జై భీమ్

తెలుగు దినపత్రిక

POWER OF PEOPLE

సమస్యలపై సమరంగా

Jai Bheem TV STRUGGLE FOR JUSTICE

సామాన్యుడి ఆయుధంగా

సంపుటి - 06 | సంచిక 287 | ఎడిటర్ : బరిగెల శివ | ఆదివారం 14, సెప్టెంబర్ 2025 | పేజీలు 5 | 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

గుడిశ వాసుల గోసలు !

శిథిలమైన గుడిసెలను నిర్మించుకోవడానికి పైసలు లేవు

బువ్వ దొరకక బాధపడుతున్న గుడిశవాసులు

పూరిగుడిశవాసులను పతనం చేస్తున్న ప్రకృతి

పేద ప్రజల గోసులను పట్టించుకోని ప్రభుత్వాలు

పెనుబాధల్లో పేద గుడిసే వాసులు ఆనందాల్లో సంపన్నులు

అపన్న హస్తము కోసం ఆత్రుతగా ఎదురుచూస్తున్నారు

తుఫాను వానలకు కట్టుకుపోయిన లక్షల గుడిసెలు

బతుకులేమో పేదవి దానికి తోడు భారం మోయలేని కష్టాలు

ప్రజల ప్రమాదవ శాత్తుకు ప్రాణం పోయేలేని ప్రభుత్వాలు

చెదిరిపోయిన గుడిసవాసులు కూడా ప్రభుత్వాలకు పన్నులు చెల్లిస్తున్నారు : డాక్టర్ బరిగెల శివ

డాక్టర్ బరిగెల శివ

జై భీమ్ సంస్థల ఫౌండర్, చైర్మన్

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ డెస్క్)

పేద ప్రజలు జీవించడానికి చివరకు ప్రకృతి కూడా తోడ్పాటును అందించడం లేదని డాక్టర్ బరిగెల శివ కన్నీటి పర్యంతమయ్యారు. అనుకున్న దానికన్నా ఎక్కువ మొత్తంలో వర్షాలు కురియడంతో పూరి గుడిసె వాసులకు ప్రమాదాలు పెరిగిపోయి పెనుబారం లాంటి కష్టాలను అంటిపెట్టుకొని జీవిస్తున్నారు. అసలే వర్షాకాలం ఆపై చెదిరిపోయిన గుడిసెలు దానికి తోడు అకాల మరణాల పాలవుతున్న పేద ప్రజలు ఆదరణ దొరకక అల్లాడిపోతుంటే కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు పేద ప్రజలకు పేద గుడిసేవాసులకు సహాయక చర్యలు చేపట్టకపోవడం మోయలేని బాధగా వర్ణించాల్సిందన్నారు. కోట్ల సంఖ్యల్లో గుడిశ వాసుల ఓట్లను లాభదాయకంగా పొందిన ప్రభుత్వాలు గద్దెనెక్కాక పట్టించుకోకపోవడం పేద గుడిస వాసులను పగబట్టినట్లుగా ఉందన్నారు. దేశవ్యాప్తంగా ఎక్కువ మంది నిరుద్యోగ యువత పేద గుడిశ వాసుల పిల్లలేనని వాళ్లంతా నిత్యవసరాలకు కావలసిన జీవన వనరులను సంపాదించుకోవడం కోసం మాత్రమే చిన్న స్థాయి ప్రభుత్వ ఉద్యోగాలు సాధించుకోవడం కొరకు కష్టపడుతున్నారు అన్నారు. జిల్లాలు జిల్లాలే ప్రమాదవశాత్తులో మునిగిపోతుంటే నష్టపు భారాన్ని అంచనా వేసి కావలసిన నిధులతో పునర్నిర్మించుకోవాల్సిన బాధ్యతను తీసుకోవాల్సిన ప్రభుత్వాలు చేతులెత్తేస్తుండడంతో గుడిసేవాసులు పేద ప్రజల పరిస్థితి అత్యంత దయనీయమైన స్థితికి చేరువైందన్నారు. కష్టాల నుండి బయటపడే మార్గం కోసం ఆత్రుతంగా ఎదురుచూస్తూ అపన్న హస్తం కోసం ఆధారపడాల్సిన పరిస్థితులను కోట్లలో ఎదురవుతున్నాయన్నారు. అలాంటి సమయంలోనే వాతావరణాలు పెను మార్పులను సృష్టిస్తున్నందున గుడిసె వాసుల ఆరోగ్యాలపై పెద్ద ఎత్తున నష్టాలు చేకూర్చబడుతూ విష జ్వరాలతో అనారోగ్యాల పాలవుతూ ప్రాణాలను కోల్పోతున్నారు. ఆరోగ్యకరమైన జీవితాలను అనుభవిస్తున్న సంపన్నులు అన్ని రకాల సౌకర్యాలు కలిగిన వ్యక్తులు ప్రభుత్వాలు నాయకులు ప్రజాప్రతినిధులు సకాలంలో గుడిశ వాసులను ఆదుకోవడంలో నిర్లక్ష్యాన్ని

- మిగతా 2లో..

బిచ్చగాళ్ల వసతి గృహాలపై సుప్రీంకోర్టు కీలక తీర్పు

దేశవ్యాప్తంగా బెగ్గర్ హోమ్‌లు జైళ్లలా ఉండరాదన్న సుప్రీంకోర్టు

చేరిన 24 గంటల్లో యాచకులకు వైద్య పరీక్షలు తప్పనిసరి

పౌష్టికాహారం, పరిశుభ్రత, నైపుణ్య శిక్షణ అందించాలి

నిర్లక్ష్యంతో మరణిస్తే అధికారులపై చర్యలు, పరిహారం

నివాసితులకు వారి చట్టపరమైన హక్కులపై అవగాహన కల్పించాలి

ఆరు నెలల్లో మార్గదర్శకాలు అమలు చేయాలని ఆదేశం

వివరాలు 4లో

జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నిక

స్వయంగా రంగంలోకి దిగిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ప్రత్యేక సమావేశం

కాంగ్రెస్ గెలుపే లక్ష్యంగా పనిచేయాలని పార్టీ నేతలకు ఆదేశం

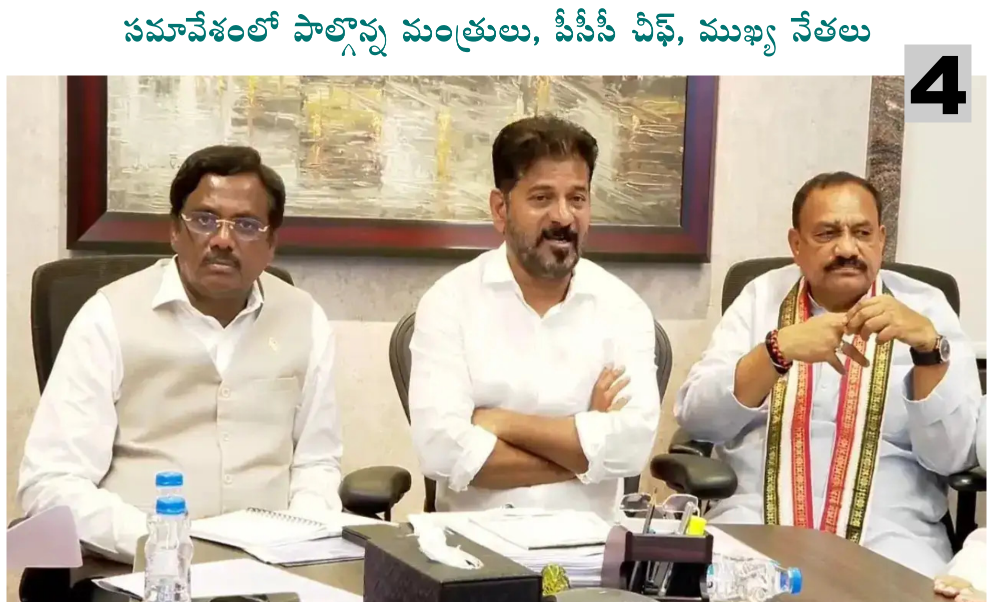
ప్రభుత్వ పథకాలను ప్రజల్లోకి విస్తృతంగా తీసుకెళ్లాలని సూచన

అభ్యర్థి ఎంపికను ఏఐసీసీ చూసుకుంటుందని స్పష్టం చేసిన సీఎం

బూత్ స్థాయిలో సమన్వయంతో పనిచేయాలని నేతలకు దిశానిర్దేశం

సమావేశంలో పాల్గొన్న మంత్రులు, పీసీసీ చీఫ్, ముఖ్య నేతలు

4



హైదరాబాద్‌లో వర్ష బీభత్సం

వేర్వేరు ఘటనల్లో ముగ్గురు వ్యక్తులు గల్లంతు

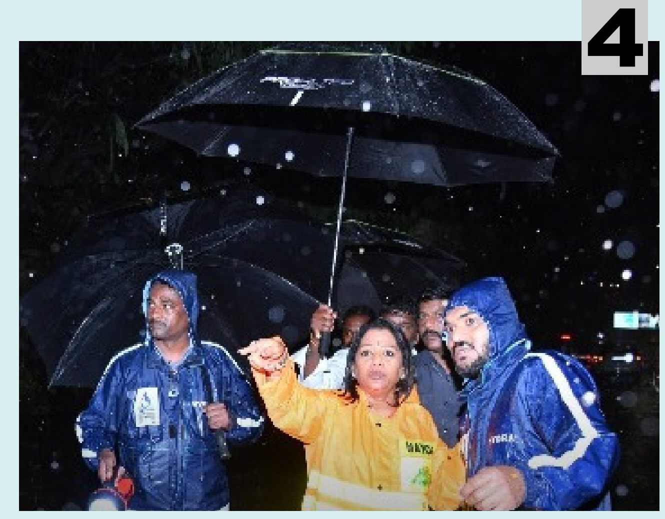
ముషీరాబాద్‌లో నాలాలో పడి యువకుడు మృతి

మామను కాపాడబోయి కొట్టుకుపోయిన అల్లుడు

గంటలో 12 సెంటీమీటర్ల రికార్డు స్థాయి వర్షపాతం

జలమయమైన ప్రధాన రహదారులు, స్తంభించిన ట్రాఫిక్

4



భాగ్యనగరాన్ని ఆదివారం సాయంత్రం భారీ వర్షం ముంచెత్తింది. గంటల వ్యవధిలోనే కురిసిన కుండపోత వానకు నగరం అతలాకుతలమైంది. ఈ వర్షం కారణంగా వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో చోటుచేసుకున్న విషాద ఘటనల్లో ముగ్గురు వ్యక్తులు నాలాల్లో కొట్టుకుపోగా, వారిలో ఒకరు మరణించారు. మరో ఇద్దరి ఆచూకీ ఇంకా తెలియరాలేదు. - జై భీమ్ న్యూస్, హైదరాబాద్

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

గుడిశ వాసుల గోసలు !

మొదటి పేజీ తరువాయి

వహిస్తున్నారన్నారు.ఓట్లు రాబట్టుకోవడానికి మాత్రం గుడిసె గుడిసెకు తిరిగే పెద్ద మనుషులకు కష్టకాలంలో సహాయపడాలనే విషయం వచ్చేసరికి అటువైపు కూడా చూడడానికి మొగ్గుచూపడం లేదన్నారు.ప్రకృతి వైఫల్యాలు ఎంతటి భయంకరమైన ప్రమాదాలను సృష్టిస్తే అంతటి భయంకరమైన ప్రమాదాలలో ఇరుక్కుపోయేది మాత్రం కేవలం సాధారణ ప్రజలు సామాన్య గుడివాసులు పూరి గుడిసె వాసులు రోడ్ల పక్కన స్వల్ప వ్యాపారాలు చేసుకునే పేదవాలేనన్న సంగతిని ఇటు ప్రభుత్వాలు అటు సంపన్నులు అర్థం చేసుకోవాలన్నారు.ఎవరికి సహాయం చేసినా చేయకపోయినా ఎన్నికల వేళల్లో క్లిష్టమైన సమయాల్లో రాజకీయ నాయకులకు పూర్తి సహకారంగా నిలిచిన కుటుంబాలను మాత్రం సహాయాలు చేయకుండా విడచెవిన పెట్టొద్దన్నారు.నాయకుల విశ్వాసం గొప్పదైతే ప్రభుత్వాలతో పనేముంది ఒక్క పిలుపుతో వందల మంది సంపన్నులు ముందుకు వచ్చి గుడిశ వాసులకు పేద ప్రజలకు సహాయ సహకారాలు అందించగలరని ప్రజాప్రతినిధులు ఆలోచించాలన్నారు.మనస్ఫూర్తిగా సేవ చేయాలని ఎంత మంది నాయకులకు ప్రభుత్వాలకు తోస్తుందో తెలియదు గానీ గుడిసె వాసుల కష్టాలకు మాత్రం అండగా నిలువలేక పోతున్నారని ప్రస్తుతం కొనసాగుతున్న పరిస్థితులను అంచనాలు వేస్తే అర్థమయిపోతుందన్నారు.ప్రజల ఆరోగ్యాలపై పట్టింపులేని వైద్యశాఖ అధికారులను ప్రభుత్వాలు మందలించాలన్నారు.

పుట్టగొడుగుల్లా పుట్టుకొస్తున్న విష జ్వరాలతో గుడిసె వాసులు గుండెలు పగిలేలా అల్లాడుతున్నారన్నారు.ఏ ప్రభుత్వమైనా ముందస్తు ప్రణాళికలో భాగంగా రక్షణ చర్యలను ఏర్పాటు చేసుకోవాల్సిన అవసరాలు ఎంతైనా ఉన్నాయన్నారు.తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి ఏమాత్రం సహకరించని కేంద్ర ప్రభుత్వం నిధుల కేటాయింపులో మొండి వైఖరిని ప్రదర్శిస్తుండడమే కాకుండా అలసత్వాన్ని నిర్లక్ష్యాన్ని ప్రదర్శిస్తూ సామాన్య ప్రజలను పెనుభారమైన కష్టాల్లోనికి నెట్టివేస్తుందన్నారు.దానితోపాటు రాష్ట్ర పరిధిలో ఉన్న ప్రజాప్రతినిధులు మంత్రులు నాయకులు గుడశవాసులను సకాలంలో ఆదుకొని సహాయక చర్యలు చేపడుతూ వాళ్ళ ప్రాణాలను కాపాడాల్సిన పరిస్థితిలో సరియైన చర్యలు చేపట్టలేక సరియైన కార్యక్రమాలను ప్రోత్సహించలేక కేంద్రం అవలంబిస్తున్న నిర్లక్ష్యం ధోరణిని రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కూడా అవలంబిస్తున్నాయన్నారు.సంపన్నులకు వైద్యం చేసుకునే అవకాశాలు పుష్కలంగా ఉంటాయని నేటి దినాల్లో ప్రభుత్వ వైద్యశాలలు అంతంత మాత్రమే సేవలందిస్తుండడం గుడిశవాసులు కార్పొరేట్ వైద్యం చేయించుకోలేక అనేకమైన బాధలు పడుతున్నారన్నారు.ఒక్కరంటే ఒక్క నాయకుడు గుడిశ వాసులను కాపాడలేకపోతుండడం ఎంతో బాధేస్తుందన్నారు.కొంతమంది నిబద్ధత కలిగిన ఐఏఎస్ ఐపీఎస్ అధికారుల పుణ్యమా అని గుడిశవాసులైన పేద ప్రజలకు ఆ మాత్రం ఆదరణ లభిస్తుందన్నారు.ప్రజల ఆరోగ్యాల పట్ల శ్రద్ధ చూపించలేకపోతున్న ప్రభుత్వాలు ప్రజలకు ఏం సేవ చేస్తున్నామో వాళ్లకు వాళ్లే ప్రశ్నించుకోవాలన్నారు.ఒకవైపు కేంద్ర నాయకులు దేశాన్ని ఉద్ధరిస్తామంటూ తెగ గాబర పడుతున్నారే తప్ప పేద ప్రజల సంక్షేమానికి పూరి గుడిసె వాసుల సంక్షేమానికి దోహదపడదామన్న ఆలోచన మాత్రం లేకుండా పోతుందన్నారు.దినదిన గండంగా మారుతున్న గుడిశ వాసుల జీవన విధానాన్ని బలోపేతం చేయాల్సిన బాధ్యత కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలపైన లేదా అని ప్రశ్నించారు.దేశవ్యాప్తంగా పేద ప్రజల ప్రాణాలను తోడేయడం కూడా ఒక రకమైన రాజకీయ పరిపాలనలోని భాగం అనుకుంటే అంతకన్నా మూర?త్వం ఏముంటుందన్నారు.కొన్ని రాష్ట్రాల్లోని ప్రభుత్వాలు ఉన్నత అత్యున్నత న్యాయస్థానాలు పేద ప్రజల సంక్షేమాల కొరకు జారీ చ చేస్తున్న ఉత్తర్వులను కూడా పట్టించుకోవడం లేదన్నారు.ఉన్నత అత్యున్నత న్యాయస్థానాలు అంటే రాజకీయ నాయకులకు ప్రభుత్వాలకు ఏమాత్రం గౌరవం లేకుండా పోతుందన్నారు.మొన్నటికి మొన్న టెలిగ్రామ్ విభాగం దేశవ్యాప్తంగా 92,000 కోట్ల బకాయిలను చెల్లించాల్సి ఉండగా సుప్రీం ధర్మాసనం కఠోరమైన ఉత్తర్వులను విడుదల చేసినప్పటికిని టెలికాం శాఖ అధికారులు ప్రభుత్వానికి చెందిన నాయకులు కనీసం పట్టించుకోకపోవడంతో సుప్రీంకోర్టు న్యాయమూర్తి మందలించిన మాటలను దేశం మొత్తం చూసిందన్నారు.వేలకోట్ల రూపాయలు లక్షల కోట్ల రూపాయలు దుబారాల కోసం ఖర్చు చేస్తున్న ప్రభుత్వాలు పేద ప్రజలపై గుడిసె వాసులపై కనీసం కనికరాన్ని చూపించకపోవడం వింత విడ్డూరంగా ఉందన్నారు.పేద ప్రజలను ఊరికే వదిలేయకండి వీలైతే సాధ్యమైనంత సహాయం చేయండి అంటూ ప్రభుత్వాలకు సూచించారు.కష్ట కాలాలను భరించలేక దేశవ్యాప్తంగా వృద్ధులకు అనాథలకు అండగా నిలుస్తున్న ఆశ్రమాలు లక్షల సంఖ్యలో కలవమన్నారు.కేంద్రం నిధుల కేటాయింపుల్లో తెలంగాణ రాష్ట్రానికి మొండి చేయి చూపిస్తూ ఇతర రాష్ట్రాలకు ఆత్రుతగా నిధులు మంజూరు చేయడాన్ని తెలంగాణ ఎంపీలు ఏం చేస్తున్నారన్నారు.పేద ప్రజలకు గుడిసెలు కోల్పోయిన గుడిసె వాసులకు తిరిగి ఇండ్లు నిర్మించాలి కనీసం ఉన్నపాటుగా తలవాల్చుకోవడానికి సహాయపడాలనే ఆలోచనే రాజకీయ నాయకులకు రావడం లేదన్నారు.ప్రజల ప్రాణాలు అంటే ప్రభుత్వాలకు ఇంత చులకనైపోవడం మునుపెన్నడు చూడలేదన్నారు.దేశ ఖజానా ఎవరిది ఎవరికి పంచుతున్నారో ప్రభుత్వాలకి తెలియడం లేదన్నారు.11 సంవత్సరాలలో పేదలకు పంచిన సొమ్ము ఎంత రైతు సామ్రాజ్యానికి సహకరించిన మేలేంతో ప్రభుత్వాలు పరీక్ష చేసుకోవాలన్నారు.చివరకు గుడిశ వాసుల పేద బిడ్డలు చదువుకోవడానికి అవకాశం లేకుండా చేస్తున్న ప్రభుత్వాలు మొండి వైఖరి నశించాలన్నారు.సాధారణ, సాంకేతిక విద్యావ్యాప్తిపై విషం గకుతున్న యూజీసి నియమాలు పేద విద్యార్థులకు ఏమాత్రం సహాయ పడలేకపోతున్నాయన్నారు. ఒకవైపు బువ్వ దొరకక బాధపడుతున్న లక్షల కుటుంబాలు మరోవైపు పేద బిడ్డలకు చదువును దూరం చేసే మార్గంలో వేల లక్షల సంఖ్యలో ప్రభుత్వ పాఠశాలలు మూసివేతకు గురౌతు దేశవ్యాప్తంగా దరిద్రాన్ని తప్ప మిగిలిస్తున్నది ఏంటో ప్రభుత్వాల ఫలితానానికి అగ్నిపరీక్షగా మారిపోయిందన్నారు. ధనవ్యయాన్ని దర్జాగా దోచుకుంటున్న వాళ్లను మాత్రం కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు దగ్గరుండి చూసుకుంటున్నాయన్నారు. చివరకు కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు స్వయంకృతాపరాదాన్ని ఎదురుకోవాల్సిన పరిస్థితులు ఎదురవుతున్నాయన్నారు.భరించలేని విషయం ఏమిటంటే దేశవ్యాప్తంగా చెదిరిపోయిన గుడిశవాసులు కూడా కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలకు పన్నులు చెల్లిస్తున్నారని అలాంటి వాళ్లపై దేశ భవిష్యత్తును నిర్మించాల్సిన కేంద్ర రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు భారతదేశ భవిష్యత్తును దాడులతో ప్రేరేపిస్తూ పేద ప్రజలను అరిగోసపుచ్చుకుంటున్నారని గుడిసె వాసులు గుండెకోతతో మనోవేదన చెందుతున్నారన్నారు.

చేవెళ్ల డిక్లరేషన్ అమలు చేయాలి

జై భీమ్ న్యూస్ హన్మకొండ

ఈరోజు హనుమకొండ జిల్లా కార్యాలయం రాంనగర్ సుందరయ్య భవన్లో ముఖ్య కార్యకర్తల సమావేశం జిల్లా అధ్యక్షులు ఓరుగంటి సాంబయ్య అధ్యక్షతన జరిగింది. ఈ సమావేశానికి హనుమకొండ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి మంద సంపత్ హాజరై మాట్లాడుతూ గత ప్రభుత్వం ప్రవేశపెట్టిన దళిత బందు పథకం లబ్ధిదారులకి వారు ఎంపిక చేసుకున్న పథకాలలో పూర్తిస్థాయిలో ప్రభుత్వం ఇస్తున్న ఆర్థిక సహకారాన్ని పొందిన వారు మరియు 50% పొందని వారు ఉన్నారు వారియొక్క బ్యాంక్ ఖాతాలలో మిగిలిన ఆర్థిక సహకారాన్ని అందించాలని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఎన్నికలకి ముందు చేవెళ్లలో జరిగిన వారి యొక్క బహిరంగ సభల్లో చేవెళ్ల డిక్లరేషన్ లో దళిత బంధు పథకాన్ని 12 లక్షల రూపాయలకి పెంచుతామని అంబేద్కర్ అభయాసం పేరు తో ఇస్తామని దళితులకి హామీ ఇవ్వడం జరిగింది. ఇప్పటికీ ఆ పథకానికి ఎలాంటి మార్గ దర్శకాలని జిల్లా కలెక్టర్లకు గాని ప్రభుత్వం నుండి గాని విడుదల చేయలేదు అంతేకాకుండా గత 15 సంవత్సరాలుగా ఎస్సీ కార్పొరేషన్ లబ్ధిదారులు ఎంపిక చేసుకున్న పథకానికి రుణాలని వారికి కావలసిన ఆర్థిక సహకారాన్ని ఆన్లైన్లో దరఖాస్తుల ద్వారా మరియు వార్డు గ్రామసభల ద్వారా ఎంపిక చేసిన గత ప్రభుత్వాలు ప్రస్తుత ప్రభుత్వాలు ఎలాంటి ఆర్థిక సహకారాన్ని అందించకపోవడం దుర్మార్గమని ఆయన అన్నారు.రోజు రోజుకి ఏ ప్రభుత్వాలు అయినా దళితుల అందాల్సిన యొక్క ఎస్సీ కార్పొరేషన్ నిధులని సంక్షేమ పథకాలను వారికి అందడం లేదని ఆయన ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు వెంటనే ఎన్నికలకి ముందు ఇచ్చిన వాగ్దానాలు అన్నింటిని అమలు చేయాలని లేనియెడల ఆందోళన పోరాటాలను ఉధృతం చేస్తామని ఆయన డిమాండ్ చేశారు ఈ యొక్క సమావేశంలో కేవీపీ జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు దూడపాక రాజేందర్, జిల్లా సహాయ కార్యదర్శిలు ముడుసు నారాయణ, గడ్డం అశోక్, జిల్లా కమిటీ సభ్యులు వేల్పుల రవి, జనార్ధన్, శీలం శ్రీనివాస్ ,సిరిమల్ల సుభద్ర, సుకర్ణ, చందర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జాతీయ లోక్ అదాలత్ ద్వారా 10321 కేసులు పరిష్కారం

వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్

జై భీమ్ న్యూస్ వరంగల్

వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ వ్యాప్తంగా జాతీయ లోక్ అదాలత్ కు విశేష స్పందన లభించిందని, వీటి ద్వారా 10321 కేసులు పరిష్కారమయ్యాయని, సైబర్ క్రైమ్ కేసుల్లో 83 లక్షలకు పైగా రిఫండ్ మొత్తాన్ని బాధితులకు అందజేయాల్సిందిగా కోర్టు ఉత్తర్వులు జారీ వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ తెలిపారు. జాతీయ మెగా లోక్ అదాలత్ ద్వారా రాజీకి అవకాశం ఉండి పరిష్కరించిన మొత్తం కేసుల్లో కేసుల్లో ఎఫ్.ఐ.ఆర్ కేసులు -1079, ఈ పెట్టి కేసులు -6012, డ్రంకెన్ అండ్ డ్రైవ్ మరియు, మోటార్ వెహికల్ చట్టం కేసులు-3003, సైబర్ కేసులు -227 పరిష్కరించడం ద్వారా బాధితులకు సంబంధించి వివిధ బ్యాంక్ ఖాతాల్లో నిలుపుదల చేసిన 83,48,202 రూపాయలు బాధితులకు అందజేశాల్సిందిగా కోర్టు ఉత్తర్వులు వెలుబడించిందని తెలిపారు. రాజీ మార్గం రాజ మార్గమని, లోక్ అదాలత్ ద్వారా ఇరు వర్గాలకు న్యాయం జరుగుతుందని అవగాహన కల్పించి కేసుల పరిష్కారానికి కృషి చేసిన పోలీస్ అధికారులను, సిబ్బంది పోలీస్ కమిషనర్ అభినందించారు. అదేవిధంగా లోక్ అదాలత్ సద్వినియోగం సహకరించిన న్యాయవాదులు, కక్షిదారులు, న్యాయసేవాధికారులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

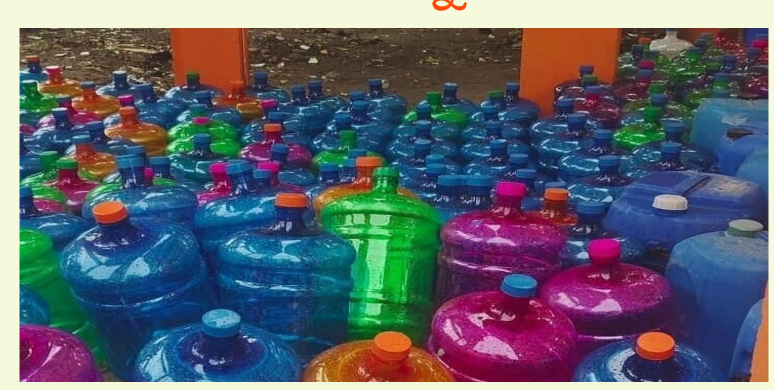
గాంధీజీ లక్ష విగ్రహాల ప్రదర్శన కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేద్దాం

గాంధీ జ్ఞాన్ ప్రతిష్టన్ - గాంధీ గ్లోబల్ ఫ్యామిలీ

జై భీమ్ న్యూస్ హన్మకొండ

హన్మకొండ సుబేదారి ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయం నందు అక్టోబర్ 10,11,12,13 తేదీలలో హైదరాబాద్ ఎల్ బి స్టేడియంలో మహాత్మా గాంధీ జీవితం, సిద్ధాంతాలు, మార్గదర్శనాన్ని ప్రస్తుత తరానికి పరిచయం చేసేందుకు చేపట్టిన "లక్ష గాంధీ విగ్రహాల ప్రదర్శన"కు సంబంధించిన పోస్టర్‌ను గౌరవ వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి కే.ఆర్ నాగరాజు టి.పిసిసి రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు నమిండ్ల శ్రీనివాస్.. ఈ కార్యక్రమంలో ఈ కార్యక్రమంలో ఏఐసీసీ కోఆర్డినేటర్ డాక్టర్ పులి అనిల్, గాంధీ గ్లోబల్ ఫ్యామిలీ చైర్మన్ రాజేందర్ రెడ్డితో పాటు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వాటర్ క్యాన్ ఎంతకాలం వాడుతున్నారు..?



(హైదరాబాద్ జై భీమ్ న్యూస్)

వాటర్ క్యాన్‌లను కొందరు నెలలకొద్దీ, మరికొందరు ఏళ్ల పాటు వాడుతుంటారు. ఇది ప్రమాదకరమని, 3 నెలలే వినియోగించాలని వైద్యులు చెబుతున్నారు. అంతకంటే ఎక్కువ రోజులు వాడితే క్యాన్లలో ఆల్కలైన్ ఏర్పడి ఆరోగ్య సమస్యలు వస్తాయంటున్నారు. అలాగే, %ఙూ 50-150జూజూఎ% మధ్య ఉండే నీటినే తీసుకోవాలని, ఎక్కువున్న నీటిని తాగితే కీళ్ల నొప్పులు, ఎసిడిటీ, కడుపునొప్పి వంటి సమస్యలు వస్తాయని హెచ్చరిస్తున్నారు.

రోడ్డు మీద చెత్త వేస్తున్నారా.. అయితే 8 రోజుల జైలు శిక్ష ఖాయం

హైదరాబాద్ జై భీమ్ న్యూస్

సెక్షన్ 70(బీ), 66 సీపీ యాక్ట్ కింద.. రోడ్డుపై చెత్త వేశారన్న అభియోగాలు రుజువైతే జైలుకెళ్లడం ఖాయం. ఈ మేరకు హైదరాబాద్ పోలీసుల హెచ్చరిక.. జి.హెచ్.ఎం.సి అధికారుల సమన్వయంతో చెత్త వేసే వారిపై నిఘా. చెత్త వేస్తున్న హాట్ స్పాట్‌లను గుర్తించి.. ఆయా ప్రాంతాల్లో సీ.సీ కెమెరాలను ఏర్పాటు చేస్తున్న అధికారులు. ఇప్పటికే బోరబండ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఐదుగురు అరెస్టు.. కోర్టులో హాజరుపరచగా రూ.1000 ఫైన్. చట్టంలో ఉన్న ఇతర చట్టాల ప్రకారం.. 8 రోజుల జైలు శిక్ష పడే అవకాశం కూడా ఉందంటున్న పోలీసులు.

ఎల్.ఎల్. బి. 6వ సెమిస్టరు పరీక్ష కేంద్రం మార్పు

జై భీమ్ న్యూస్ కే.యూ క్యాంపస్

ప్టెంబర్ 15వ తేదీన ప్రైవేట్ కాలేజీ మేనేజ్మెంట్స్ బంద్ నేపథ్యంలో 15వ తేదీ మధ్యాహ్నం 2.00 గంటల నుంచి 5.00 గంటల మధ్య హంటర్ రోడ్ లోని అల్లూరి ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ మేనేజ్మెంట్ సైన్సెస్ పరీక్షా కేంద్రం లో జరగవలసిన ఎల్.ఎల్.బి (ఐదు సంవత్సరాల) వి సెమిస్టర్ పేపరు సుబేదారి యూనివర్సిటీ మహిళా కాలేజీ సెంటర్లో మారుస్తూ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి ఆచార్య రాజేందర్ కట్ల ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. విద్యార్థులు దీనిని గమనించవలసిందిగా పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి కోరారు.

సంపాదకీయం

స్థానిక ప్రజాప్రతినిధుల తడస్త వైఖరి

ఆర్ఎంపీలపై చర్యలు చేపట్టని జిల్లా వైద్య అధికారులు

(జై భీమ్ న్యూస్ పర్వతగిరి)

వైద్యులను దేవునితో పోలుస్తారు. అలాంటి వైద్య వృత్తికి కొందరు మెడికల్ ప్రాక్టీషనర్స్ (ఆర్ఎంపీ) లు మచ్చతెస్తున్నారు. ప్రథమ చికిత్స చేయాల్సిన ఆర్ఎంపీలు ప్రజల అవసరాలను ఆసరాగా తీసుకుని వైద్యం పేరుతో అడ్డంగా దోచుకుంటున్నారు. వరంగల్ జిల్లా పర్వతగిరి మండలంలోని నిబంధనలకు విరుద్ధంగా కొందరు ఆర్ఎంపీలు వైద్యం చేస్తుండగా మరికొందరు సరైన అనుమతులు లేకుండా క్లీనిక్లు నిర్వహిస్తున్నారు. అంతేకాకుండా ఏకంగా పడకలను ఏర్పాటు చేసి రోగుల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్నారు. నిబంధనల ప్రకారం ఆర్ఎంపీలు కేవలం ప్రథమ చికిత్స మాత్రమే చేయాలి. కానీ ఎండీ, ఎంబీబీఎస్, వైద్యుల తరహాలో వైద్యం చేస్తూ ఇష్టారాజ్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారు. ఇటీవల గ్రామాల్లో ప్రజలకు చేసిన వైద్యం వికటించి అనారోగ్యం పాలు కావడంతో గ్రామస్తులు ఆర్ఎంపీలను హెచ్చరించినప్పటికీ వారి తీరు మారడం లేదు.

నిబంధనలకు విరుద్ధంగా ఆర్ఎంపీల వైద్య సేవలు..

మండలంలో దాదాపు 50మందికి పైగా ఆర్ఎంపీలు ఉన్నారు. వీరు ప్రాథమిక చికిత్స మాత్రమే చేయాలి. ప్రథమ చికిత్స కేంద్రానికి ఎలాంటి పేరు పెట్టకూడదు. అతని పేరు కూడా డాక్టర్ అని రాసుకోకూడదు. కట్లు కట్టడం, సెలెన్ ఎక్కించడం, ఇంజక్షన్లు వేయడం చేయకూడదు. గర్భిణీలు, బాలింతలు, చిన్న పిల్లలకు వైద్య చికిత్సలు చేయకూడదు. రక్త పరీక్షలు చేయడానికి ల్యాబ్, చికిత్స కోసం పడకలు ఏర్పాటు చేయకూడదు. అలాగే షుగరు, రక్తపరీక్షలతోపాటు స్కానింగ్ తీసుకోవాలని ఎలాంటి సిఫారసులు చేయకూడదు. కానీ వీటన్నింటికి విరుద్ధంగా ప్రజల అవసరాలను ఆసరాగా చేసుకుని కొందరు ఆర్ఎంపీలు వైద్యం పేరుతో దోచుకుంటున్నారు.

నిరుపేదలను అడ్డంగా దోచుకుంటున్న ఆర్ఎంపీలు..

ఆర్ఎంపీలు నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వైద్య సేవలందిస్తున్నారు. వర్ష కాలం కావడంతో గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో, తండాల్లో ప్రజలకు టైఫాయిడ్, మలేరియా, డెంగీ, ఇతర వ్యాధుల బారిన పడుతున్న సమయంలో ఆర్ఎంపీలు వైద్యం చేస్తున్నారు. ఇటీవల కొందరు పట్టణ ప్రాంతాల్లోని పలు ప్రైవేటు ఆసుపత్రుల్లో కొంత కాలంగా పనిచేసిన వ్యక్తులు తర్వాత గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఆర్ఎంపీలుగా అవతారం ఎత్తుతున్నారు. అరకొర వైద్యం చేసి ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటమాడుతున్నారు. అలాగే రక్తమూత్ర పరీక్షలు చేయించుకోవాలని ల్యాబ్ టెక్నిషియన్లతో పర్సంటేజీలు మాట్లాడుకుని రోగులను దోచుకుంటున్నారు. జిల్లా కేంద్రంలోని ప్రైవేటు ఆసుపత్రుల వైద్యులతో కుమ్మక్కై రోగులను రెఫర్ చేస్తూ బిల్లులో 20 శాతం నుంచి 30 శాతం వరకు కమీషన్లు తీసుకుంటున్నారు. ఆర్ఎంపీల తతంగం జిల్లా వైద్య ఆరోగ్యశాఖ అధికారులకు తెలిసి కూడా చర్యలు తీసుకోకపోవడం ప్రజల ప్రాణాలతో చెలగాటం ఆడుతున్నారని మండల ప్రజలు మండిపడుతున్నారు. అర్హతకు మించి వైద్యం అందించవద్దని హెచ్చరించినప్పటికీ కొందరు ఆర్ఎంపీల తీరులో మార్పు రాలేదని తెలిపారు.

చర్యలు చేపట్టని జిల్లా వైద్య శాఖ..

జిల్లా అధికారుల ఆదేశాల మేరకు పలు ఆర్ఎంపి ప్రథమ చికిత్స కేంద్రాలపై దాడులు నిర్వహిస్తామని మండలంలోని కొందరు ఆర్ఎంపీలు అధిక మొత్తంలో డోసులు వాడుతున్నట్టు గుర్తించి నివేదిక తయారుచేసి జిల్లా అధికారులకు పంపిస్తామని జిల్లా అధికారుల ఆదేశాల మేరకు చర్యలు తీసుకుంటామని, ఆర్ఎంపీలు కేవలం ఫస్ట్ఎయిడ్ మాత్రమే చేయాలి. ఆర్ఎంపీలు నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వైద్యం అందించవద్దని హెచ్చరింస్తామని, ఎవరైనా నిబంధనలకు విరుద్ధంగా వైద్యం అందిస్తే క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేస్తామన్నారు. ఆర్ఎంపీలు నిబంధనల ప్రకారం ప్రజలకు వైద్య సేవలు అందించాలని తెలిపిన వైద్య అధికారులు జిల్లా వైద్య శాఖకు సంబంధించిన అధికారులు నివేదిక ప్రకారం చర్యలు చేపట్టకపోవడంలో ఆంతర్యమేమిటో అంత చిక్కడం లేదు. స్థానిక ఆర్ఎంపీ వైద్యులు, జిల్లా వైద్య అధికారుల కనుసన్నులలో వైద్యం నిర్వహిస్తున్నారా? లేకపోతే చర్యలు చేపట్టకపోవడంలో ఆంతర్యం డబ్బు బలమా? లేక రాజకీయ బలమా? అన్నది అర్థం కానీ పరిస్థితి నెలకొంది.

డ్రైనేజి సమస్యను పరిష్కరించండి

జై భీమ్ న్యూస్ హన్మకొండ

హనుమకొండ జిల్లా హసన్ పర్తి మండలం గ్రేటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లోని మొదటి డివిజన్ ఎర్రగట్టుగుట్ట సమీపంలోని నారాయణ నగర్, మంత్రపురి కాలనీ, బాలాజీ నగర్ రోడ్ నెంబర్ 1,2 కాలనీ వాసులకు డ్రైనేజీ మురుగు నీరు, వరద ప్రమాదం పొంచి ఉందని అనేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. వరంగల్ కరీంనగర్ ప్రధాన రహదారిలో గల రోడ్డు దిగువ నుండి ఉన్న డ్రైనేజీ నీరు సక్రమంగా వెళ్లే మార్గం లేక బాలాజీ నగర్ 1, 2 కాలనీ వాసుల ఇళ్లలోకి మురుగు నీరు చేరి ఆ కాలనీ రోడ్లన్నీ అస్తవ్యస్తంగా మారుస్తున్నాయని వాపోతున్నారు. చిన్న వర్షానికే ఈ మురుగు నీటి వరద ప్రభావం కేఎల్ఎన్ కన్వేషన్ హాల్ మురుగునీరు వర్షపు నీరు కరీంనగర్ ప్రధాన రహదారి గుండా వచ్చే వర్షపు నీరు అంతా మివితమైపోయి పెద్ద మొత్తంలో వర్షం కురువగానే స్వాగత్ గ్రాండ్ హోటల్, ఎస్వీఆర్ ఫంక్షన్ హాల్ మధ్య గల ఖాళీ ప్రదేశం గుండా వేగంగా పారుతూ ఆ సమీపంలో ఉన్న ఇళ్లలోకి చేరుతున్నాయి. ఫలితంగా బురద, ముళ్ల కంపలు, చెత్త కొట్టుకొని వచ్చి ఇళ్లలో మేట వేస్తున్నాయి. ఇప్పటికే సరిగా లేని ఆ కాలనీ రోడ్లు మరింత కొట్టుకుపోయి గుంతలు ఏర్పడుతున్నాయి. ఈ పరిస్థితి తలెత్తకుండా ఉండాలంటే కరీంనగర్ వరంగల్ ప్రధాన రహదారి ద్వారా వచ్చే డ్రైనేజ్ వ్యవస్థను మెరుగుపరచాలని , రాత్రి అయితే చాలు దోమల బెడద అధికంగా ఉన్నదని స్థానిక ప్రజాప్రతినిధులను మా సమస్యలు పరిష్కరించాలని పలుమార్లు నాయకుల దృష్టికి తీసుకెళ్లినప్పటికి ఫలితం తేకుండా పోయింది మున్సిపాల్ సిబ్బంది సమస్యపై కనీస బాధ్యత వహించడం లేదని కాలనీవాసులు ఆందోలనలు చెందుతున్నారు. అలాంటి పరిస్థితులతో కాలనీ వాసులు ఆరోగ్యాలకు భదత లేకుండా పోతుందని తెలిపారు. అధికారులు. ప్రజాప్రతినిదులు తక్షణమే చర్యలు చేపట్టాలని కాలని వాసులైన బాలాజీ నగర్ అధ్యక్ష,ప్రధాన కార్యదర్శులు గణపతి రెడ్డి, కృష్ణమూర్తి, యాకయ్య, కాలనీవాసులు కోరుతున్నారు.

వర్ధన్నపేట కోనారెడ్డి చెరువు ఫీడర్ ఛానల్ పనులను క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించిన ఎమ్మెల్యే నాగరాజు

జై భీమ్ న్యూస్ వరంగల్

వర్ధన్నపేట మండల కేంద్రం లోని కోనారెడ్డి చెరువుకు నీటిని అందించే ఫీడర్ ఛానల్ కాలువ పనులను వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే విశ్రాంత ఐ.పీ.ఎస్ అధికారి కే.ఆర్ నాగరాజు ఆదివారం పరిశీలించారు. గత రెండు రోజుల క్రితం ఆయన స్వయంగా పనులను ప్రారంభించిన విషయం తెలిసిందే. పనులు ఎంతవరకు జరిగాయో తెలుసుకోవడానికి, వాటి పురోగతిని సమీక్షించడానికి ఆయన క్షేత్రస్థాయిలో పర్యటించారు. అనంతరం కోణాయిచలం నుంచి కోనారెడ్డి చెరువుకు వరకు వచ్చే కట్టు దమ్మన్నపేట క్రాస్ వద్ద పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాగరాజు మాట్లాడుతూ కోణాయిచలం నుంచి కోనారెడ్డి చెరువుకు నీరందించడం వల్ల వర్ధన్నపేట పరిసర ప్రాంతాలలోని వ్యవసాయ భూములకు సాగునీరు అందుతుందని, తద్వారా రైతులకు ఎంతో మేలు జరుగుతుందని అన్నారు. పనులను వేగవంతం చేసి, నాణ్యతతో పూర్తి చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే, ఈ పనుల వల్ల స్థానిక ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా చూసుకోవాలని సూచించారు. చెరువు మరమ్మత్తులు, ఫీడర్ ఛానల్ పనుల వల్ల వర్ధన్నపేట ప్రాంతంలో భూగర్భ జలాల మట్టం కూడా పెరుగుతుందని, దీనివల్ల వేసవిలో ఎదురయ్యే తాగునీటి సమస్యలు కూడా కొంతవరకు తగ్గుతాయని ఆయన ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు, రైతులు పాల్గొన్నారు.

బీ.ఫార్మసీ సప్లిమెంటరీ పరీక్ష కేంద్రాల మార్పు

జై భీమ్ న్యూస్ కే.యూ క్యాంపస్

సెప్టెంబర్ 15వ తేదీ నుండి ప్రైవేట్ కాలేజ్ మేనేజ్మెంట్స్ నిరవధిక బంద్ నేపథ్యంలో సెప్టెంబర్ 15వ తేదీ నుంచి వివిధ తేదీలలో జరగవలసిన బి ఫార్మసీ మొదటి, మూడవ, ఐదవ, ఏడవ సెమిస్టర్ (సప్లీమెంటరీ) పరీక్షా కేంద్రాలను మారుస్తున్నట్టు పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి ఆచార్య రాజేంద్ర కట్ల ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. మరిన్ని వివరాలు విశ్వవిద్యాలయ వెబ్ సైట్ www. kakatiya.ac.inలో చూడవచ్చు అని ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు. విద్యార్థులు, కాలేజీ యాజమాన్యం దీనిని గ్రహించాలని తెలిపారు.

ఫార్మసీ మొదటి సంవత్సరం పరీక్ష కేంద్రాల మార్పు

జై భీమ్ న్యూస్ కే.యూ క్యాంపస్

సెప్టెంబర్ 15వ తేదీ నుండి ప్రైవేట్ కాలేజ్ మేనేజ్మెంట్స్ నిరవధిక బంద్ నేపథ్యంలో సెప్టెంబర్ 15వ, 17వ, 19వ తేదీలలో జరగవలసిన ఫార్మసీ.డి మొదటి సంవత్సరం పరీక్ష కేంద్రాలను మారుస్తూ పరీక్షల నియంత్రణ అధికారి సర్కులర్ విడుదల చేశారు. మరిన్ని వివరాలు విశ్వవిద్యాలయ వెబ్సైట్ www.kakatiya.ac.in చూడవచ్చు అని ఆచార్య రాజేందర్ కట్ల ఆ ప్రకటనలో తెలిపారు.

లోకకల్యాణం-విశ్వశాంతి కొరకు అమ్మవారి ఆరాధన తప్పనిసరి

కమిటీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు: చీర భరత్ కుమార్

ఉత్సవాలకు కొబ్బరికాయ కొట్టి భూమిపూజ చేసిన కమిటీ అధ్యక్షులు పేర్న శ్రీకాంత్

వరంగల్ జై భీమ్ న్యూస్

ఆశ్వయుజ మాసంలో దుర్గ అమ్మవారి ఆరాధన విశేషమైన ఫలితాలను ఇస్తుందని, “అమ్మదయ ఉంటే అన్నీ ఉన్నట్లే” అన్న నమ్మకంతో, శ్రీశ్రీశ్రీ దేవీ శరన్నవరాత్రి ఉత్సవ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో ప్రతి సంవత్సరం జరుగుతున్న దుర్గాదేవి నవరాత్రి ఉత్సవాలు ఈసారి కూడా అత్యంత వైభవంగా, భక్తిశ్రద్ధలతో నిర్వహించేందుకు ఏర్పాట్లు ప్రారంభమయ్యాయి. ఆదివారం ఉదయం కమిటీ అధ్యక్షులు పేర్న శ్రీకాంత్ ఉత్సవాల ప్రారంభానికి ముందు భూమి పూజ చేసి కొబ్బరికాయ కొట్టి, స్టేజ్ నిర్మాణం, మండపాల ఏర్పాట్లు, అన్నదాన భోజనశాల ఏర్పాట్లను ప్రారంభించారు. వర్షాకాల పరిస్థితులను దృష్టిలో పెట్టుకుని అన్ని ఏర్పాట్లు పకడ్బందీగా చేస్తున్నామని ఆయన ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. కమిటీ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు చీర భరత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ ప్రతి సంవత్సరం సహకరిస్తున్న కమిటీ సభ్యులు, చందాదారులందరికీ కృతజ్ఞతలు. ఈసారి కూడా ప్రతి ఒక్కరికీ భక్తి, గౌరవం కలిగేలా ప్రత్యేక బాధ్యతలు అప్పగించాం,” అని వివరించారు. కమిటీ ఆర్గనైజర్ చీర అశోక్ మాట్లాడుతూ “వర్షాలు అధికంగా ఉండటంతో పాటు కోతుల సమస్య కూడా ఎక్కువగా ఉండటంతో, అమ్మవారి మండపం రేకులతో కూడిన శాశ్వత నిర్మాణాన్ని చేపడుతున్నాం,” అని చెప్పారు. అదేవిధంగా రేపు సోమవారం ఉదయం భద్రకాళి దేవాలయంలో అమ్మవారి సమక్షంలో “ఆహ్వాన కరపత్రం” ఆవిష్కరణ జరగనుంది. ఈ కార్యక్రమంలో కమిటీ బాధ్యులు బైరి వంశీకృష్ణ, చీర పవన్ కుమార్, కనుకుంట్ల హరిప్రసాద్, చీర వినయ్ కుమార్, బైరి హరీష్, చీర అన్వేష్, బండారి అనిల్ కుమార్, బండారి రాజ్ కుమార్, మజ్జిగ సంతోష్, చీర అవినాష్, నీల రంగయ్య, గజ్జల చంద్రమోహన్, బొంగు బాలు గౌడ్, చీర కోమల, కాట్ల దివ్య, పేర్న రేణుక, చీర వైష్ణవి, కంకల సత్యవతి, చీర ప్రియాంక, బండారి సునీత, బండారి సంకీర్తన, మజ్జిగ పద్మ, చీర రమ, చీర కవిత, చీర దేవేంద్ర, ఆకుతోట సుమిత్ర, రవళి, చీర స్రవంతి తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఉత్సవాల్లో నగర ప్రజలు, భవాని భక్తులు విస్తృతంగా పాల్గొనే అవకాశం ఉంది.

రీల్స్ కోసం ప్రాణాల మీదికి తెచ్చుకోకండి

పండుగలపై పిచ్చి జోకులు చేయొద్దు

బ్రహ్మశ్రీ కసుబోజుల రామాచారి (ఉత్తమ సామాజికవేత్త పౌరోహిత అవార్డు గ్రహీత)

వరంగల్ జై భీమ్ న్యూస్

హిందువులకు సద్దుల బతుకమ్మ, దసరా, దేవీ నవరాత్రి వంటి పండుగలు అతి పెద్ద పవిత్ర ఉత్సవాలు. ఈ పండుగలు భక్తిశ్రద్ధలతో, సాంప్రదాయ విలువలతో జరపాలని సామాజికవేత్త బ్రహ్మశ్రీ కసుబోజుల రామాచారి సూచించారు.

ఆయన మాట్లాడుతూ “పండుగలు వచ్చాయి అంటే మద్య మాంసాలు తాగి తినడం కాదు యువతి యువకులారా ఒక్కసారి ఆలోచించండి! పండుగలు అనేవి ఆధ్యాత్మికత, ఆనందం, సాంప్రదాయ బంధాలను పటిష్టం చేసుకునే సందర్భాలు,” అని అన్నారు.

సోషల్ మీడియాలో అప్రమత్తంగా ఉండాలి..

రామాచారి ఈమధ్య పెరుగుతున్న సోషల్ మీడియా రీల్స్ పిచ్చిపై ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. లైకుల కోసం, రేటింగ్ల కోసం పండుగల పట్ల చులకన భావం కలిగించే రీల్స్ చేస్తున్నారని చూస్తున్నాం. దయచేసి అలా చేయకండి. పండుగలు అమ్మవారి ఆశీర్వాదాలతో పవిత్రంగా జరుపుకోవాలి,” అని సూచించారు.

భద్రతా సూచనలు..

ఆడపడుచులు బతుకమ్మల పండుగలో సంప్రదాయ వస్త్రధారణతో పాటు ఆభరణాలు ధరించడం సహజం. అయితే “ఈ సమయంలో చైన్ స్నాచింగ్ వంటి నేరాలు ఎక్కువ అవుతున్నాయి. కాబట్టి మహిళలు ప్రత్యేకంగా అప్రమత్తంగా ఉండాలి,” అని హెచ్చరించారు.

యువతకు పిలుపు..

“పండుగలు వచ్చాయి అంటే మద్యం సేవిస్తేనే పండుగ అని అనుకోవడం ఒక చెడు అలవాటు. ఇలాంటి వెర్రి చేష్టలతో అనేక కుటుంబాలు దుఃఖంలో మునిగిపోతున్నాయి. యువత చెడుదోవన పడకుండా, పండుగలను భక్తిశ్రద్ధలతో జరుపుకోవాలి,” అని పిలుపునిచ్చారు.

మంగళకాంక్ష..

దేశ భవిష్యత్తు యువత చేతుల్లోనే ఉందని ఆయన స్పష్టం చేస్తూ “నేటి బాలలే రేపటి పౌరులు. అందరూ ఆయురారోగ్యాలతో, అష్ట ఐశ్వర్యాలతో, సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని నేను అమ్మవారిని ప్రార్థిస్తున్నాను,” అని బ్రహ్మశ్రీ కసుబోజుల రామాచారి ఆకాంక్షించారు.

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

బాలాజీ నగర్ కాలనీల్లో డ్రైనేజీ వరద ముప్పు కాలనీ వాసుల ఆవేదన

హనుమకొండ జిల్లా (హసన్‌పర్తి) జై భీమ్ న్యూస్

హనుమకొండ నగర పరిసరాల్లోని బాలాజీ నగర్ రోడ్ నం. 1, 2 కాలనీలు ప్రతి వర్షాకాలం ప్రారంభం అయ్యే సరికి డ్రైనేజీ వరద ముప్పుతో భయాందోళనలకు గురవుతున్నాయి. ముఖ్యంగా కరీంనగర్ వరంగల్ ప్రధాన రహదారికి దిగువ ప్రాంతంలో ఉన్న వీటికి సక్రమమైన డ్రైనేజీ ప్రవాహ మార్గం లేకపోవడం, గత కొన్నేళ్లుగా స్థానికులకు తీవ్ర ఇబ్బందులను సృష్టిస్తోంది.

చిన్న వర్షానికే ఇళ్లలోకి మురుగు నీరు..

కరీంనగర్ వరంగల్ రహదారి నుండి వచ్చే నీరు సరైన అవుట్‌లెట్ లేక బాలాజీ నగర్ 1, 2 కాలనీల్లోకి చేరుతోంది. ముఖ్యంగా స్వాగత్ గ్రాండ్ హోటల్ మరియు ఎస్వీఆర్ ఫంక్షన్ హాల్ మధ్యనున్న ఖాళీ ప్రదేశం గుండా వేగంగా ప్రవహించే నీరు సమీప ఇళ్లలోకి చేరుతోంది. దీంతో ఇళ్లలో మురుగు నీరు నిలిచిపోవడం, బురద, చెత్త, ముళ్లకంపలు కొట్టుకువచ్చి పోవడం సాధారణంగా మారింది.

రోడ్లు అస్తవ్యస్తం గుంతల వల..

ఇప్పటికే గట్టిపడని రోడ్లు ఈ వరద నీటి ప్రవాహంతో కొట్టుకుపోయి పెద్ద గుంతలుగా మారాయి. ఫలితంగా కాలనీ అంతటా వాహన రాకపోకలు స్తంభించిపోవడం, చిన్న పిల్లలు, వృద్ధులు రోడ్లపై నడవడానికి కూడా ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. వర్షపు నీటితో రోడ్లలో బురద నిలిచిపోవడం వలన డెంగ్యూ, మలేరియా వంటి సీజనల్ వ్యాధుల భయం కూడా ప్రజల్లో పెరుగుతోంది.

ప్రజల జీవన విధానంపై ప్రభావం..

మురుగు నీరు ఇళ్లలోకి రావడంతో కుటుంబాలు స్వచ్ఛత సమస్యలు ఎదుర్కొంటున్నాయి. ప్రతి వర్షం పడినప్పుడు ఇళ్లను శుభ్రం చేయాల్సిన పరిస్థితి తలెత్తుతోంది. గాలి తగలని మూలల్లో చెత్త పేరుకుపోవడంతో దుర్వాసన వ్యాపించడం, దోమల సమస్య మరింత తీవ్రం అవుతోంది.

కాలనీవాసుల విజ్ఞప్తి..

బాలాజీ నగర్ కాలనీ అధ్యక్షుడు గణపతి రెడ్డి, ప్రధాన కార్యదర్శి కృష్ణమూర్తితో పాటు కాలనీవాసులు మాట్లాడుతూ ప్రతి సంవత్సరం ఇదే సమస్య మాకు కొత్త ఇబ్బందులు తెస్తోంది. వర్షం పడితే మాకు భయం మొదలవుతోంది. మా ఇళ్లలోకి మురుగు నీరు చేరకుండా ఉండేందుకు, కరీంనగర్ వరంగల్ ప్రధాన రహదారి నుండి వచ్చే డ్రైనేజీ సిస్టంను తక్షణమే మెరుగుపరచాలి," అని నగర మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ అధికారులను కోరారు.

తక్షణ చర్యలు అవసరం..

స్థానిక ప్రజలు డిమాండ్ చేస్తున్నారు

ప్రధాన రహదారి నుండి కాలనీలోకి వచ్చే డ్రైనేజీ మార్గాన్ని పునరుద్ధరించాలి. బాలాజీ నగర్‌లో కొత్త సైడ్ డ్రైనేజీలు నిర్మించాలి. కాలనీలో ఏర్పడిన గుంతలు, దెబ్బతిన్న రోడ్లను వెంటనే మరమ్మతు చేయాలి. వర్షాకాలంలో కాలనీకి ప్రత్యేక శానిటేషన్ బృందాలను మున్సిపల్ అధికారులు నియమించాలి. ప్రజల ప్రాణాలు, ఆస్తులు వరద ముప్పులో ఉండకూడదని, చిన్న వర్షానికే ఇంతటి సమస్య వస్తే రాబోయే భారీ వర్షాలకు విపరీతమైన నష్టం సంభవించే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. కాలనీవాసులు, పిల్లలు, వృద్ధులు రోజువారీ జీవనంలో ఇబ్బందులు పడకుండా మున్సిపల్ అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు వెంటనే స్పందించి చర్యలు తీసుకోవాలని బాలాజీ నగర్ ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

లయన్ క్లబ్ అఫ్ ధీర ఆధ్వర్యంలో ఉచిత వైద్య శిబిరం

- వందలాది ప్రజలకు లబ్ధి

హన్మకొండ జిల్లా (మడికొండ) జై భీమ్ న్యూస్

స్థానిక ప్రజల ఆరోగ్య రక్షణ, సామాజిక సేవలో భాగంగా లయన్ క్లబ్ అఫ్ ధీర ఆధ్వర్యంలో ఆదివారం నాడు మడికొండలో విశేషమైన ఉచిత ఆరోగ్య శిబిరం నిర్వహించబడింది. ఈ శిబిరాన్ని క్లబ్ అధ్యక్షురాలు జంజాం శ్రీవాణి, విజయకుమారి ఆధ్వర్యంలో, పద్మశాలి సంఘం మడికొండ అధ్యక్షులు బిళ్ళ రవీందర్ మరియు సంఘ కార్యవర్గం సహకారంతో విజయవంతంగా చేపట్టారు.

శిబిరంలో అందించిన వైద్య సేవలు..

ఈ శిబిరంలో ప్రజలకు పలు ఉచిత వైద్య పరీక్షలు అందించబడ్డాయి. ముఖ్యంగా కంటి చూపు పరీక్షలు ఉచితంగా పరిశీలించి, అవసరమైన వారికి వెంటనే అద్దాలు పంపిణీ చేశారు. బీపీ, షుగర్ టెస్టులు వృద్ధులు, యువతీయువకులు, మధ్య వయసు వ్యక్తులు లబ్ధి పొందారు. ప్రత్యేక కంటి పరీక్షలు దూరదృష్టి, సమీప దృష్టి లోపాలు, కంటి అలర్జీలు, ముత్యబిందు వంటి సమస్యల కోసం ప్రత్యేకంగా పరిశీలించారు. ఈ పరీక్షలను డా. సుస్మిత కంటి హాస్పిటల్ వైద్య సిబ్బంది నిర్వహించారు. ప్రధానంగా డా. టీ. అఖిల్ ప్రత్యేక వైద్య సలహాలు అందిస్తూ, ప్రజలకు కంటి సంరక్షణపై అవగాహన కల్పించారు. డా. టీ. అఖిల్ మాట్లాడుతూ కంటి సమస్యలను చిన్నచూపు చూడకూడదు. సమయానికి పరీక్షలు

చేయించుకోవడం ద్వారా పెద్ద సమస్యలను ముందుగానే నివారించవచ్చు. ముఖ్యంగా షుగర్, బీపీ ఉన్నవారు తరచుగా కంటి పరీక్షలు చేయించుకోవాలి," అని సూచించారు. లయన్ క్లబ్ అధ్యక్షురాలు జంజాం శ్రీవాణి మాట్లాడుతూ ప్రజల ఆరోగ్యమే మా లక్ష్యం. మా క్లబ్ ద్వారా నిరంతరం సేవా కార్యక్రమాలు కొనసాగిస్తాం. ప్రజలు ఆరోగ్యంగా ఉండి సంతోషంగా జీవించాలి అనేది మా ఆశయం," అని తెలిపారు. విజయకుమారి మాట్లాడుతూ మహిళలు, వృద్ధులు, చిన్నారులు అందరికీ ఈ శిబిరం ఉపయోగపడింది. భవిష్యత్తులో మరిన్ని ప్రత్యేక వైద్య శిబిరాలను నిర్వహిస్తాం," అని హామీ ఇచ్చారు. పద్మశాలి సంఘం మడికొండ అధ్యక్షుడు బిళ్ళ రవీందర్ మాట్లాడుతూ సామాజిక సేవలో భాగంగా మా సంఘం ఎప్పుడూ ముందుంటుంది. వైద్య శిబిరాల ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడం చాలా అవసరం. ప్రతి నెలా ఇలాంటి శిబిరాలను నిర్వహించేందుకు మా సంఘం కృషి చేస్తుంది," అని అన్నారు. ఈ శిబిరం ద్వారా వందలాది స్థానికులు లబ్ధి పొందారు. కంటి చూపు సమస్యలు ఉన్న వృద్ధులకు అద్దాలు అందించగా, షుగర్, బీపీ పరీక్షల ద్వారా అనేక మంది వారి ఆరోగ్య పరిస్థితిని తెలుసుకున్నారు. స్థానికులు ఈ సేవల పట్ల హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ నిర్వాహకులకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో లయన్ క్లబ్ సభ్యులు, పద్మశాలి సంఘం కార్యకర్తలు, కాలనీవాసులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు. ముఖ్యంగా సంఘ కార్యవర్గం, యువత, మహిళలు, విద్యార్థులు కూడా ఆసక్తిగా పాల్గొన్నారు. ఈ ఉచిత వైద్య శిబిరం ప్రజల ఆరోగ్యానికి పెద్ద మేలుచేసిందని, భవిష్యత్తులో మరిన్ని ఆరోగ్య, విద్యా సేవా కార్యక్రమాలు నిర్వహించాలని లయన్ క్లబ్, పద్మశాలి సంఘం ప్రతినిధులు సంకల్పించారు.

బిచ్చగాళ్ల వసతి గృహాలపై సుప్రీంకోర్టు కీలక తీర్పు

జై భీమ్ న్యూస్, ఢిల్లీ

దేశవ్యాప్తంగా ఉన్న యాచకుల వసతి గృహాలు (బెగ్గర్ హోమ్‌లు) శిక్షా కేంద్రాలుగా కాకుండా, గౌరవప్రదమైన పునరావాస కేంద్రాలుగా మారాలని సుప్రీంకోర్టు స్పష్టం చేసింది. ఇవి జైళ్లను తలపించేలా ఉండకూడదని, నివాసితుల ప్రాథమిక హక్కులకు భంగం వాటిల్లితే అది రాజ్యాంగ ఉల్లంఘనే అవుతుందని తేల్చిచెప్పింది. ఢిల్లీలోని లంపూర్ బెగ్గర్ హోమ్‌లో కలుషిత నీటి కారణంగా నివాసితులు మరణించిన ఘటనపై విచారణ జరిపిన జస్టిస్ జె.బి. పార్దీవాలా, జస్టిస్ ఆర్. మహాదేవన్‌లతో కూడిన ధర్మాసనం ఈ చారిత్రక ఆదేశాలు జారీ చేసింది. "బెగ్గర్ హోమ్‌ల పాత్ర శిక్షించేలా కాకుండా, బాధితులను కోలుకునేలా చేసి, వారిలో నైపుణ్యాలు పెంచి, తిరిగి సమాజంలో కలిసేలా చేసేదిగా ఉండాలి. 'హోమ్' (ఇల్లు) అనే పదానికే భద్రత, గౌరవం, సంరక్షణ అనే అర్థాలున్నాయి" అని ధర్మాసనం వ్యాఖ్యానించింది. అధిక జనాభా, అపరిశుభ్రత, వైద్య సదుపాయాల లేమి వంటి పరిస్థితులు రాజ్యాంగంలోని ఆర్టికల్ 21 ప్రకారం జీవించే హక్కును కాలరాయడమేనని కోర్టు పేర్కొంది. పేదరికాన్ని నేరంగా చూసే వలసవాద చట్టాల వారసత్వాన్ని విడిచిపెట్టి, సామాజిక న్యాయం అందించే ప్రదేశాలుగా ఈ హోమ్‌లను మార్చాలని సూచించింది. ఈ సందర్భంగా దేశంలోని అన్ని బెగ్గర్ హోమ్‌లకు వర్తించేలా సుప్రీంకోర్టు పలు కీలక మార్గదర్శకాలను విడుదల చేసింది.

వాటిలో కొన్ని ముఖ్యమైనవి:

వైద్యం, ఆరోగ్యం: హోమ్‌లో చేరిన ప్రతి వ్యక్తికీ 24 గంటల్లోగా తప్పనిసరిగా వైద్య పరీక్షలు నిర్వహించాలి. ప్రతినెలా ఆరోగ్య తనిఖీలు చేయడంతో పాటు, అంటువ్యాధులు ప్రబలకుండా నిఘా వ్యవస్థను ఏర్పాటు చేయాలి. పరిశుభ్రమైన తాగునీరు, మరుగుదొడ్లు, కీటకాల నివారణ వంటి చర్యలు చేపట్టాలి.

ఆహారం, వసతి: పోషకాహార నిపుణుడి పర్యవేక్షణలో నాణ్యమైన భోజనం అందించాలి. హోమ్‌లలో పరిమితికి మించి జనాభా ఉండకుండా చూడాలి. సరైన గాలి, వెలుతురు ఉండేలా వసతులు కల్పించాలి.

పునరావాసం, హక్కులు: నివాసితులు ఆర్థికంగా నిలదొక్కుకోవడానికి నైపుణ్య శిక్షణా కేంద్రాలు ఏర్పాటు చేయాలి. వారికి అర్థమయ్యే భాషలో చట్టపరమైన హక్కులపై అవగాహన కల్పించాలి. మహిళలు, పిల్లల కోసం ప్రత్యేక, సురక్షితమైన వసతులు ఉండాలి. భిక్షాటన చేస్తూ దొరికిన పిల్లలను చైల్డ్ వెల్ఫేర్ సంస్థలకు తరలించాలి.

జవాబుదారీతనం: హోమ్‌ల పర్యవేక్షణకు కమిటీలను ఏర్పాటు చేయాలి. ఎవరైనా నివాసి నిర్లక్ష్యం కారణంగా మరణిస్తే, వారి కుటుంబానికి ప్రభుత్వం నష్టపరిహారం చెల్లించడంతో పాటు, బాధ్యులైన అధికారులపై కఠిన చర్యలు తీసుకోవాలి.

ఈ మార్గదర్శకాలను ఆరు నెలల్లోగా అమలు చేయాలని అన్ని రాష్ట్రాలు, కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలను సుప్రీంకోర్టు ఆదేశించింది. వీటికి సంబంధించి ఒక ఉమ్మడి విధానాన్ని మూడు నెలల్లోగా రూపొందించాలని కేంద్ర సామాజిక న్యాయం, సాధికారత మంత్రిత్వ శాఖకు సూచించింది. తీర్పు కాపీలను తక్షణమే అమలు చేసేందుకు అన్ని రాష్ట్రాల ప్రధాన కార్యదర్శులకు పంపాలని రిజిస్ట్రీని ఆదేశించింది.

సమాచార హక్కు చట్టం సాధన కమిటీ

సిద్దిపేట, మెదక్, సంగారెడ్డి, వికారాబాద్ జిల్లాల కార్యాచరణ సమావేశం

వికారాబాద్ జిల్లా జై భీమ్ న్యూస్:

ప్రజలకు ఆర్టిఐపై సరైన అవగాహన లేదని, కమిటీ కార్యకర్తలు ఆర్టిఐ ప్రాధాన్యతను ప్రజలకు చేరవేయాలని ఆర్టీఐ సాధన కమిటీ జాతీయ అధ్యక్షులు చంటి ముదిరాజ్ అన్నారు. సమాచార హక్కు చట్టం 2005 లో స్థాపించి 20 ఏళు గడుస్తున్నప్పటికీ ప్రజలకు ఆర్టిఐ వినియోగం గురించి సరైన అవగాహన రాలేదన్నారు. సిద్దిపేటలోని ప్రెస్ క్లబ్ లో సమాచార హక్కు చట్టం సాధన కమిటీ సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడారు. సభ్యులు సమిష్టిగా పని చేసి విద్య, వైద్య, ప్రభుత్వ కార్యాలయాల్లో ఆర్టిఐ ద్వారా సమాచారం సేకరించడం, గవర్నెన్స్ మెరుగుదలకు గుర్తింపు లభిస్తుందన్నారు. ఏదైనా ఆర్టిఐ సంబంధిత సాంకేతిక మద్దతు కోసం జాతీయ, రాష్ట్ర కమిటీలను సంప్రదించడానికి వెనుకాడాకండని, ఆర్టిఐ లగాన్ బ్రస్టాచర్ హట్టవ్ అనే నినాదంతో ముందుకెళ్లాలని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో సిద్దిపేట, సంగారెడ్డి, మెదక్ జిల్లాల ఆర్. టి. ఐ. కమిటీ సభ్యులు జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి మల్లం వెంకటేశం గౌడ్, రాష్ట్ర అధ్యక్షురాలు సూర స్రవంతి, రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి దిలీప్ రావు, రాష్ట్ర సెక్రటరీ చింతల కృష్ణ లు పాల్గొన్నారు. వికారాబాద్ జిల్లా సమాచార హక్కు చట్టం సాధన కమిటీ సభ్యులను జాతీయ రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు అందరు కలిసి వికారాబాద్ జిల్లా కమిటీ సభ్యులను ఘనంగా సన్మానం చేసారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కోళ్ళ సురేష్ జిల్లా వైస్ ప్రెసిడెంట్ గౌసోద్దీన్ జిల్లా జనరల్ సెక్రటరీ సాయిరాం జిల్లా సెక్రటరీ గుజ్జరీ మహేందర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

హైదరాబాద్‌లో వర్ష బీభత్సం

వేర్వేరు ఘటనల్లో ముగ్గురు వ్యక్తులు గల్లంతు
ముషీరాబాద్‌లో నాలాలో పడి యువకుడు మృతి
మామను కాపాడబోయి కొట్టుకుపోయిన అల్లుడు
గంటలో 12 సెంటీమీటర్ల రికార్డు స్థాయి వర్షపాతం
జలమయమైన ప్రధాన రహదారులు, స్తంభించిన ట్రాఫిక్

జై భీమ్ న్యూస్, హైదరాబాద్

భాగ్యనగరాన్ని ఆదివారం సాయంత్రం భారీ వర్షం ముంచెత్తింది. గంటల వ్యవధిలోనే కురిసిన కుండపోత వానకు నగరం అతలాకుతలమైంది. ఈ వర్షం కారణంగా వేర్వేరు ప్రాంతాల్లో చోటుచేసుకున్న విషాద ఘటనల్లో ముగ్గురు వ్యక్తులు నాలాల్లో కొట్టుకుపోగా, వారిలో ఒకరు మరణించారు. మరో ఇద్దరి ఆచూకీ ఇంకా తెలియరాలేదు. వివరాల్లోకి వెళితే, హబీబ్‌నగర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని అఫ్జల్‌సాగర్ నాలా ఉద్ధృతంగా ప్రవహించడంతో ఇద్దరు వ్యక్తులు గల్లంతయ్యారు. ప్రమాదవశాత్తు నాలాలో పడిపోయిన తన మామను రక్షించేందుకు ప్రయత్నించిన అల్లుడు కూడా వరద ప్రవాహానికి కొట్టుకుపోయాడు. సమాచారం అందుకున్న పోలీసులు, విపత్తు స్పందన బృందాలు గల్లంతైన మామాఅల్లుళ్ల కోసం గాలింపు చర్యలు ముమ్మరం చేశాయి. ఇదే తరహాలో ముషీరాబాద్ ప్రాంతంలో మరో విషాదం చోటుచేసుకుంది. సన్నీ (24) అనే యువకుడు నాలా పక్కనున్న గోడపై కూర్చొని ఉండగా, అది ఒక్కసారిగా కూలిపోయింది. దీంతో అతను నాలాలో పడి కొట్టుకుపోయి మరణించాడు.

నగరంలో జలదిగ్బంధం..

ఆదివారం సాయంత్రం నగరాన్ని ముంచెత్తిన వర్షానికి ఒక గంటలో సుమారు 12 సెంటీమీటర్ల వర్షపాతం నమోదైనట్లు అధికారులు వెల్లడించారు. ఈ ధాటికి యూసఫ్‌గూడ, షేక్‌పేట, జూబ్లీహిల్స్, ఖైరతాబాద్, అమీర్‌పేట, ఎల్బీనగర్, కాప్రా సహా అనేక ప్రాంతాల్లోని ప్రధాన రహదారులు చెరువులను తలపించాయి. రోడ్లపై భారీగా వరద నీరు చేరడంతో ట్రాఫిక్ పూర్తిగా స్తంభించిపోయి వాహనదారులు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు. బంజారాహిల్స్‌లోని జలమయమైన ప్రాంతాలను జీహెచ్‌ఎంసీ మేయర్ గద్వాల విజయలక్ష్మి అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. రానున్న రోజుల్లో మరిన్ని వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉన్నందున నగర ప్రజలు అప్రమత్తంగా ఉండాలని అధికారులు హెచ్చరికలు జారీ చేశారు.

జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నిక... స్వయంగా రంగంలోకి దిగిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి

జై భీమ్ న్యూస్, హైదరాబాద్

జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గానికి త్వరలో జరగనున్న ఉప ఎన్నికను తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రతిష్ఠాత్మకంగా తీసుకుంది. ఈ నేపథ్యంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి స్వయంగా రంగంలోకి దిగి, పార్టీ గెలుపు వ్యూహాలపై దృష్టి సారించారు. ఉప ఎన్నికలో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి విజయం కోసం అనుసరించాల్సిన ప్రణాళికలపై ఆయన పార్టీ ముఖ్య నేతలతో నేడు కీలక సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో జూబ్లీహిల్స్ నియోజకవర్గంలోని అన్ని డివిజన్ల ఇన్‌ఛార్జులు, స్థానిక నాయకులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ, పార్టీ గెలుపు కోసం ప్రతి నాయకుడు, కార్యకర్త పూర్తి సమన్వయంతో పనిచేయాలని ఆదేశించారు. ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రతి గడపకూ చేర్చాలని, బూత్ స్థాయి నుంచి పటిష్టంగా పనిచేయాలని ఆయన దిశానిర్దేశం చేశారు. "నియోజకవర్గంలోని సమస్యలన్నింటినీ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పరిష్కరిస్తుందనే భరోసాను ప్రజలకు కల్పించాలి. అభ్యర్థి ఎవరనేది ఆల్ ఇండియా కాంగ్రెస్ కమిటీ (ఏఐసీసీ) నిర్ణయిస్తుంది. కానీ, అభ్యర్థి ఎవరైనా పార్టీని గెలిపించే బాధ్యత మీ అందరిపై ఉంది" అని సీఎం రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. క్షేత్రస్థాయిలో పరిస్థితులను ఎప్పటికప్పుడు తనకు నివేదించాలని కూడా ఆయన సూచించారు. ఈ ఉన్నతస్థాయి సమావేశంలో పీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్, సీఎం సలహాదారు వేం నరేందర్ రెడ్డి, మంత్రులు పొన్నం ప్రభాకర్, తుమ్మల నాగేశ్వరరావు, వివేక్ వెంకటస్వామి, పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి తదితర ప్రముఖులు పాల్గొన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నేరుగా సమీక్ష నిర్వహించడంతో జూబ్లీహిల్స్ ఉప ఎన్నికపై కాంగ్రెస్ పార్టీ పూర్తిస్థాయిలో దృష్టి సారించినట్లు స్పష్టమవుతోంది.

జై భీమ్ తెలుగు దినపత్రిక POWER OF PEOPLE Jai Bheem

షుగర్ ఫ్రీ స్నాక్స్ ఆరోగ్యానికి మంచిదా?

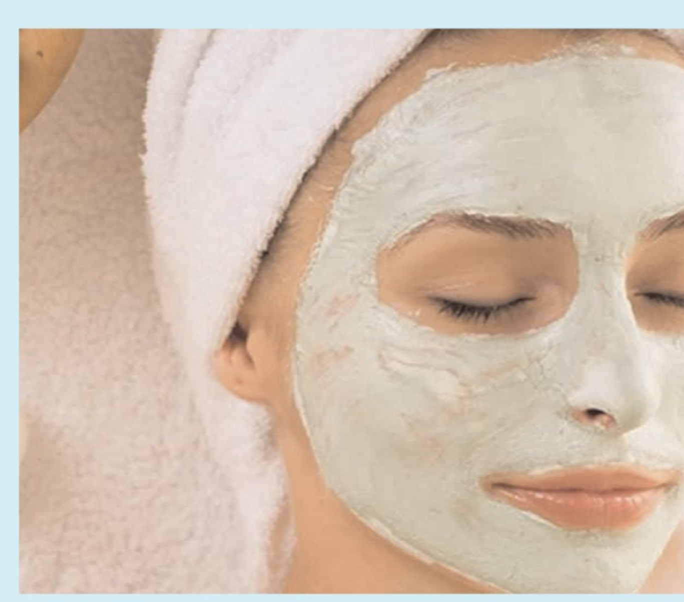
కాలం మారుతున్న కొద్దీ మనం తినే ఆహారంలో కూడా విషపూరిత అంశాలు చేరిపోతున్నాయి. మనం రోజూ తినే ఆహారమే నేడు మనిషి ఎదుర్కొంటున్న అనేక వ్యాధులకు కారణం. మొదట్లో, చెడుకు బానిసలుగా ఉన్నవారు మాత్రమే అనారోగ్యానికి గురవుతారు. అయితే ఇప్పుడు మనం తినే ఆహారంలో కాస్త మార్పు వచ్చినా గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నాయి. ఈ మధ్య కాలంలో షుగర్, స్థూలకాయం, క్యాన్సర్ వంటి సమస్యలు పంచదారతో కూడిన ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల వస్తాయని చెప్పారు. అందువల్ల, చాలా మంది ప్రజలు చక్కెర ఆహారాలకు దూరంగా ఉండటం , చక్కెర లేని ఉత్పత్తులను తీసుకోవడం ద్వారా ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని గడుపుతున్నారని అనుకుంటారు. అయితే మనం అనుకున్నట్లుగా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులు నిజంగా ఆరోగ్యానికి మంచివేనా? దీని గురించి నిపుణులు ఏమంటారు? పేరు సూచించినట్లుగా, చక్కెరను ఉపయోగించకుండా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులు తయారు చేయబడతాయి . కానీ తీపి రుచిని అందించడానికి తక్కువ కేలరీలతో ప్రత్యామ్నాయ స్వీటెనర్లను ఉపయోగిస్తారు. అస్పర్టమే సాధారణంగా అటువంటి చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులలో ఉపయోగిస్తారు. వీటిని సాధారణంగా చూయింగ్ గమ్ , బేకింగ్ సోడాలో ఉపయోగిస్తారు. అస్పర్టమే కాకుండా, సాచరిన్ , సుక్రలోజ్ కూడా సాధారణంగా చక్కెర రహిత ఉత్పత్తులలో కనిపిస్తాయి. ఇప్పుడు మన ముందున్న ప్రశ్న ఏమిటంటే, చక్కెరను ఉపయోగించకుండా తయారు చేసే ఈ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తుల వినియోగం నిజంగా ఆరోగ్యానికి మంచిదేనా, పోషకాహార నిపుణుడు అమిత గాద్రే ప్రకారం, చక్కెర కంటెంట్ వినియోగంతో పోలిస్తే చక్కెర లేని స్వీట్లు తీసుకోవడం ఆరోగ్యానికి మంచిదే. ఉత్పత్తులు. కానీ షుగర్ లేదనే కారణంతో ఎక్కువగా తినడం ప్రారంభిస్తే సమస్యలు వస్తాయి. పండుగల సమయంలో తరచుగా భోజనం చేయడంలో తప్పులేదు. ప్రతిరోజూ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తులను తీసుకోవడం ఖచ్చితంగా మంచిది కాదు. షుగర్ ఫ్రీ క్యాండీలలో కూడా మీరు జాగ్రత్తగా ఉండాలి, ఎందుకంటే వాటిలో మీ క్యాలరీలను పెంచే ఇతర పదార్థాలు ఉంటాయి. అమిత ప్రకారం, మీరు వారానికి ఒకసారి చక్కెర లేని ఉత్పత్తిని తీసుకోవచ్చు. మిఠాయిల కోసం మార్కెట్లకు వెళ్లినప్పుడు రెండు రకాల స్వీట్లు దొరుకుతాయి. ఒకదానిలో షుగర్ వాడలేదని రాసి ఉండగా, మరో దానిలో షుగర్ ఫ్రీ అని రాసి ఉంది. మంచి ఆరోగ్యం విషయంలో దేన్ని ఎంచుకోవాలి అనే విషయంలో వినియోగదారులుగా మనం అయోమయం చెందడం సర్వసాధారణం. అయితే రెంటికి ఏమైనా తేడా ఉందా? లేక వీరిద్దరూ మిఠాయిల కోవకు చెందినవారే అనే సందేహం రావడం సహజం. వారు చక్కెరను ఉపయోగించరు లేదా చక్కెర రహితంగా లేబుల్ చేయబడిన ఉత్పత్తులలో చక్కెరకు ప్రత్యామ్నాయంగా ఏ ఇతర ఉత్పత్తిని ఉపయోగించరు. కానీ ఆ మిఠాయిని తయారు చేయడానికి ఉపయోగించే ఇతర పదార్థాలు తీపి భాగం కలిగి ఉండవచ్చు. కానీ షుగర్ ఫ్రీ ఉత్పత్తులలో చక్కెర ఉండదు. బదులుగా, అస్పర్టమే, సాచరిన్ , సుక్రలోజ్ వంటి పైన పేర్కొన్న పదార్థాలు ఉపయోగించబడతాయి. వీటిలో ఏది తినాలనేది మన ఇష్టం.

ఈ టీలు తాగితే చాలు.. బెల్లీ ఫ్యాట్ కరిగిపోవడం ఖాయం!

ప్రస్తుత రోజుల్లో స్త్రీ పురుషులు చాలామంది అధిక బరువు బెల్లీ ఫ్యాట్ సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసిందే. వీటి కారణంగా చాలామంది వారి సొంత పనులు చేసుకోవడానికి కూడా ఇబ్బంది పడుతూ ఉంటారు.కొన్ని కొన్ని సార్లు ఈ బెల్లీ ఫ్యాట్ కారణంగా బాడీ షేమింగ్ కామెంట్స్ ని కూడా ఎదుర్కోవాల్సి వస్తూ ఉంటుంది. అయితే ఈ బెల్లీ ఫ్యాట్ ని కరిగించుకోవడం కోసం కొన్ని రకాల టీలు బాగా ఉపయోగపడతాయి అని చెబుతున్నారు. ఇంతకీ ఆ టీ లు ఏవి అన్న విషయానికి వస్తే.. బరువు తగ్గడానికి ఉపయోగించే టీలను స్లిమ్మింగ్ టీలు అని పిలుస్తారు. ఈ స్లిమ్మింగ్ టీకి దాని ప్రభావాన్ని అందించే రెండు ప్రాథమిక పదార్థాలు కెఫిన్ , పాలీఫెనాల్స్. అదనపు ట్రైగ్లిజరైడ్‌లను కరిగించే నిర్దిష్ట ఎంజైమ్‌ను ప్రేరేపించడం ద్వారా, పాలీఫెనాల్స్ భాగం శరీరంలో అధిక ట్రైగ్లిజరైడ్ ఏర్పడే ప్రమాదాన్ని తొలగిస్తుందట. అలాగే శరీరంలో కొవ్వును సైతం కరిగిస్తుందని చెబుతున్నారు. కాగా స్లిమ్మింగ్ టీ తాగడం వల్ల జీవక్రియ రేటును పెంచడంలో సహాయపడుతుందట. ఇది శరీరంలో కొవ్వును చాలా తొందరగా కరిగిస్తుందని, ఇది వినియోగించే కేలరీల పరిమాణాన్ని కూడా తగ్గిస్తుందని చెబుతున్నారు. కార్బోహైడ్రేట్లు, చక్కెరలను కొవ్వుగా మార్చకుండా శరీరాన్ని నిరోధిస్తుందట. ఇది శరీరంలో ని కొవ్వు పరిమాణాన్ని తగ్గిస్తుందని, మీరు బరువు తగ్గడానికి కొన్ని సులభమైన కార్యకలాపాలతో స్లిమ్మింగ్ టీని కూడా తాగేస్తే, సులభంగా బరువు తగ్గవచ్చని చెబుతున్నారు వైద్యులు. బయట మార్కెట్లో మనకు అనేక రకాల స్లిమ్మింగ్ టీలు అందుబాటులో ఉన్నాయి. వాటిని తాగడం వల్ల ఈజీగా మీరు అధిక బరువుతో పాటు బెల్లీ ఫ్యాట్ ని కూడా కరిగించుకోవచ్చు.

ఈ ఫేస్ ప్యాక్ ట్రై చేస్తే చాలు.. నిముషాల్లో స్కిన్ మెరిసిపోవాల్సిందే!

చాలామంది స్త్రీ పురుషులు అందంగా కనిపించడం కోసం వేలకు వేలు డబ్బులు ఖర్చు చేస్తూ ఉంటారు. బ్యూటీ పార్లర్ల చుట్టూ తిరుగుతూ, రకరకాల బ్యూటీ ప్రోడక్టులు ఉపయోగిస్తూ ఉంటారు. ఇంకొందరు సహజంగా కనిపించే అందం కోసం ప్రయత్నిస్తూ ఉంటారు. కొందరు ఫంక్షన్ల కోసం నిమిషాల్లోనే మెరిసిపోయే స్కిన్ కావాలని కోరుకుంటూ ఉంటారు. మరి అలాంటి వాళ్ళు ఎటువంటి ఫేస్ ప్యాక్ ట్రై చేయాలో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. అందులో మొదటిది శనగపిండి, పసుపు ఫేస్ ప్యాక్ కూడా ఒకటి. ఈ ప్యాక్ చేయడానికి మీరు రెండు టేబుల్ స్పూన్ల శెనగపిండి, ఒక టీస్పూన్ పసుపు పొడిని కలపాలి. పేస్ట్ చేయడానికి పాలు లేదా రోజ్ వాటర్ ఉపయోగించవచ్చు. దీన్ని మీ ముఖానికి అప్లై చేసి 20 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచాలి. తర్వాత శుభ్రం చేస్తే సరిపోతుందట. మరొక రెమిడీ విషయానికి వస్తే.. బంగాళదుంప అలోవెరా, శెనగపిండి ఫేస్ ప్యాక్.. అయితే ఈ ప్యాక్ చేయడానికి బంగాళదుంప గుజ్జు, అలోవెరా జెల్ , రెండు టేబుల్ స్పూన్ల శెనగపిండిని కలపాలి. మీరు పేస్ట్ చేయడానికి నీటిని ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ఇన్ ఫేస్ ప్యాక్‌ని అప్లై చేసి, మీ చర్మంపై 10 నిమిషాల పాటు ఉంచి, తర్వాత శుభ్రం చేయవచ్చని చెబుతున్నారు. మరో ఫేస్ ప్యాక్ విషయానికి వస్తే.. నిమ్మకాయ టమాటో ఫేస్ ప్యాక్ తో ఇన్స్టాంట్ అందాన్ని పొందవచ్చు అని చెబుతున్నారు. మరి ఈ మిశ్రమాన్ని ఎలా తయారు చేసుకోవాలి అన్న విషయానికి వస్తే.. ఈ ప్యాక్ కోసం, టొమాటో గుజ్జును తీసుకొని, ఒక టీస్పూన్ నిమ్మరసం జోడించాలి. అలా అప్లై చేసి 15 నిమిషాల పాటు అలాగే ఉంచి ఆ తర్వాత ముఖం శుభ్రం చేసుకోవాలి. మెరిసే చర్మం సొంతం కావాలి అనుకున్న వారు కాఫీ పాలు ప్యాక్ ట్రై చేస్తే చాలు. అందుకోసం ఈ రెండు పదార్థాలను 2:1 నిష్పత్తిలో కలిపి, మీ ముఖం మీద అప్లై చేయాలి. పాలలోని లక్షణాలు మీ చర్మానికి స్థితిస్థాపకతను నిర్ధారిస్తాయి. ఇది ముఖంపై ముడతలను తగ్గించడంతో పాటు, ముఖం మెరిసిపోయేలా చేయడంలో సహాయపడుతుందని చెబుతున్నారు.



ఉద్యోగులు చేయి, మణికట్టు నొప్పితో ఎందుకు బాధపడుతున్నారు..?

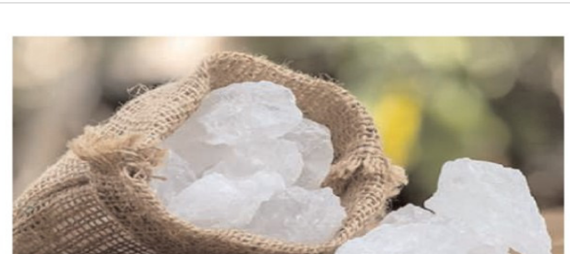
నిరంతరం కంప్యూటర్ ముందు కూర్చునే వృత్తి నిపుణులు పని చేయడం సహజం. రోజులో ఎక్కువ భాగం పనికి కేటాయించడం అనేది కొంత మందిలో ఏదో ఒక అవసరం , ఆధునిక జీవనశైలి వలె దీనిని నివారించలేము అనేది కూడా వాస్తవం. చాలా మంది పని నిపుణులు పనిలో ఎక్కువ గంటలు గడపడం వంటి అనేక కారణాల వల్ల వేళ్లు, మణికట్టు, మోచేతులు , చేతుల్లో తీవ్రమైన నొప్పిని అనుభవిస్తారు. ఈ నొప్పిని తనిఖీ చేయకపోతే, ఇది దీర్ఘకాలిక చలనశీలత సమస్యలకు దారి తీస్తుంది. మీరు చేయగలిగే అనేక చేతి వ్యాయామాలు ఉన్నాయి, దీని కోసం డాక్టర్ లేదా ఫిజియోథెరపిస్ట్ మీకు మార్గనిర్దేశం చేయవచ్చు. ఆఫీసుకు వెళ్లేవారిలో చేయి నొప్పికి ఆరు సాధారణ కారణాల గురించి తెలుసుకుందాం. కంప్యూటర్‌ను ఉపయోగిస్తున్నప్పుడు టైపింగ్, మౌస్ ఉపయోగించడం, చేతిని నిరంతరం ఎత్తడం వంటి పునరావృత కదలికలు తరచుగా జరుగుతాయి, ఇది కండరాలు, స్నాయువులు , నరాలలో మంట , మైక్రోట్రామాకు దారితీస్తుంది. ఇది సాధారణంగా మణికట్టు, మోచేతులు , భుజాలను ప్రభావితం చేస్తుంది. కీబోర్డ్ , మౌస్ ఎక్కువసేపు ఉపయోగించడం వల్ల తరచుగా చేతులు , మణికట్టులో నొప్పి వస్తుంది. కొన్నిసార్లు తప్పు టైపింగ్ టెక్నిక్ లేదా గ్రిప్ ఉపయోగించే అవకాశాలు ఉన్నాయి. ఇందుకోసం మధ్యమధ్యలో చిన్నపాటి విరామాలు తీసుకోవడం, చేతులు, చేతులు, భుజాలను సాగదీయడం వంటి సాధారణ వ్యాయామాలు చేయవచ్చు. మీ కుర్చీ చాలా ఎత్తుగా లేదా చాలా తక్కువగా ఉంటే లేదా మీ డెస్క్ , మానిటర్ సరిగ్గా సర్దుబాటు చేయకపోతే, అది మీ మెడ, భుజాలు , చేతుల్లో ఒత్తిడిని కలిగిస్తుంది . ఈ నొప్పి మీ మణికట్టును ప్రభావితం చేసే కార్పల్ టన్నెల్ సిండ్రోమ్ , స్నాయువుల వాపు వంటి టెండినిటిస్ వంటి సమస్యలను కలిగిస్తుంది. మీకు సరిపోయేలా కార్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవడం ఈ సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. మీరు విరామం లేకుండా చాలా గంటలు పని చేస్తున్నారని గమనించండి. వ్యాయామం లేకపోవడం లేదా శారీరక శ్రమ లేకపోవడంతో పాటు పెరిగిన పని , ఒత్తిడి తీవ్రమైన నొప్పికి దారి తీస్తుంది. టెన్నిస్ ఎల్బో లేదా గోల్ఫర్స్ ఎల్బో వంటి టెండినిటిస్ (కండరాల వాపు) వంటి పరిస్థితులను నిర్ధారించడానికి మీ వైద్యుడికి వైద్య పరీక్ష సహాయపడుతుంది , ఇవి మోచేయిని ప్రభావితం చేసే సాధారణ సమస్యలు. ముఖ్యంగా పునరావృత కార్యకలాపాలు చేసే వ్యక్తులలో ఈ నొప్పులు సర్వసాధారణం. అలాంటి నొప్పి లేదా అసౌకర్యం ఉంటే, వైద్యుడిని చూడటం మంచిది. ఒక వ్యక్తి పేలవమైన , నిష్క్రియాత్మక జీవనశైలిని నడిపించినప్పుడు , శారీరక శ్రమలకు తక్కువ సమయం ఇచ్చినప్పుడు, వారు కండరాల నొప్పి సమస్యను అభివృద్ధి చేయవచ్చు. అదనంగా, ధూమపానం లేదా ఊబకాయం , మునుపటి గాయాలు లేదా మధుమేహం , ఆర్థరైటిస్ వంటి సమస్యలను కలిగి ఉన్న వ్యక్తులు చేతులు , చేతుల్లో నొప్పిని కలిగి ఉంటారు. దీని కోసం, క్రమం తప్పకుండా స్ట్రెచింగ్ వ్యాయామాలు చేయండి , మీ పని స్థలాన్ని మీకు సౌకర్యవంతంగా ఉంచండి. క్రమం తప్పకుండా ఆరోగ్య పరీక్షలు కూడా చేయించుకోండి.

తిప్పతీగ ఆకు తింటే తిప్పలన్నీ మాయం..

తిప్పతీగ ఆయుర్వేదంలో చాలా పురాతనమైన ఔషధ మొక్క. దీని ఆకులు, కాండం రెండూ అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు మంచి ఔషధంగా పనిచేస్తాయి. ఈ మొక్కలో పోషకాలు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి.ఇది రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. అనేక వ్యాధులను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది.1. ఎముకలు: తిప్ప తీగను ప్రధానంగా ఎముకల బలహీనత, విరుగుడు గాయాలు (ఫ్రాక్చర్) సందర్భాలలో ఉపయోగిస్తారు. ఇది ఎముక కణాలను పునరుత్పత్తి చేస్తుంది. విరిగిన ఎముకలు మళ్లీ త్వరగా కుదించడానికి సహాయపడుతుంది. ఇందులో కాల్షియం, ఫాస్ఫరస్ వంటి ఖనిజాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇది ఎముకల కండరాలను బలపరుస్తుంది.2. జీర్ణక్రియ: తిప్ప తీగ ఆకులను జీర్ణ సమస్యలకు ఆయుర్వేద వైద్యంలో విరివిగా ఉపయోగిస్తారు. ఇది అజీర్ణం, గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది. ఇందులోని యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరుస్తాయి. తిప్ప తీగ ఆకుల ముద్దను తింటే జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది.3. బరువు తగ్గడం: బచ్చలి కూరను బరువు తగ్గించే ప్రక్రియలో కూడా ఉపయోగిస్తారు. ఈ మొక్కలో ఉండే కాంపౌండ్స్ కొవ్వును కరిగించి శరీరంలో కొవ్వు నిల్వలను తగ్గిస్తాయి. ఇది శరీరంలో జీవక్రియను పెంచుతుంది. తద్వారా క్యాలరీలు తక్కువగా ఉండటం వల్ల బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇది సహాయపడుతుంది. 4. చక్కెర నియంత్రణ: తిప్పతీగ ఆకులు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. మధుమేహం ఉన్నవారికి ఇది ప్రధానంగా ఉపయోగపడుతుంది. ఈ మొక్కలోని రసాయనాలు ఇన్సులిన్ ఉత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తాయి. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిలను స్థిరంగా ఉంచుతాయి. అందువలన, ఇది మధుమేహం ప్రభావాన్ని తగ్గిస్తుంది. 5. కీళ్లనొప్పులు: తిప్ప తీగలోని యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ గుణాలు కీళ్ల నొప్పులను తగ్గిస్తాయి. కీళ్లనొప్పులు వంటి వ్యాధుల నివారణలో ఈ మొక్కను ఉపయోగించడం వల్ల శరీరంలోని కీళ్లలో మంట మరియు నొప్పులు తగ్గుతాయి. జాయింట్ సెన్సిటివిటీని తగ్గించడం ద్వారా జాయింట్ ఫ్లెక్సిబిలిటీని మెరుగుపరుస్తుంది. 6. చర్మ సమస్యలు: తిప్ప తీగ ఆకులు చర్మ సమస్యలకు ఉపయోగపడతాయి. ఇందులోని క్రిమినా శక లక్షణాలు కోతలు, కాలిన గాయాలు, చర్మ ఇన్ఫెక్షన్ల వంటి చర్మ సమస్యలను నివారిస్తాయి. ఆకును రసాన్ని తీసుకుని చర్మానికి రాసుకుంటే చర్మంపై జిడ్డు, మొటిమలు తగ్గుతాయి.

అందం కోసం విలువైన రహస్యం పటిక

పటిక అనేది బహుముఖ సహజ నివారణ. పటికను మీరు సాధారణంగా కొన్ని షాపుల్లో చూసే ఉంటారు. ఈ పటికలో క్రిమి సంహారక గుణాలు కలిగి ఉండడంతో, గాయాలైనప్పుడు రక్తం కారిపోకుండా పటిక కాపాడగలదు. ఇందులోని పొటాషియం, అల్యూమినియం, సల్ఫేట్ అనే రసాయన పదార్థాలు మన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేకూరిస్తాయి. ఇది జుట్టును శుభ్రపరచడంలో, శరీరంపై ముడుతలకు చికిత్స చేయడంలో, చెమటను నియంత్రించడంలో, చిగుళ్ల రక్తస్రావం నుండి ఉపశమనం పొందడంలో ఇంకా మూత్ర ఇన్ఫెక్షన్ల నుండి రక్షించడంలో సహాయపడుతుంది. పటికను దంతాలను శుభ్రపరచడానికి మరియు చిగుళ్ళను బలోపేతం చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది పంటి నొప్పిని కూడా తగ్గిస్తుంది. పటికను దంతాలను శుభ్రపరచడానికి, చిగుళ్ళను బలోపేతం చేయడానికి ఉపయోగిస్తారు. ఇది పంటి నొప్పిని కూడా తగ్గిస్తుంది. పటికలో యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు ఉంటాయి. ఇది చర్మంపై ఇన్ఫెక్షన్లను నివారిస్తుంది. పటిక నీటితో జుట్టు కడగడం వల్ల తలపై ఉన్న జుట్టులో ఉండే మురికి, పేలు వంటి తొలిగిపోతాయి. పటికను రాత్రంతా నీటిలో నానబెట్టి, ఉదయం మీ జుట్టును కడగాలి. యూరిన్ ఇన్ఫెక్షన్ నుండి ఉపశమనం కలిగించేందుకు ప్రైవేట్ పార్ట్ లను శుభ్రం చేయడానికి పటిక నీరు ఉపయోగపడుతుంది.



పటిక పొడి శరీరంలో వాపు, నొప్పిని తగ్గించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. ప్రభావిత ప్రాంతంపై దీన్ని పూయడం మంచిది. పటిక నీటిని ముఖానికి పట్టించడం వల్ల ముడతలు తగ్గుతాయి. రెగ్యులర్ గా ఉపయోగించడం వల్ల చర్మం బిగుతుగా, కాంతివంతంగా మారుతుంది. పటిక చెమట వాసనను తగ్గించడంలో సహాయపడుతుంది. పటిక నీటితో స్నానం చేయడం వల్ల చెమట సమస్య తగ్గుతుంది. పటిక నీటితో పుక్కిలించడం చిగుళ్ల నుండి రక్తస్రావం నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. నోటి దుర్వాసనను కూడా తగ్గిస్తుంది.

HEAD OFFICE FLAT NO 101 2ND FLOOR SADGURU APTS BEHIND BAZAR THARANKA SEC BAD 500017,
HYDERABAD TELANGANA STATE OFFICE
PHONE NAMBER 9603437744, 7729045143,9441015254,7893948284 EMAIL : JAIBHEEMTVINDIA@GMAIL. COM, WEBSITE: WWW.JAIBHEEM,TV.COM