సిండికేట్‌గా మారి బెల్ట్ షాపులకు అక్రమంగా మద్యం సరఫరా చేస్తున్నట్టు స్థానికులు ఆరోపిస్తున్నారు. అధిక లాభాలే లక్ష్యంగా మద్యం షాపు నిర్వాహకులు బెల్ట్ షాప్ నిర్వాహకులతో రహస్య ఒప్పందాలు కుదుర్చుకుని అడ్డదారులు తొక్కుతున్నారని సమాచారం. వైన్స్ షాపుల్లో కొనుగోలు చేసిన మద్యం సీసాలపై ఆయా షాపుల పేర్లతో ఉన్న స్టికర్లను అతికించి, అదే మద్యం బెల్ట్ షాపుల ద్వారా అమ్మకాలు జరుపుతున్నట్టు తెలుస్తోంది. ఈ అక్రమ సరఫరాలో భాగంగా ఒక్కో మద్యం సీసాకు ₹20 అదనంగా వసూలు చేస్తూ బెల్ట్ షాపులకు సరఫరా చేస్తున్నారని ఆరోపణలు ఉన్నాయి. ఇదే అవకాశంగా భావించిన బెల్ట్ షాప్ నిర్వాహకులు ఒక క్వార్టర్‌పై ₹30, బీరు సీసాపై ₹40 వరకు అదనంగా వసూలు చేస్తూ మందుబాబుల జేబులకు చిల్లులు పెడుతున్నారన్న విమర్శలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. ఇంత బహిరంగంగా అక్రమ మద్యం వ్యాపారం సాగుతున్నప్పటికీ, ఎక్సైజ్ శాఖ అధికారులు చూసీ చూడనట్లు వ్యవహరిస్తున్నారనే ఆరోపణలు మండలమంతా బలంగా వినిపిస్తున్నాయి. అధికారుల నిర్లక్ష్యమే ఈ సిండికేట్‌కు అండగా మారిందన్న అనుమానాలు వ్యక్తమవుతున్నాయి. తక్షణమే ఉన్నతాధికారులు స్పందించి అక్రమ మద్యం దందాపై దృష్టి సారించి, బాధ్యులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలని మండల ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు.

చీజ్ ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచిదంటే..?

చీజ్ తో తయారు చేసే ఆహార పదార్థాలు ఎంతో రుచిగా ఉంటాయి. ఇంకా అలాగే చీజ్ కూడా మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. చీజ్ ను తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం వల్ల మనం చాలా ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు. ఈ చీజ్ ను మితంగా తీసుకోవడం వల్ల కలిగే ఆరోగ్య ప్రయోజనాల గురించి ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. చీజ్ లో క్యాల్షియం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది ఎముకలను ధృడంగా ఇంకా ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. చీజ్ ను తీసుకోవడం వల్ల ఎముకలు గుళ్లబారడం ఇంకా ఎముకల పగుళ్లు వంటి సమస్యలు రాకుండా ఉంటాయి.చీజ్ లో ప్రోటీన్ అనేది ఎక్కువగా ఉంటుంది. కండరాలను ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో, దేహ పుష్టికి ప్రోటీన్ అనేది ఎంతో సహాయపడుతుంది. అంతేకాకుండా చీజ్ లో విటమిన్ బి12, విటమిన్ ఎ, ఫాస్పరస్ ఇంకా జింక్ వంటి ఎన్నో పోషకాలు ఉన్నాయి. ఇవి సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని అందించడంలో, శరీరంలో రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడంలో, చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో ఇలా చాలా రకాలుగా సహాయపడతాయి. అలాగే బరువు తగ్గడంలో కూడా చీజ్ మనకు సహాయపడుతుంది. ఈ చీజ్ లో క్యాలరీలు, ప్రోటీన్, కొవ్వు పదార్థాలు ఎక్కువగా ఉన్నప్పటికి దీనిని కొద్ది మోతాదులో తీసుకోగానే కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది.ఇంకా చీజ్ ను తీసుకోవడం వల్ల త్వరగా ఆకలి వేయకుండా ఉంటుంది. అందువల్ల మనం ఇతర ఆహారాలను తక్కువగా తీసుకుంటాము.ఇంకా అలాగే కొన్ని రకాల చీజ్ లు ప్రోబయాటిక్స్ ను ఎక్కువగా కలిగి ఉంటాయి. ఇవి పొట్ట ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో ఇంకా జీర్ణక్రియ సాఫీగా సాగేలా చేయడంలో దోహదపడతాయి. ఈ విధంగా చీజ్ మన ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుందని దీనిని తగిన మోతాదులో తీసుకోవడం వల్ల మనం సంపూర్ణ ఆరోగ్యాన్ని సొంతం చేసుకోవచ్చని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు.కాబట్టి ఖచ్చితంగా చీజ్ ని తినండి. అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలని పొందండి.

బీర్ తాగడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్లు తొలగిపోతాయా?



కిడ్నీలో రాళ్లుంటే బీరు తాగితే కరిగిపోతాయని కొన్ని సార్లు వింటుంటాం. ఇది ఎంత వరకు నిజం. బీర్ రాళ్లను కరిగిస్తుందా, రాళ్ళను పగొలగొట్టి వాటిని బయటకు పంపుతుందా? కానీ ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం, ఇది అతిపెద్ద అపోహ. కిడ్నీ మన శరీరంలో చాలా ముఖ్యమైన భాగం. ఇది మన శరీరంలోని టాక్సిన్స్‌ని తొలగించడానికి పని చేస్తుంది. కిడ్నీలో రాళ్ల వల్ల నొప్పి వస్తోందని, చాలా మంది ఆ రాళ్లను తొలగించుకోవడానికి బీరు తాగడం ప్రారంభిస్తారు. ఇప్పుడు బీర్ తాగడం వల్ల కిడ్నీలో రాళ్ల సమస్య తీరుతుందా అనే ప్రశ్న తలెత్తుతోంది. మరి ఈ విషయంలో అసలు నిజం ఏంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. ఇది కేవలం అపోహ మాత్రమేనని నిపుణులు చెబుతున్నారు. దీనికి సంబంధించి శాస్త్రీయ ఆధారం లేదు. అధ్యయనం ప్రకారం, బీర్ ఒక ఆల్కహాలిక్ డ్రింక్. ఇది ఒక మూత్రవిసర్జన, దీనిని తాగినప్పుడు సాధారణం కంటే ఎక్కువ మూత్రం ఉత్పత్తి అవుతుంది, ఇది చిన్న రాళ్లను బయటకు తీయడంలో సహాయపడుతుంది, అయితే ఇది ఇప్పటివరకు ఏ అధ్యయనంలో నిరూపించబడలేదు, అందుకే డాక్టర్ రోగికి బీర్ తాగమని సలహా ఇవ్వడు. సిఫార్సు చేయబడదు. రోగి కిడ్నీలో రాళ్ళను తొలగించడానికి ప్రయత్నిస్తున్నప్పుడు బీర్ తాగడం ప్రారంభిస్తే, దాని పర్యవసానాలు తీవ్రంగా ఉండవచ్చు, అది వ్యసనానికి గురయ్యే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది, అయితే ఎక్కువ బీర్ తాగడం వల్ల మీ శరీరంపై ప్రతికూల ప్రభావం చూపే డీహైడ్రేషన్ కూడా వస్తుంది, మీ మూత్రపిండాలు దెబ్బతింటాయి. అయితే, మద్యం ఏ సందర్భంలోనైనా హానికరం. రెగ్యులర్ బీర్ తాగేవారిలో ఆక్సలేట్ కిడ్నీలో రాళ్లు ఏర్పడే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడం, మూత్రాన్ని వడపోత చేయడం, తద్వారా వ్యర్థాలను బయటకు నెట్టివేయడం కిడ్నీల పని, అయితే ఆహారంలో క్యాల్షియం, పొటాషియం, మినరల్స్ అధికంగా ఉండటం వల్ల కిడ్నీల నుంచి వ్యర్థ పదార్థాలు పూర్తిగా తొలగిపోవు. తరువాత, ఈ వ్యర్థ పదార్థాలు క్రమంగా పేరుకుపోతాయి మరియు రాళ్ల రూపాన్ని తీసుకుంటాయి, దీనిని వైద్య భాషలో కిడ్నీ స్టోన్ అంటారు.

వెల్లుల్లి పరిమితి దాటి తింటే అనారోగ్య సమస్యలు తప్పవు

వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేదం ప్రకారం సర్వ రోగ నివారిణిగా పిలుస్తారు. ముఖ్యంగా వెల్లుల్లి లేకుండా ఏ భారతీయ వంటకం ఉండదంటే అతిశయోక్తి కానేకాదు. వెల్లుల్లి కేవలం రుచి కోసమే కాకుండా..ఆరోగ్యపరంగా కూడా చాలా లాభదాయకం. ప్రతి భారతీయుని కిచెన్‌లో తప్పకుండా లభించే పదార్థం వెల్లుల్లి, సాధారణంగా వెల్లుల్లిని తాలింపు కోసం లేదా వంటల రుచి కోసం ఉపయోగిస్తుంటారు. అయితే అంతకుమించిన ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు వెల్లుల్లిలో దాగున్నాయి. అందుకే తల్లి చేసే మేలు వెల్లుల్లి కూడా చేయదంటారు. కానీ వెల్లుల్లిని మోతాదుకు మించి తినకూడదంటారు. పరిమితి దాటితే వెల్లుల్లితో అనర్థాలే ఎక్కువ. ఆ వివరాలు మీ కోసం..వెల్లుల్లిని ఆయుర్వేద శాస్తంలో ఆరోగ్య ఖజానాగా పిలుస్తారు. ఎందుకంటే వెల్లుల్లిలోని పోషక పదార్థాలు చాలా ఎక్కువ. ఇందులో విటమిన్ బి1, కాల్షియం, కాపర్, పొటాషియం, ఫాస్పరస్, ఐరన్ వంటి న్యూట్రియంట్లు ఉన్నాయి. అయితే మోతాదు దాటకూడదు. వెల్లుల్లి మోతాదు దాటి తినడం వల్ల ఛాతీలో మంట సమస్య ఏర్పడుతుంది. దీనికి కారణం వెల్లుల్లిలో ఎసిడిక్ కాంపౌండ్ ఎక్కువగా ఉండటం. ఈ మంట చాలా సందర్భాల్లో భరించలేకుండా ఉంటుంది.వెల్లుల్లితో రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. అందుకే లో బీపీ రోగులు వెల్లుల్లి తీసుకోకూడదు. వెల్లుల్లి అతిగా తీసుకుంటే హైపర్ టెన్షన్ సమస్య ఏర్పడవచ్చు. శరీరంలో విపరీతమైన అలసట ఉంటుంది. వెల్లుల్లి స్వభావం వేడి చేసేది కావడంతో వేసవిలో వెల్లుల్లికి దూరంగా ఉండాలి. చలి సంబంధిత సమస్యలున్నప్పుడు వెల్లుల్లి తినడం చాలామందికి అలవాటు. ఆరోగ్యానికి ఎంతమంచిదైనా సరే రోజుకు 1-2 రెమ్మలకు మించి తినకూడదు. అదే పనిగా వెల్లుల్లి తింటే నోటి దుర్వాసన కూడా వస్తుంది.

గర్భిణులు కాఫీ తాగొచ్చా?

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

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

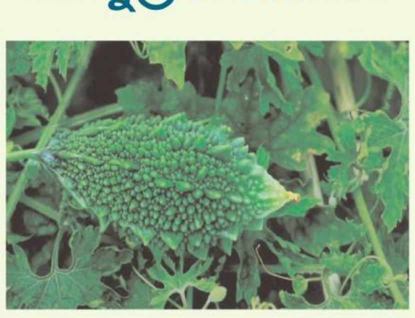
ఉప్పు తినడం పూర్తిగా మానేశారా?

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

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

ఈ కాయతో బోలెడన్నీ ప్రయోజనాలు

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



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

మునగ స్త్రీలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది

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

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

పచ్చి ఉల్లిపాయల ప్రయోజనాలు

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

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

పళ్ళుతోమకుంటే ఏమవుతుంది..?

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

జీరో ఆయిల్ కుకింగ్

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

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

కోట్ల రూపాయల యాడ్ ను తిరస్కరించిన పవన్ కల్యాణ్

పవన్ ను బ్రాండ్ అంబాసడర్ గా తీసుకోవాలనుకున్న టొబాకో కంపెనీ
రూ. 40 కోట్ల ఆఫర్ ఇచ్చిన కంపెనీ
ఆఫర్ ను తిరస్కరించిన పవన్ కల్యాణ్

పవర్‌స్టార్ పవన్ కల్యాణ్ అంటే... లక్షలాది మంది యువతకు మోటివేషన్, ఆదర్శప్రాయమైన వ్యక్తి. తెలుగు రాష్ట్రాలతో పాటు దేశవ్యాప్తంగా భారీ ఫాలోయింగ్ ఉన్న ఆయన, తన నిర్ణయాల్లో ఎప్పుడూ జాగ్రత్తగా ఉంటారు. తన ఆలోచనలకు, నమ్మే సిద్ధాంతాలకు అనుగుణంగానే తాజాగా ఆయన రూ.40 కోట్ల టొబాకో బ్రాండ్ యాడ్ ఆఫర్‌ను సింపుల్‌గా తిరస్కరించి అందరినీ మెప్పించారు. వివరాల్లోకి వెళితే, ఒక ప్రముఖ టొబాకో కంపెనీ పవన్ కల్యాణ్‌ను బ్రాండ్ అంబాసిడర్‌గా తీసుకోవాలని భావించి, ఆయనకు భారీ ఆఫర్ ఇచ్చింది. రూ.40 కోట్లు ఇవ్వడానికి సిద్ధపడింది. కానీ పవన్ కల్యాణ్ ఒక్క నిమిషం కూడా ఆలోచించకుండా "నో" చెప్పేశారు. ఆయనకు టొబాకో, సిగరెట్ వంటి హానికర ఉత్పత్తుల యాడ్‌లు చేయడం అసలు ఇష్టం లేదు. ఎందుకంటే ఆయన యువత ఆరోగ్యం, శ్రేయస్సు గురించి ఎప్పుడూ స్పృహతో ఉంటారు. ఈ నిర్ణయం తర్వాత సోషల్ మీడియాలో "మా హీరో కోట్లు ఇచ్చినా తప్పు చేయడు" అనే కామెంట్స్ వెల్లువెత్తుతున్నాయి. పవన్ కల్యాణ్ ఇప్పటికే ఆరోగ్యం, యోగా, ఫిట్‌నెస్‌పై అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమాల్లో భాగస్వామి అవుతున్నారు.

చిరంజీవి వ్యాఖ్యలపై చిన్మయి కౌంటర్..

ఆ పదానికి ఇండస్ట్రీలో మరో అర్థముందంటూ పోస్ట్
సినిమా ఇండస్ట్రీలో 'కమిట్‌మెంట్'పై చిరంజీవి వ్యాఖ్యలు
ఆ వ్యాఖ్యలపై భిన్నంగా స్పందించిన గాయని చిన్మయి
'కమిట్‌మెంట్' పదానికి ఇండస్ట్రీలో వేరే అర్థాలున్నాయన్న గాయని
మహిళలకు అవకాశాల కోసం వేధింపులు తప్పవని ఆవేదన
సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్న చిన్మయి పోస్ట్

మెగాస్టార్ చిరంజీవి చేసిన 'కమిట్‌మెంట్' వ్యాఖ్యలపై గాయని చిన్మయి శ్రీపాద సోషల్ మీడియా వేదికగా స్పందించడం చర్చనీయాంశంగా మారింది. పరిశ్రమలో నిబద్ధతతో పనిచేస్తే అవకాశాలు వాటంతట అవే వస్తాయని చిరంజీవి పేర్కొనగా, ఆ 'కమిట్‌మెంట్' అనే పదానికి వాస్తవ పరిస్థితుల్లో మరో అర్థం ఉందని, ముఖ్యంగా మహిళల విషయంలో అది లైంగిక వేధింపులకు పర్యాయపదంగా మారిందని చిన్మయి అభిప్రాయపడ్డారు. ఇటీవల 'మన శంకర వరప్రసాద్ గారు' సినిమా సక్సెస్ ఈవెంట్‌లో చిరంజీవి మాట్లాడుతూ, సినీ పరిశ్రమ అద్దం లాంటిదని, మనం ఎంత నిబద్ధతతో పనిచేస్తే అంతే ఫలితం వస్తుందని అన్నారు. అవకాశాల కోసం తప్పుడు దారులు తొక్కాల్సిన అవసరం లేదని యువతకు సూచించారు. ఈ వ్యాఖ్యలపై స్పందించిన చిన్మయి, చిరంజీవి తరం వేరని, అప్పటి పరిస్థితులు వేరుగా ఉండవచ్చని పేర్కొన్నారు. కానీ, ప్రస్తుతం ఇండస్ట్రీలో 'కమిట్‌మెంట్' ఇస్తేనే అవకాశాలు వస్తాయని చెప్పేవాళ్లు ఉన్నారని, ఆ పదం వెనుక లైంగిక ఆశలు దాగి ఉన్నాయని ఆమె తన పోస్టులో ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. ఓ మహిళా మ్యుజీషియన్ తాను ఎదుర్కొన్న వేధింపుల వల్ల ఆ రంగాన్నే విడిచిపెట్టిందని, తనతో గీత రచయిత వైరముత్తు ప్రవర్తించిన తీరును కూడా ఆమె గుర్తుచేశారు. ఇలాంటి ఘటనలు పరిశ్రమలో చాలా మందికి తెలిసినా మౌనంగా ఉంటున్నారని, బాధితులనే తప్పుపట్టే ధోరణి బాధ కలిగిస్తోందని చిన్మయి అన్నారు. అవకాశాల పేరుతో మహిళల పట్ల లైంగిక ఆశలు పెట్టుకునే పురుషులే అసలు సమస్య అని ఆమె స్పష్టం చేశారు. ప్రస్తుతం చిన్మయి చేసిన ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతూ చిత్ర పరిశ్రమలో మహిళల భద్రతపై మరోసారి చర్చకు దారితీశాయి.

అనసూయకు గుడి కడతాడట.. పర్మిషన్ అడుగుతున్న పూజారి

టాలీవుడ్‌లో గ్లామరస్ నటిగా మాత్రమే కాకుండా, బలమైన నటనతో అందరి మనసులను అనసూయ గెలిచింది. యాంకర్ గా తన కెరీర్ ను మొదలుపెట్టిన ఆమె సినీ రంగంలోకి వచ్చిన తర్వాత ఎంతో మంది అభిమానులను సొంతం చేసుకుంది. ఇప్పుడు కొంతమంది ఆమెకు గుడి కట్టడానికి కూడా సిద్ధమవుతున్నారు. అనసూయ పర్మిషన్ ఇస్తే ఏకంగా ఆమెకు గుడి కట్టేస్తామని పూజారి మురళీశర్మ బహిరంగంగా ప్రకటించడం సంచలనంగా మారింది. తమిళనాడులో నటి ఖుష్బూకు గుడి కట్టిన తరహాలోనే అనసూయకు కూడా ఆలయం నిర్మిస్తామని ఆయన ధీమాగా చెప్పారు. ఇటీవల ఒక యూట్యూబ్ ఛానెల్ ఇంటర్వ్యూలో మురళీశర్మ మాట్లాడుతూ, "అనసూయ అంటే నాకు అపారమైన గౌరవం. ఆమె పర్మిషన్ ఇస్తే, రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అనుమతి తీసుకుని గుడి కడతాం. ఖుష్బూకు గుడి లాగే అనసూయకు కూడా ఆలయం నిర్మిస్తాం" అని స్పష్టంగా ప్రకటించారు. ఈ వ్యాఖ్యలు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అయ్యాయి. ఇటీవల శివాజీ-అనసూయ వివాదంలో కూడా మురళీశర్మ అనసూయ వ్యాఖ్యలకు మద్దతు ప్రకటించారు. ఆమెకు మద్దతుగా మాట్లాడుతూ వీడియోలు రిలీజ్ చేశారు. అనసూయ అభిమాన సంఘం అధ్యక్షుడిగా కూడా ఆయన గుర్తింపు పొందారు. మరి, మురళీశర్మ విన్నపం పట్ల అనసూయ ఎలా స్పందిస్తుందో వేచి చూడాలి.