

ఉద్యమ మూర్తిరాలు చివరి ఘట్టం!

హైదరాబాద్ (జై భీమ్ డెస్క్)

ఉద్యమ త్యాగానికి ఫలితంగా ప్రాణత్యాగాన్ని త్యాగం చేయాల్సిన పరిస్థితులు మాజీ డిఎస్పి నళిని జీవితంలో ఎదుర్కొన్నంత ఎంతో బాధగా ఉందని డాక్టర్ బరిగెల శివ బాధ వ్యక్తం చేశారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం ఎంతో ఉన్నతమైన ఉద్యోగాన్ని తృణప్రాయంగా వదులుకొని డిఎస్పి ఉద్యోగానికి రాజీనామా చేసి తెలంగాణ రాష్ట్ర

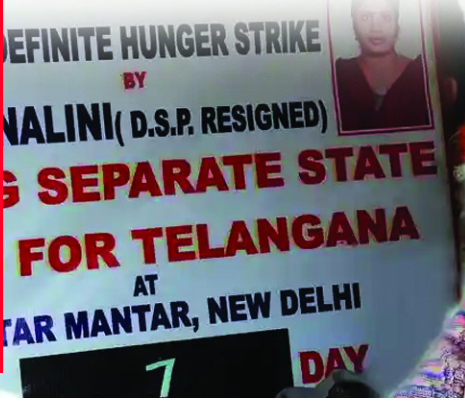
ఉద్యమానికి సహాయపడడమే కాకుండా దోహదపడి తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనలో కీలకమైన ఘట్టాన్ని సమారు చేసిందన్నారు. తెలంగాణ బిడ్డలను విద్యార్థి ఉద్యమకారులను శిక్షించడం నచ్చలేక కంటతడి పెట్టుకుని ఉద్యోగాన్ని వదులుకున్న మాజీ డిఎస్పి నళిని 2010లో కాకతీయ విశ్వవిద్యాలయ ఉద్యమ కేంద్ర బిందువైన ఉద్యమ నిరసన ధర్నా స్థలాన్ని వేల సంఖ్యల విద్యార్థులతో మొట్టమొదటగా సంఘీభావం

తెలిపి తన రాజీనామా విషయమై అదైర్య పడ్డప్పుడు అంటూ తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజలకు సాంకేతికాన్ని ఇచ్చిన గొప్ప త్యాగమూర్తిగా అభివర్ణించారు. రాష్ట్రం ఏర్పడ్డాక తిరిగి ఉద్యోగం ఇవ్వాలని ఉండగా 12 సంవత్సరాలుగా ఉద్యోగం పొందుక లేక ఎంతో మనోవేదనను దిగమింగుకున్నారన్నారు. నాడు కోట్ల మంది తెలంగాణ

- మిగతా 2లో..

ఉద్యమ త్యాగం ఊహకందని మలుపు
మాజీ డిఎస్పి నళిని ఆరోగ్యం విషమం
రాజకీయంగా ఎలాంటి పదవులు ఆశించలేదు
రాష్ట్రమేర్పడ్డాక ఉద్యోగం అడిగింది లేదు
తెలంగాణ ఉద్యమ కేంద్ర బిందువుగా నిలిచిన డిఎస్పి నళిని రాజీనామా
కోట్ల మందిని ఆశ్చర్యపరచిన ఉన్నతమైన త్యాగం
దైవాధీనంలో లీనమైపోయి జీవితాన్ని గడుపుతున్నారు
అర్ధాంతరంగా జీవితం ముగిస్తుండడం అత్యంత బాధాకరం
తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని గెలిపించి నందుకు జీవితంలో ఓడిపోవాలా!
నాణ్యమైన వైద్యం చేయించుకోవడానికి ఆర్థిక స్తోమత అడ్డుపడుతుంది
మాజీ డిఎస్పి నళినికి రావలసిన రెండు కోట్ల ఉద్యోగ
గ్రాంట్ ఇప్పించండి : డాక్టర్ బరిగెల శివ






వాళ్లను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వదలను: కవిత

చింతమడక బతుకమ్మ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఎంపీ కవిత వేదికపై ప్రసంగిస్తూ భావోద్వేగానికి లోనైన వైనం తనను కుటుంబం నుంచి దూరం చేసిన వారిని వదిలిపెట్టను అని హెచ్చరిక

సిద్దిపేట, చింతమడక కొండరి సాంత ఆస్తి కాదంటూ విమర్శలు

తెలంగాణ ఉద్యమానికి చింతమడక గ్రామమే పునాది అని వ్యాఖ్య

కేసీఆర్ కు చెడ్డపేరు తెచ్చేవారిని మాట్లాడితే తనను బద్దామ్ చేశారన్న కవిత

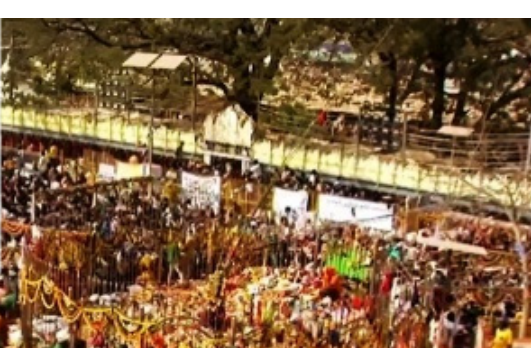
2

అమ్మవార్ల గద్దెలను ముట్టుకోవద్దు

మేడారంపై అధికారులకు సీనిం రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టమైన ఆదేశం
మేడారం జాతర అభివృద్ధిపై సీనిం రేవంత్ రెడ్డి ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష
గిరిజన సంప్రదాయాలకు ఎలాంటి భంగం కలగవద్దని స్పష్టం
పూజారుల సూచనలతో మాస్టర్ ప్లాన్ రూపకల్పనకు నిర్ణయం

2

ఈ నెల 23న మేడారం సందర్శించి డిజైన్లు ఖరారు చేయనున్న ముఖ్యమంత్రి
అమ్మవార్ల గద్దెలను యథాతథంగా ఉంచాలని కీలక ఆదేశం
2026 జాతర నాటికి ప్రపంచస్థాయి సదుపాయాల కల్పనే లక్ష్యం

ప్రధాని మోదీ జీఎస్టీ ప్రకటనపై కాంగ్రెస్ ఘాటు విమర్శలు

జీఎస్టీ 2.0 పీరిట సంస్కరణలు తెస్తున్నట్లు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ప్రకటన గంటల వ్యవధిలోనే తీవ్రంగా స్పందించిన కాంగ్రెస్ పార్టీ జీఎస్టీ కౌన్సిల్ నిర్ణయాల ఘనతను మోదీ సొంతం చేసుకుంటున్నారని విమర్శ

ఈ మార్పులు ఏమాత్రం సరిపోవని, 8 ఏళ్లు ఆలస్యమయ్యాయని ఆరోపణ పెట్రోల్, మద్యం, విద్యుత్తును జీఎస్టీ పరిధిలోకి తీవ్రంగా డిమాండ్ రాష్ట్రాలకు జీఎస్టీ పరివారం పొడిగించలేదని కేంద్రంపై మండిపాటు

2



ఉద్యమ 'మూర్తిరాలు' చివరి ఘట్టం !

మొదటి పేజీ తరువాయి

ప్రజలకు ఆదర్శవంతమైన జీవితాన్ని కొనసాగించిన మాజీ డిఎస్సీ నళిని నేడు దైవాధీనంలో లీనమైపోయి దేశంలో కోట్లాదిమందికి ఆదర్శవంతమైన జీవితాన్ని గడుపుతున్నారని అభినందించారు. ఉన్నపాటుగా సోషల్ మీడియాలో ఫేస్బుక్ అకౌంట్ వేదికగా తన దీనస్థితిని పంచుకోవడం ఎంతో బాధను కలిగించిందన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించిపెట్టి గెలిపించినందుకు జీవితంలో ఇలాంటి గడ్డు పరిస్థితులను ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని తెలంగాణ ప్రజలు ఎప్పుడూ ఊహించలేదన్నారు. మెరుగైన వైద్యాన్ని చేయించుకోవడానికి ఆర్థిక స్తోమత అడ్డుపడుతుండడం తెలిపాక మాజీ డిఎస్సీ నళిని అభిమానులు తెలంగాణ వారులు తెలంగాణ ఉద్యమకారులు మనస్థాపానికి గురవుతున్నారన్నారు. కరుడుగట్టిన వ్యాధితో బాధపడుతూ భయంకరమైన నొప్పిని 12 ఏళ్లుగా భరిస్తూ దేశ ప్రజలకు రాష్ట్ర ప్రజలకు తెలియనియకుండా దైవ ధ్యానంలో లీనం అవ్వడం దైభుత్వాలిగా విశేషమైన ఆధార అభిమానులను పొందుకున్నారన్నారు. ప్రభుత్వం ఇవాల్సిన రెండు కోట్ల రూపాయల ఔనిఫిట్టు తక్షణమే మంజూరు చేయాలని తెలంగాణ ప్రజలు తెలంగాణ ఉద్యమకారులు తెలంగాణ మేధావులు కోరుతున్నారన్నారు. ఉన్నపాటుగా ఒక్కసారిగా విషమంగా మారిపోతున్న మాజీ డిఎస్సీ నళిని ఆరోగ్యాన్ని కాపాడాల్సిన బాధ్యత ప్రభుత్వాపై ఉందన్నారు. నాలుగు కోట్ల మందికి ప్రతీకగా నిలిచిన డిఎస్సీ నళిని జీవిత ప్రస్థానం కోట్ల మందిని తన వైపు తిప్పుకోగలిగారన్నారు. ప్రత్యేక రాష్ట్రం కోసం త్యాగం చేశామని పదవులు రాజకీయ లబ్ధి పొందిన ఎంతోమందికి మాజీ డిఎస్సీ నళిని జీవితం ఆదర్శవంతమైనదని ఎంతో గర్వంగా చెప్పుగలమన్నారు. రాజకీయ లబ్ధిని కోరుకోకుండా వ్యక్తిగత అభివృద్ధిని కోరుకోకుండా ఉద్యోగ అభివృద్ధిని కోరుకోకుండా సాదాసీదా సాధారణమైన జీవితానికి అలవాటు పడడమే కాకుండా దైవభక్తి మార్గాన్ని ఎంచుకొని జీవిత ప్రస్థానాన్ని కొనసాగించిన మాతృమూర్తిగా చరిత్రలో మిగిలిపోతారన్నారు. ఎంతోమంది ఐఎఎస్ ఐపీఎస్ అధికారులకు డిఎస్సీ నళిని జీవితం ఆదర్శవంతమన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రం కోసం నాడు ఉద్యోగాన్ని తదుపరి కుటుంబాన్ని నేడు జీవితాన్ని త్యాగం చేసుకోవాల్సిన గొప్ప అనుభూతిని తన జీవితంలో మిగిల్చుకున్నారన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని గెలిపించిన నళిని రవ్వంతైన మురిసిపోలేదన్నారు. ప్రజల ఆకాంక్షలకు నిరుద్యోగుల ఆకాంక్షలకు రైతుల ఆకాంక్షలకు సంక్షేమాలకు అర్హులైన ప్రజల ఆకాంక్షలకు అన్నింటికన్నా తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం ప్రాణత్యాగాలు చేసుకున్న కుటుంబాలకు అనుగుణంగా నిలిచిన మహనీయురాలిగా తన జీవన శైలిని తన జీవిత విధానాన్ని ఎంతో ఆదర్శంగా భావిస్తామన్నారు. 12 ఏళ్ల బాధను తన గుండెలోనే పదిలపరుసుకొని వ్యక్తిగత బాధను అనుభవిస్తున్న త్యాగమూర్తులకు తక్షణమే ప్రభుత్వాలు రక్షణగా నిలవాలని మెరుగైన వైద్యం చేయించి తన రుణం తీర్చుకోవాలని పిలుపునిచ్చారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారులారా తెలంగాణ మేధావులారా ఒక్కసారిగా కదలిరండి మహిళా మూర్తికి అందగా నిలువందని పిలుపునిచ్చారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పెద్దలు కాస్తైనా ఆలోచించి ఉన్నపాటుగా మాజీ డిఎస్సీ నళినిని కాపాడుకోవాలని కోరారు. ప్రస్తుత పరిస్థితుల్లో తన ప్రాణాలు కోల్పోతే రాష్ట్రం మడన పడాల్సి వస్తుందన్నారు. నాటి త్యాగం నేటి త్యాగం అంతా కలిపి త్యాగాలమయంలోనే జీవితాన్ని

ఆస్వాదించారన్నారు. అప్పుడు ఇప్పుడు ఎప్పుడూ ఆస్తుల సంపాదనపై రాజకీయ పదవుల ఆసక్తిపై ఏమాత్రం మక్కువ చూపని మాజీ డిఎస్సీ నళినికి దేశవ్యాప్తంగా అందగా నిలువాలని పిలుపునిచ్చారు. కులమతాలకు అతీతంగా రాజకీయ పార్టీలకు అతీతంగా మహా మూర్తి ఉద్యమకారులాలని గౌరవించుకోవడం కాపాడుకోవడం తెలంగాణ బాధ్యతగా తెలంగాణ ధర్మంగా దేశ ప్రజల భక్తిగా గుర్తించడన్నారు.

డీఎస్సీ నళిని జీవిత త్యాగం..

చాలా బాధాకరం.....!!

చావు బతుకుల మధ్య డీఎస్సీ నళిని (తెలంగాణ ఉద్యమ సమయంలో రాజీనామా చేసిన పోలీస్ అధికారి..)

తన అనారోగ్యంపై ఫేస్ బుక్ లో పోస్ట్ చేసిన నళిని.....!!

తెలుగు రాష్ట్ర ప్రజలకు డీఎస్సీ నళిని జహిరంగ లేఖ (పీలునామా/ మరణ వాంగ్మూలం)

ఒక అధికారిణిగా, ఉద్యమకారిణిగా, రాజకీయవేత్తగా, ఆయుర్వేద ఆరోగ్య సేవికగా, ఆధ్యాత్మిక వేత్తగా సాగిన నా జీవితం ముగియబోతోంది. నా ఆరోగ్య పరిస్థితి నెల రోజులుగా సీరియస్ గా ఉంది. ప్రస్తుతం క్రిటికల్ పొజిషన్ లో ఉన్నాను. మూడు(3)రోజుల నుండి నిద్ర లేదు. రాత్రంతా మహా మృత్యుంజయ మంత్రాన్ని జపిస్తూ గడుపుతున్నాను. ఎనిమిది (8) ఏండ్ల క్రితం సోకిన రూమేటిజ్డ్ ఆర్థరైటిస్ అనే విలక్షణ క్షేత్ర జబ్బు (బ్లడ్ క్యాన్సర్ , బోన్ క్యాన్సర్) గత రెండు నెలలుగా టైపాయిడ్, డెంగ్యూ, చికెన్ గున్యా వైరస్ వల్ల తీవ్ర స్థాయికి చేరింది. కనకణం పేలిపోతున్నట్లు, ఏ కీలుకా కీలు విరిచేసినట్లు నొప్పి, తట్టుకోలేక పోతున్నాను. 2018 లో ఈ జబ్బు ప్రారంభం అయినప్పుడు ఇలాంటి స్థితి యే ఏర్పడ్డప్పుడు, మొండి పట్టుదలతో ఏదో సాధించాలనే తపనతో మారద్యార్ వెళ్లి రాంఢేవ్ బాబా వంచకర్ల సెంటర్ లో నెలల తరచుడీ ఉంటూ నన్ను నేను బాగుచేసుకున్నాను. కానీ ఇప్పుడు నాకు అంత దూరం పోయేంత ఓపిక లేదు. నిరాశయంలో చేరింత దబ్బు లేదు. 25 ఏండ్ల క్రితమే నా శరీరం నాన్ స్టెరాయిడ్లలో యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ డ్రగ్స్ కు సెన్సిటివ్ గా మారిపోయింది. నేను ఫ్లూసిస్సు ను కూడా, కాబట్టి ఆలోపతి మందులకు ఎన్ని సైడ్ ఎఫ్ఫెక్ట్స్ ఉంటాయో నాకు బాగా తెలుసు. కనుక 30 లోపు ఉండాల్సిన ఆర్పి ఫ్యాక్టర్ అత్యధికంగా 900 కు చేరినా స్టెరాయిడ్స్ వాడకుండా ఆయుర్వేదమే వాడుతూ, యోగ, ధ్యానం, వేదాధ్యయనం, యజ్ఞముల ద్వారా మామూలు మనిషిగా మీ అందరి ముందు కనిపించాను. కానీ గత కొన్ని నెలలుగా మళ్ళీ నాలో డ్రైస్ పెరుగుతూ వస్తుంది. దాని ప్రభావమే రకరకాల ఆరోగ్య రుగ్మతలు చుట్టుముట్టాయి. ఇంగ్లీష్ మందులను వాడక తప్పని పరిస్థితి. వాటి సైడ్ ఎఫ్ఫెక్ట్స్ నా పరిస్థితిని ప్రమాద స్థాయి కి చేర్చాయి.

నా గతమంతా వ్యధ భరితం..

తెలంగాణ ఉద్యమ పోరాటం వల్ల నా నిలువెల్లా గాయాలే అయ్యాయి. రాజీనామా ద్వారా నాటి ప్రభుత్వం వచ్చిన పద్మవ్యాహం లోంచి బయట పడితే, డిపార్ట్మెంట్ నా వెన్నులో సస్పెన్షన్ అనే బల్లెన్ని కనితీరా దింపింది. సహాయం చేసేవాడు కనిపించక, నొప్పిని భరిస్తూనే 12 ఏళ్ల అజ్ఞాతదానాన్ని అనుభవించాను. మహర్షి ధయానందుని దయవల్ల ఒక చక్కని ఆధ్యాత్మిక మార్గాన్ని కనుగొని, అందులో విశేషమైన కృషి చేస్తూ, యజ్ఞ బ్రహ్మగా వివేచిఎన్ (వేద

యజ్ఞ పరిరక్షణ సమితి) సంస్థాపకురాలుగా ఎదిగి, హిందీ అభిమానులను కూడా సంపాదించుకొని, నా దారిని రహదారిగా పూల బాటగా మలచుకున్నాను. నళిని మళ్ళీ వికసించింది. ఇలాంటి తరుణంలో నేటి సీఎం అధికారంలోకి రాగానే నా ఫైల్ ను ఎందుకో తెరిచారు. నాకేదో సహాయం చేస్తానని ప్రకటన చేశారు. వారిని కలిసి నా మనసులో మాట చెప్పాను. సస్పెన్షన్ పై విచారణ చేయించి ఇన్వెంట్స్ ఇవ్వకుండా ఎగ్గెట్టిన సబ్సిడెన్స్ అల్లోవెన్స్ లెక్క కట్టి(సుమారు 2 కోట్లు) ఇవ్వండి అని అడుగుతూ 16 ఫిబ్రవరి స్వీయ లిఖిత రిపోర్ట్ ను ఇచ్చాను. ఏ.బి.కె. వేద విద్యా కేంద్ర స్థాపనకు గ్రాంట్ కూడా ఇవ్వమని అడిగాను. (రెండోది వారి పార్టీ పాలసీ కి విరుద్ధం. నేను హిందూ కాకపోయి ఉంటే వెంటనే గ్రాంట్ శాంక్షన్ అయి ఉండేది). 6 నెలల తర్వాత నా పిటిషన్ పొజిషన్ కనుక్కుంటే చెత్త బుట్టి పాలెంది అని తెలిసింది. నా ఆఫీస్ కాపీని మళ్ళీ స్కాన్ చేసి పంపాను. దానిపై ఇప్పటి వరకు స్పందన లేదు. మీడియా మిత్రులకు విజ్ఞప్తి. నేను చస్తే ఎవరూ సస్పెండెడ్ ఆఫీసర్ అని రాయకండి. రిజైన్డ్ ఆఫీసర్, కమయిత్రి, యజ్ఞ బ్రహ్మ అని నన్ను సంభోదించండి. నా శరీరానికి జరగాల్సిన అంతిమ సంస్కారం వైదికంగా జరగాలి. బ్రతుకుండగా నన్ను తెలంగాణ పోరాట విషయంలో ఏ నాయకుడు నన్నానినలేదు. నేను చనిపోయాక అంటే పోస్టుమన్ అవార్డులు, రివార్డులు ఇవ్వడానికి బయలుదేరి రాష్ట్ర నాయకులకు ఒక వినతి, బ్రతుకుండగా నన్ను పట్టించుకొని మీరు రాజకీయ లబ్ధి కోసం నా పేరును వాడుకోవద్దు. ఒకవేళ నా ఈ ప్రస్తుత దయనీయ స్థితి మీలో ఎవరో ఒకరి ద్వారా కేంద్ర ప్రభుత్వ దృష్టికి చేరితే, నాకు సరైన, ఖరీదైన వైద్యం అందితే నేను ప్రాణపాదు స్థితి నుండి బయట పడతాను. లేదంటే ... ఇంకా 3,4 పుస్తకాలు రచించాలని, 100 పేజీ యజ్ఞాలు పూర్తి చేయాలని, ఆధ్యాత్మిక కేంద్రం స్థాపించి విద్యార్థులకు శిబిరాలు నిర్వహించి సనాతన ధర్మాన్ని బోధించి వారిని ధర్మ పరిరక్షకులుగా తీర్చిదిద్దాలని,

మాక్ష సాధన తీవ్రతరం చేయాలని ... ఇలాంటి నా కోరికలు ఈ జన్మలో తీరాలా లేవు..

నా పేరు పై ఉన్న ఒక్కగానొక్క ఇంటి స్థలం వివేచిఎన్ కు చెందుతుంది. బ్రతుకుండగా దేశ ప్రధానిని కలవలేక పోయాను. వారు కరుణామయులు. నా మరణానంతరం వారు నా లక్ష్మి సాధన కోసం ఏమైనా ఇవ్వాలి అనుకుంటే మా వేదామృతం (ట్రస్ట్ కు ఇవ్వవలసిందిగా మనవి. నా జీవితపు అంతిమ లక్ష్యమైన మోక్ష సాధనను మళ్ళీ జన్మలో కొనసాగిస్తాను. నా మనోభావాలను పంచుకొనే చక్కని మాధ్యమంగా పనిచేస్తున్న ఫేస్బుక్ కు ధన్యవాదాలు. సెలవిక మిత్రులారా అంటూ తన జీవిత ప్రస్థానాన్ని దేశ ప్రజలకు తెలియజేశారు.



వాళ్లను ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వదలను: కవిత

చింతమడక బతుకమ్మ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఎంపీ కవిత వేదికపై ప్రసంగిస్తూ భావోద్వేగానికి లోనైన వైనం తనను కుటుంబం నుంచి దూరం చేసిన వారిని వదిలిపెట్టను అని హెచ్చరిక సిద్ధిపేట, చింతమడక కొందరి సొంత ఆస్తి కాదంటూ విమర్శలు తెలంగాణ ఉద్యమానికి చింతమడక గ్రామమే పునాది అని వ్యాఖ్య కేసీఆర్ కు చెడ్డపేరు తెచ్చేవారిపై మాట్లాడితే తనను బద్దామ్ చేశారన్న కవిత

జై భీమ్ న్యూస్, హైదరాబాద్

బీఆర్ఎస్ ఎంపీ కల్వకుంట్ల కవిత సంచలన

వ్యాఖ్యలు చేశారు. తనను తన కుటుంబం నుంచే దూరం చేసిన వారిని ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ వదిలిపెట్టనని ఆమె తీవ్ర స్వరంతో హెచ్చరించారు. సిద్ధిపేట జిల్లాలోని చింతమడక గ్రామంలో జరిగిన బతుకమ్మ వేడుకల్లో పాల్గొన్న ఆమె, ప్రసంగం సందర్భంగా భావోద్వేగానికి గురయ్యారు. కొందరు నేతల తీరుపై పరోక్షంగా విమర్శలు గుప్పించారు. గ్రామస్థుల ఆహ్వానం మేరకు చింతమడక వచ్చిన కవిత, బతుకమ్మ వేడుకల వేదికపై మాట్లాడుతూ పలు కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. “సిద్ధిపేట, చింతమడకను కులం తమ సొంత అస్తిగా భావిస్తున్నారు. నేను ఇక్కడికి వస్తుంటే ఇప్పటికీ ఆంక్షలు పెడుతున్నారు” అని ఆమె విమర్శించారు. తెలంగాణ ఉద్యమ సమయంలోనూ, ఇప్పుడు కూడా తనకు అడ్డంకులు ఎదురవుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ ఉద్యమానికి చింతమడక గ్రామమే పునాది అని కవిత గుర్తుచేశారు. “ఈ మట్టి నుంచే ఒక ఉద్యమం మొదలై

చరిత్ర సృష్టించింది. కేసీఆర్ గారు ఇక్కడి నుంచే ప్రత్యేక రాష్ట్రం కోసం అడుగు ముందుకేశారు” అని తెలిపారు. చిన్నప్పటి నుంచి ఈ గ్రామంలో కులాలు, మతాలకు అతీతంగా పండుగలు జరుపుకునే సంస్కృతిని సూచానని, అదే న్యూరీతో తాను రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బతుకమ్మ వేడుకలు నిర్వహిస్తున్నారని చెప్పారు. ఈ సందర్భంగా తన ఆవేదనను వెళ్లగక్కిన కవిత, “కేసీఆర్ కు చెడ్డపేరు తెచ్చే వారి గురించి నేను మాట్లాడినప్పుడు, నాపైనే దుర్భుచ్చారం చేసి బద్దాం చేశారు. నా కుటుంబం నుంచి నన్ను వేరు చేసిన వాళ్లను నేను వదలను” అంటూ భావోద్వేగంతో హెచ్చరించారు. చింతమడక చిరుతపులులను కన్న గడ్డ అని, ఎన్ని రాజకీయ ఆంక్షలు పెట్టినా మళ్ళీ ఇక్కడికి వస్తూనే ఉంటానని స్పష్టం చేశారు. అనంతరం గ్రామస్థులతో కలిసి ఆమె బతుకమ్మ వేడుకల్లో ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

వీడియో కార్యాలయం ఎదుట మధ్యాహ్న భోజన వర్కర్స్ ధర్మా

మాజీ సీనిమహిళా వర్కర్స్ గళం దురుసు ప్రవర్తనపై ఆగ్రహం... చర్మ తీసుకోవాలని పాలకుర్తి విజయ కుమార్ డిమాండ్

వరంగల్ జై భీమ్ న్యూస్

మధ్యాహ్న భోజన వర్కర్లను అకారణంగా దూషించి దోషిగా నిలిచిన వ్యక్తికి పారశాలకు పంపాల్సిన అధికారులు మరల మధ్యాహ్న భోజనం విభాగానికి ఇన్చార్జిగా నియమించడం పట్ల పాలకుర్తి విజయకుమార్ అశ్రుర్యాన్ని వ్యక్తం చేశారు. వరంగల్ జిల్లాకు చెందిన ఎండిఎం వర్కర్స్ డిటిఓ కార్యాలయం

వద్ద ధర్నాకు దిగారు. తమ బిల్లులు నిలిపివేస్తున్న నిరంజన్ రెడ్డి పై చర్యలు తీసుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. వరంగల్ జిల్లా ఎస్సీ, ఎస్టీ మానిటరింగ్ కమిటీ సభ్యుడు పాలకుర్తి విజయ్ కుమార్ జిల్లా కలెక్టర్ కు పంపిన విజ్ఞప్తిలో పేర్కొన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో డిటిఓ, వరంగల్ డీఈఓకు ఫోన్ చేయగా, డీఈఓ, ఆఫీసులో సీనీగా పనిచేసిన వ్యక్తి వరంగల్ జిల్లా ఎంఈఓ సమక్షంలోనే ధర్నాకు దిగిన మహిళా వర్కర్లపై దుర్గావ్వలాడిన ఘటన చోటుచేసుకుంది. ఇది తొలిసారి కాదని, గతంలో కూడా డీఈఓ కార్యాలయానికి వచ్చిన అనేకమంది విజిటర్లను నిరంజన్ రెడ్డి దుర్గావ్వలాడినట్లు ఉద్యోగులు

తెలిపారు. అదే కార్యాలయంలో పనిచేస్తున్న సీనియర్ అసిస్టెంట్ పై కూడా వయసుతో సంబంధం లేకుండా దురుసుగా ప్రవర్తించాడని, అలాగే క్లర్క్ పై కలెక్టర్ కార్యాలయంలో దాడి చేసిన సందర్భాలు ఉన్నాయని ఆరోపించారు. మాజీ డీఈఓ సపోర్ట్ రెడ్డి ఇంతకాలం అదుపు తప్పినట్లు ఆరోపణలు వినిపిస్తున్నాయి. నూతన డీఈఓ మాత్రం అతని దుర్గాతాలను గమనించి సీనీ స్థానాన్ని మార్చినా, అతను ఆఫీసులోనే కొనసాగుతూ ఉద్యోగులను బెదిరిస్తున్నారని ఉద్యోగులు ఆరోపిస్తున్నారు. రెడ్డి ప్రవర్తనకు చెక్ పెట్టాలంటే అతన్ని పారశాలకు ఇంకొకటి గంజికి పంపడమే సరైన నిర్ణయమని ఉద్యోగులు అభిప్రాయపడుతున్నారు.

ప్రధాని మోదీ జీఎస్టీ ప్రకటనపై కాంగ్రెస్ ఘాటు విమర్శలు

జీఎస్టీ 2.0 పేరిట సంస్కరణలు తెస్తున్నట్లు ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ప్రకటన గంటల వ్యవధిలోనే తీవ్రంగా స్పందించిన కాంగ్రెస్ పార్టీ జీఎస్టీ కౌన్సిల్ నిర్ణయాల ఘనతను మోదీ సొంతం చేసుకుంటున్నారని విమర్శ ఈ మార్పులు ఏమాత్రం సరిపోవని, 8 ఏళ్లు ఆలస్యమయ్యాయని ఆరోపణ పెట్రోల్, మద్యం, విద్యుత్ ను జీఎస్టీ పరిధిలోకి తేవాలని డిమాండ్ రాష్ట్రాలకు జీఎస్టీ పరిహారం పొందిగించలేదని కేంద్రంపై మండిపాటు

జై భీమ్ న్యూస్, హైదరాబాద్

గూడ్స్ అండ్ సర్వీసెస్ ట్యాక్స్ (జీఎస్టీ)లో కీలక సంస్కరణలు చేపడుతున్నట్లు ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోదీ ప్రకటించిన కొద్ది గంటల్లోనే కాంగ్రెస్ పార్టీ తీవ్ర స్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించింది. ప్రకటించిన మార్పులు ఏమాత్రం సరిపోవని, రాజ్యాంగబద్ధమైన జీఎస్టీ కౌన్సిల్ తీసుకున్న నిర్ణయాల ఘనతను ప్రధాని ఒక్కరే దక్కించుకోవాలని చూస్తున్నారని ఆరోపించింది. అదివారం సాయంత్రం ప్రధాని జాతిసందేశించి ప్రసంగించిన అనంతరం కాంగ్రెస్ కమ్యూనికేషన్స్ విభాగం జనరల్ సెక్రటరీ జైరాం రమేష్ ‘ఎక్స్’ (టీబీఎల్) వేదికగా స్పందించారు. “రాజ్యాంగబద్ధ సంస్థ అయిన జీఎస్టీ కౌన్సిల్ చేసిన సవరణలకు తానే పూర్తి యజమాని అన్నట్లుగా ప్రధాని ఈ రోజు దేశాన్ని ఉద్దేశించి ప్రసంగించారు,” అని ఆయన పేర్కొన్నారు. జీఎస్టీ అంటే ‘పుడ్డిని అణిచివేసే పన్ను’ అని తాము ఎప్పుడినుంచో చెబుతున్నామని జైరాం రమేష్ గుర్తుచేశారు. అధిక పన్ను శ్లాబులు, నిత్యావసరాలపై భారీ రేట్లు, పన్ను ఎగవేతలు, సంక్లిష్టమైన నిబంధనలు వంటి సమస్యలతో జీఎస్టీ వ్యవస్థ నిండిపోయిందని ఆయన విమర్శించారు. 2017 జూలై నుంచే తాము ‘జీఎస్టీ 2.0’ తీసుకురావాలని డిమాండ్ చేస్తున్నామని, ఈ విషయాన్ని 2024 ఏప్రిల్ కు మేనిఫెస్టో ‘న్యాయ పత్ర’లో కూడా స్పష్టంగా చెప్పామని తెలిపారు. ప్రస్తుత సంస్కరణల్లోనూ అనేక లోపాలున్నాయని జైరాం రమేష్ ఎత్తిచూపారు. దేశ ఉపాధికి వెన్నెముక అయిన ఎంఎస్ఎంఈలు ఇప్పటికీ విధానపరమైన సమస్యలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. టెక్స్టైల్స్, పర్యాటకం, హస్తకళలు, వ్యవసాయ ఇన్ఫ్రాస్ట్రక్చర్ వంటి కీలక రంగాల్లోని సమస్యలు ఇంకా పరిష్కారం కాలేదన్నారు. విద్యుత్, పెట్రోలియం, మద్యం, రియల్ ఎస్టేట్ ను జీఎస్టీ పరిధిలోకి తీసుకురావాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. అలాగే, రాష్ట్రాలకు జీఎస్టీ పరిహార కాలాన్ని మరో ఐదేళ్లు పొడిగించడంలో కేంద్రం విఫలమైందని, ఇది సహకార సమాఖ్య స్ఫూర్తికి విరుద్ధమని దుయ్యబట్టారు. “8 ఏళ్లు ఆలస్యంగా తెచ్చిన ఈ మార్పులు నిజంగా ప్రైవేటు పెట్టుబడులను ఆకర్షించి జీడిపీ వృద్ధికి దోహదం చేస్తాయో చూడండి” అని జైరాం రమేష్ అన్నారు. గత ఐదేళ్లలో చైనాతో వాణిజ్య లోటు రెట్టింపు అయి 100 బిలియన్ డాలర్లను దాటిపోయిందని ఆయన గుర్తుచేశారు. సహజాత్రుల సందర్భంగా ‘జీఎస్టీ బచత్ ఉత్సవ్’ జరుపుకోవాలన్న ప్రధాని పిలుపు నేపథ్యంలో కాంగ్రెస్ ఈ విమర్శలు చేయడం గమనార్హం.

అమ్మవార్ల గద్దెలను ముట్టుకోవద్దు

మేడారంపై అధికారులకు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి స్పష్టమైన ఆదేశం మేడారం జాతర అభివృద్ధిపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష గిరిజన సంప్రదాయాలకు ఎలాంటి భంగం కలగవద్దని స్పష్టం పూజారుల సూచనలతో మాస్కో ఫ్రాన్స్ రూపకల్పనకు నిర్ణయం ఈ నెల 23న మేడారం సందర్శించి డిజైన్లు ఖరారు చేయనున్న ముఖ్యమంత్రి అమ్మవార్ల గద్దెలను యథాతథంగా ఉంచాలని కీలక ఆదేశం 2026 జాతర నాటికి ప్రపంచస్థాయి సదుపాయాల కల్పన లక్ష్యం హైదరాబాద్, జై భీమ్ న్యూస్

మేడారం సమృద్ధి-సారలమ్మ జాతర అభివృద్ధి పనుల్లో గిరిజన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు అత్యధిక ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలని ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. జాతర అభివృద్ధి కోసం రూపొందించే మాస్కో ఫ్రాన్స్ లో గిరిజన సంప్రదాయాలకు ఎలాంటి లోటు రాకుండా చూడాలని ఆయన స్పష్టం చేశారు. ఈ అంశంపై కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ లో మంత్రులు, ఉన్నతాధికారులతో ఆయన ఉన్నతస్థాయి సమీక్ష నిర్వహించారు. అభివృద్ధి ప్రణాళికలను ఖరారు చేసే ముందు క్షేత్రస్థాయిలో సమృద్ధి-సారలమ్మ పూజారులతో చర్చించి, వారి సలహాలు, సూచనలు తప్పనిసరిగా తీసుకోవాలని సీఎం తెలిపారు. ఇందులో భాగంగా, ఈ నెల 23న తాను స్వయంగా మేడారం సందర్శిస్తానని, మంత్రులు, అధికారులు, గిరిజన ప్రజాప్రతినిధులతో కలిసి డిజైన్లను ఖరారు చేస్తామని వెల్లడించారు. అభివృద్ధి పనులను పర్యవేక్షించేందుకు వెంటనే ఒక టెక్నికల్ కమిటీని ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా సీఎం రేవంత్ రెడ్డి కొన్ని ఉన్నత స్థాయిలను చేశారు. “పూజారులు కోరినట్లుగా ఆలయ ప్రాంగణాన్ని విస్తరించాలి. అయితే, అమ్మవార్ల గద్దెలను (రాతి రూపాలు) మాత్రం యథాతథంగా, ఎలాంటి మార్పులు చేయకుండా ఉంచాలి,” అని ఆయన స్పష్టం చేశారు. మేడారంలో నిర్మించే స్వాగత తోరణాలు, ఇతర కట్టడాలన్నీ గిరిజన సంప్రదాయాలను ప్రతిబింబించేలా ఉండాలని, ఆలయ పరిసరాల్లో స్థానిక సంప్రదాయ వృత్తాలను నాటాలని సూచించారు. ఈ సమీక్షా సమావేశంలో మంత్రులు కొండా సురేష్, పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, సీతక్క, ప్రభుత్వ సలహాదారు వి. వెంకట సరేందర్ రెడ్డి, ఎంపీ పోరిక బలరామ్ నాయక్, పలువురు అధికారులు పాల్గొన్నారు. 2026 నాటికి మేడారం జాతరను ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు పొందేలా, భక్తులకు ఆధునిక సదుపాయాలతో నిర్వహించడమే లక్ష్యంగా ఈ అభివృద్ధి ప్రణాళికలు చేపడుతున్నట్లు అధికారులు తెలిపారు.

సీతాఫలం తింటున్నారా? ఐతే ఈ విషయాలు తెలుసుకోవాలి

సీతాఫలం. ఈ పండ్లలో విటమిన్లు, లవణాలు అధికంగా ఉంటాయి. సీతాఫలం మీగడలాంటి గుజ్జుతో, ప్రత్యేక రుచితో నోరూరిస్తుంది. ఎన్నో పోషక విలువలను శరీరానికి అందించే సీతాఫలం గురించి తెలుసుకుందాము. సీతాఫలంలో కొవ్వు ఏ మాత్రం ఉండదు. ఒక్కో సీతాఫలంలో 200 క్యాలరీల వరకు శక్తి ఉంటుంది. నీరసంగా ఉన్నప్పుడు ఈ పండ్లను తిన్నట్లయితే శరీరానికి కావాల్సినంత గ్లూకోజ్ లభిస్తుంది.ఈ పండు తింటుంటే కండరాలు బలోపేతమై బలహీనత, సాధారణ అలసటను దూరం చేస్తుంది. నాంతలు, తలనొప్పికి విరుగుదగా పనిచేస్తుంది. చర్మ వ్యాధులకు మంచి మందుగా ఉపయోగపడుతుంది. సీతాఫలం ప్రతిరోజూ తింటుంటే జుట్టు సల్లగా ఆరోగ్యంగా మెరుస్తుంది, కుదుళ్లకు దృఢత్వానిస్తుంది.పేగుల్లో పుండే హెల్మింట్స్ అనే సులీపురుగుల నివారణలో సీతాఫలం ప్రభావవంతంగా పనిచేస్తుంది. ఈ పండు గుజ్జు అల్పదైవ చక్కెర మందులాగా పనిచేసి ఉపశమనాన్నిస్తుంది.బ్రిటిష్ నివారిణిగా శరీరంలో పుండే వాత, పితృ కఫ దోషాన్ని తగ్గించడంలో ప్యూరిఫైర్ గా పనిచేస్తుంది. ఆస్తమా ఉన్నవారు మాత్రం ఈ సీతాఫలంను తీసుకోకూడదు. మధుమేహం ఉన్నవారు తినకూడదు. ఎక్కువగా పండిన పండును తింటే గ్లూకోజ్ తాతం ఎక్కువగా ఉండి, వెక్సర వ్యాధిగ్రస్తులకు హాని చేస్తుంది. బెరెర్ వ్యాధితో, మూత్రపిండాల వ్యాధితో బాధపడేవారు సైతం ఈ సీతాఫలానికి దూరంగా ఉండాలి.



బతుకమ్మ శుభాకాంక్షలు తెలిపిన వరంగల్ ఎం.పీ డాక్టర్ కడియం కావ్య

జై భీమ్ స్పూస్ వరంగల్

తెలంగాణలో ఎంగిలిపూల బతుకమ్మ పండుగ సందర్భంగా వరంగల్ పార్లమెంట్ సభ్యురాలు డాక్టర్ కడియం కావ్య వరంగల్ పార్లమెంట్ నియోజకవర్గ ఆడబిడ్డలు అందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. తెలంగాణ సంస్కృతి సంప్రదాయాలకు, ఆడపడుచుల జ్ఞానానికి ప్రతీకైన బతుకమ్మ పండుగను ప్రజలందరూ సంతోషంగా జరుపుకోవాలని ఎం.పీ ఆకాంక్షించారు. అమావాస్య నుంచి తొమ్మిది రోజుల పాటు ఆడపడు చులు అందరూ కలిసి ఆడే గొప్ప పండుగ బతుకమ్మ అని, దేశంలోనే పూలను పూజించి, ప్రకృతిని ప్రేమించే గొప్ప పండుగ బతుకమ్మ అని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ సామూహిక జీవన విధానానికి, కష్టసుఖాలను కలిసి పంచుకునే ప్రజల బతుకమ్మ ఈ పండుగ నిదర్శనమని తెలిపారు. ఎంగిలిపూల బతుకమ్మ నుంచి నద్దుల బతుకమ్మ వరకూ తొమ్మిది రోజుల పాటు ఆట పాటలతో ఆనందోత్సాహాలతో వైభవంగా జరుపుకోవాలని ఎం.పీ డాక్టర్ కడియం కావ్య పిలుపునిచ్చారు.



దసరా పండుగకి ఊరికెక్కున్నారా జర ఇల్లు భద్రం వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ ప్రీత్ సింగ్

జై భీమ్ స్పూస్ వరంగల్.

దసరా సెలవులకు వెళ్లే ప్రజలు జాగ్రత్తగా వుండాలని వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ ప్రజలను అప్రమత్తం చేశారు. దసరా సెలవులను పురస్కరించుకొని తమ స్వగ్రామాలు, విహార యాత్రలకు తరలి వెళ్తుండడంతో ఇంట్లో చోరీలను నియంత్రించేసేందుకు పోలీసులు నిరంతరం పెట్రోలింగ్ నిర్వహించడం జరుగుతుంది. అలాగే చోరీల కట్టడికై ప్రజలు సైతం తమ వంతు భద్రత పోలీసులు తెలిపిన ఈ క్రింది సూచనలను పాటించాల్సిందిగా వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ ఆదివారం ఓక ప్రకటన విడుదల చేశారు. సెలవుల్లో బయటికి వెళుతున్నప్పుడు మీ ఇంటికి సెంట్రల్ లాక్ సిస్టమ్ ఉండే తాళం, సెక్యూరిటీ అలారం, మోషన్ సెన్సర్లు ఏర్పాటు చేసుకోవడం మంచిది. తాళం వేసి ఊరికి వెళ్లాల్సి వస్తే తప్పనిసరి స్థానిక పోలీస్టేషన్ లో లేదా మీగ్రామ పోలీస్ అధికారికి సమాచారం ఇవ్వండి. వారి వివరాలు సమారు చేసుకొని వారి ఇళ్లపై నిఘా ఏర్పాటు చేస్తాం. ఊరికి వెళ్లాల్సి వస్తే విలువైన బంగారం, వెండి, ఆభరణాలు, దబ్బాలు, బ్యాంక్ లాకర్లలో భద్రపర్చుకోవాలి తప్ప, పక్కంటి వారికి తెలిసిన వారికి ఇచ్చి మోసపోవద్దు. మీ వాహనాలను ఇంటి ఆవరణలోనే పార్కు చేసుకోండి. ద్వితీక వాహనాలకు తప్పనిసరిగా చైన్స్ తో లాక్ వెయ్యడం మంచిది. నమ్మకమైన వ్యక్తులను మాత్రమే వాన్ మెన్/ సెక్యూరిటీ గార్డ్/ సర్కంట్ గా నియమించుకోవాలి. సోఫల్ మీడియాలో మీ లొకేషన్, ట్రావెల్స్ ప్లాన్స్, ఎప్పుడు ఎక్కడికి వెళ్తున్నాం అనే మీ అప్డేట్స్ పెట్టకండి. మీ ఇంట్లో స్వీయ రక్షణ సీ.సి కెమెరాలను అమర్చుకోవాలి. అన్ లైన్ ఎప్పటికప్పుడు మొబైల్ లో మీ ఇంటిని, పరిసరాలను లైవ్/ ప్రత్యేకంగా చూసుకోవచ్చు. సెక్యూరిటీ సర్వైలెన్స్ కు సీ.సి కెమెరాలు ఎంతో ఉపయోగపడతాయి. ఊరు వెళ్తున్నప్పుడు పక్కంటి వారికి ఇంటి పరిసరాలను గమనించాలని చెప్పాలి. ఇంటికి తాళం వేసిన తర్వాత తాళం కనబడకుండా డోర్ కట్టెన్ వేయాలి. ఇంట్లో ఏదో ఒక గదిలో లైట్ వేసి ఉంచాలి. ఇంట్లో లేనప్పుడు పని మనుషులు ఉంటే రోజు వాకిలి జుట్టుమని చెప్పాలి. ఇంటి ముందు చెత్త చెదారం, స్కూప్స్ పేపర్స్, పాలప్యాకెట్లు జమ కానివ్వకుండా చూడండి. వాటిని కూడా గమనించి నేరస్థులు దొంగతనాలకు పాల్పడే అవకాశం ఉన్నది. మీ గ్రామం, పట్టణం, కాలనీలో ఎవరైనా అనుమానాస్పద వ్యక్తులు కనిపిస్తే స్థానిక పోలీసు స్టేషన్ కు తప్పనిసరిగా సమాచారం ఇవ్వండి. డయల్ 100 కు కాల్ చేయండి. ప్రజలు పోలీస్ శాఖ వారి సూచనలు పాటిస్తూ సహకరిస్తే చోరీల నియంత్రించడం సులభం అవుతుందని సీ.పీ తెలిపారు.



శ్రీ లక్ష్మీ గ్రూప్ ఆఫ్ హాస్పిటల్స్ అధ్యక్షులలో ఉచిత మెగా ఆరోగ్య శిబిరం

బెంగళూరు జై భీమ్ స్పూస్ :

బెంగళూరు నగరంలోని కె ఆర్ పురం నియోజకవర్గంలో శ్రీ లక్ష్మీ గ్రూప్ ఆఫ్ హాస్పిటల్స్ కెఆర్ పురలో నిర్వహించిన భారీ ఉచిత ఆరోగ్య శిబిరాన్ని ఆసుపత్రి అధిపతి సాంబశివ ప్రారంభించారు. ఉచిత శిబిరంలో స్కూరోపతి, కిడ్నీ, మూత్రాశయం, గుండె, క్యాన్సర్, ఎముక వగుళ్లు, మధుమేహం వంటి వివిధ వ్యాధులను తనిఖీ చేశారు. ఆసుపత్రి సిబ్బంది రాఘవేంద్ర సుంత్రల్లి మాట్లాడుతూ, శ్రీ లక్ష్మీ సూపర్ స్పెషాలిటీ మరియు శ్రీ లక్ష్మీ సూపర్ స్పెషాలిటీ మదర్ అండ్ చైల్డ్ హాస్పిటల్ ప్రతి సంవత్సరం లాగే ఈ సంవత్సరం కూడా ఉచిత ఆరోగ్య శిబిరాన్ని నిర్వహిస్తున్నాయని, కెఆర్ పుర మరియు పరిసర ప్రాంతాల ప్రజలు దీనిని సద్వినియోగం చేసుకుని మంచి ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలని సూచించారు. పూర్వీకుల కాలంలో ప్రజలు చెవటలు పట్టడం ద్వారా తమ శరీరాలను బలంగా ఉంచుకున్నట్లే, నేటి ప్రజలు మంచి జీవనశైలిని అలవర్చుకోవాలని ఆయన అన్నారు. ప్రజల నుండి మంచి స్పందన ఉందని ఆయన అన్నారు. ఈ సమయంలో, ఆసుపత్రి అధిపతి సాంబశివ, జయమాల, వైద్యులు మరియు సిబ్బంది మరియు అధిక సంఖ్యలో హాజరయ్యారు.



గాజుల రామారం లో “హైద్రా” ఆపరేషన్



జై భీమ్ స్పూస్ హైదరాబాద్

15 వేల కోట్ల విలువైన భూమికి కంచె వేసే పనిలో హైద్రా. కట్టాల చెర నుంచి 300 ఎకరాలకు పైగా భూమికి విముక్తి. కట్టాలు నిర్ధారించుకుని ఆదివారం ఉదయం నుంచి తొలగింపు పనులు. నివాసాల జోలికి



వెళ్లకుండా ఆక్రమణల తొలగింపు. మేడ్చల్ - మల్కాజిగిరి జిల్లా కుత్బుల్లాపూర్ మండలం గాజుల రామారంలో హైద్రా ఆపరేషన్. 15 వేల కోట్ల విలువైన ప్రభుత్వ భూమిని కాపాడే పనిలో హైద్రా. సర్వే నంబర్ 307 లో 300 ఎకరాలకు పైగా ఉన్న భూమిలో ఆక్రమణలు తొలగించే పనిలో హైద్రా. రాష్ట్ర హైనాన్స్

కార్పొరేషన్ కు కేటాయించిన భూమిలో బదా బాబుల్ ఆక్రమణలు. ఎకరాల్లో వెంచర్లు వేసి ప్లాట్లుగా విక్రయాలు చేసిన వారిపై చర్యలు. పేదవారిని ముందు పెట్టి..బదాబాబులు వేయించిన పెద్దల తొలగింపు. ఫుల్ ఫోర్స్ తో దిగిన హైద్రా.ఆదివారం ఉదయం నుంచే ఆక్రమణలు తొలగింపు.

గ్రామ సభలో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే మంజుల అరవింద్ లింబవలి



బెంగళూరు జై భీమ్ స్పూస్ :

మహాదేవపుర అసెంబ్లీ నియోజకవర్గం కితక సూర్ గ్రామ పంచాయతీ గ్రామ సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే మంజుల అరవింద్ లింబవలి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మంజుల లింబవలి మాట్లాడుతూ గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలో చేపట్టిన అభివృద్ధి పనుల గురించి సమాచారం గురించి తెలిసిన ఆమె. అదనంగా, ప్రజల నుండి వినతులు స్వీకరించారు. వారి సమస్యలు మరియు ఫిర్యాదులను వీలైనంత త్వరగా విని తగిన పరిష్కారాలను అందించాలని సంబంధిత అధికారులను ఆదేశించారు. ఈ సందర్భంగా, మహిళలకు కుట్టు యంత్రాలు, ప్రతిభావంతులైన విద్యార్థులు మరియు వికలాంగులకు సహాయ ధనాన్ని పంపిణీ చేశారు మరియు డ్రై ఫ్రూట్స్ పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా, తాలూకా పంచాయతీ కార్యనిర్వాహక అధికారి వసంత్ కుమార్, గ్రామ పంచాయతీ అధ్యక్షురాలు శ్రీమతి లక్ష్మీ నారాయణస్వామి, ఉపాధ్యక్షులు కౌశిక్ రెడ్డి, కెవి నాగరాజ్, పంచాయతీ అభివృద్ధి అధికారి శ్రీమతి నర్మద, పంచాయతీ సభ్యులందరూ, అధికారులు, నాయకులు, కార్యకర్తలు మరియు గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు.

మన బతుకమ్మ కార్నివాలలో వైద్య శిబిరం ఆరోగ్య ప్రదర్శనశాల ఆకర్షణ

వేయి స్తంభాల గుడి వద్ద విదేశీ మహిళా సందర్శన

హన్మకొండ జిల్లా జై భీమ్ స్పూస్

జిల్లా కలెక్టర్ ఆదేశానుసారం మన బతుకమ్మ కార్నివాలలో భాగంగా వేయి స్తంభాల గుడి ప్రాంగణంలో ప్రత్యేక వైద్య శిబిరం, 108 అత్యవసర వైద్య సేవల శిబిరం, అలాగే ఆరోగ్య ప్రదర్శనశాలను ఏర్పాటు చేశారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని సందర్శించిన విదేశీ మహిళ, వైద్య సహాయ సదుపాయాలు మరియు ఆరోగ్య అవగాహన స్థాళ్లను పరిశీలించి సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. బతుకమ్మ కార్నివాలకు వచ్చిన మహిళా సందర్శకుల కోసం వైద్య సహాయం, అత్యవసర సేవల కోసం 108 శిబిరం ఏర్పాటు, ఆరోగ్య అవగాహన కోసం ప్రత్యేక ప్రదర్శనశాల, ఆశా వర్షర్లు, ఏఎన్ఎంలు, సూపర్వైజర్ బతుకమ్మ అలంకరణ ఆకర్షణీయంగా నిలిచింది. ఈ వేడుకల్లో డాక్టర్ నవీన్, డాక్టర్ గీత, డాక్టర్ సంజయ్, జిల్లా మాన్ మీడియా ఇన్చార్జ్ వి. అశోక్ రెడ్డి, అలాగే సూపర్వైజర్లు, ఏఎన్ఎంలు, ఆశా వర్షర్లు పాల్గొన్నారు.



మొక్కలు నాటుదాం పర్యావరణాన్ని కాపాడుదాం

ప్రభుత్వ మాజీ చీఫ్ ఐస్. బిఆర్ఎస్ పార్టీ హనుమకొండ జిల్లా అధ్యక్షులు దాన్యం వినయ్ భాస్కర్



జై భీమ్ స్పూస్ హన్మకొండ.

గ్రీన్ ఇండియా చాలెంజ్ సృష్టికర్త, మాజీ రాజ్యసభ సభ్యులు జోగినపల్లి సంతోష్ కుమార్ ఊరి ఊరికో చెట్టు... గుడి గుడికో జమ్మి జమ్మి చెట్టు కార్యక్రమాన్ని ఆదివారం రోజున హనుమకొండలోని పద్మాక్షి గుట్ట ఆలయ రహదారి వద్ద నిర్వహించారు. మొదట పద్మాక్షి గుట్ట మీద ఉన్న అమ్మవారికి పూజలు నిర్వహించారు. అనంతరం రెండు జమ్మి మొక్కలను నాటారు. ఈ సందర్భంగా దాన్యం వినయ్ భాస్కర్ మాట్లాడుతూ... తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని పాడి పంటలతో సస్యశ్యామలం చేసిన ఘనత ఉద్యమ నేత, తెలంగాణ తొలి ముఖ్యమంత్రి కే.సీ.ఆర్ కే దక్కుతుందని అన్నారు. తెలంగాణలో అడవుల శాతం పెంచేందుకు 10 ఏండ్లలో తెలంగాణకు హరితహారీ పేరుతో ప్రత్యేక కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించి కోట్లాది మొక్కలు నాటారని గుర్తు చేశారు. గ్రీన్ ఇండియా చాలెంజ్ పేరుతో లక్షలాది మొక్కలను నాటారని, ఈ కార్యక్రమ నిర్వాహకులు సంతోష్ ప్రజల్లో పర్యావరణ పరిరక్షణపై అవగాహన కల్పించారని కొనియాడారు. తెలంగాణలో జమ్మి చెట్టుకు ఎంతో ప్రాముఖ్యత ఉందని, కే.సీ.ఆర్ తెలంగాణ రాష్ట్ర అధికారిక చెట్టుగా జమ్మి చెట్టును నిర్ణయించారని, నేడు ఈ పద్మాక్షి ఆలయ ఎదుట జమ్మి మొక్కలను నాటామని అన్నారు. తెలంగాణలో నేడు బతుకమ్మ సందరాలు మొదలవుతున్నాయని, ఆడబిడ్డలు జరుపుకొనే ఈ పండగకు ప్రభుత్వం అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని, సౌకర్యాలు కల్పించాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. కేసీఆర్ హయాంలోని బీ.ఆర్.ఎస్ ప్రభుత్వం ఆడబిడ్డలకు బతుకమ్మ పండుగ కానుకలు అందించేదని, ఈ ప్రభుత్వం సైతం సకాలంలో ఆడబిడ్డలకు కానుకలు అందించి వారు సంతోషంతో పండుగ జరుపుకొనేలా చూడాలని అన్నారు. కార్యక్రమంలో గ్రీన్ ఇండియా చాలెంజ్ బాధ్యులు గార్లపల్లి సతీష్, బి.ఆర్.ఎస్ నాయకులు కోడెం సంపత్, వేల్పుల వేణు, గుండు సదానందం, పెరుకూరి శ్రీధర్, గంగ్లడ్కోట రాకేష్ యాదవ్, మంద సృజన్ కుమార్, తక్కువపల్లి వినీల్ రావు, సాయి, సన్నీ,వీరస్వామి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బ్యాంకును దోచిన మేనేజర్ లాకర్లలో ఖాళీ సంచులు

నకిలీ పత్రాలతో గోల్డ్ లోన్ లొకాట్లు తెరిచి 74 లక్షల 92 వేల మాయం

హైదరాబాద్ జై భీమ్ స్పూస్

ధర్మసాగర్ ముప్పారం యూనియన్ బ్యాంక్ లో భారీ కుంభకోణం వెలుగులోకి వచ్చింది. బ్రాంచ్ మేనేజర్ సురేష్ నకిలీ పత్రాలు సృష్టించి 10 గోల్డ్ లోన్ ఖాతాలు తెరిచి, వాటి ద్వారా రూ. 74,92,000 మొత్తాన్ని మంజూరు చేయించుకున్నాడు. వెలుగులోకి ఎలా వచ్చింది.. ఒక ఉద్యోగి ఇచ్చిన సమాచారంతో విషయమంతా బట్టబయలైంది. బ్యాంక్ అధికారులు వెంటనే దర్యాప్తు చేపట్టగా, గోల్డ్ లాకర్లలో బంగారం స్థానంలో ఖాళీ సంచులు మాత్రమే ఉన్నట్లు గుర్తించారు. ఈ ఘటనపై పోలీసులు సమగ్ర విచారణ ప్రారంభించారు. మేనేజర్ సురేష్పై కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు కొనసాగిస్తున్నారు. పత్రిక ప్రతినిధి విచారణలో బ్యాంక్ అధికారులు, మేనేజర్ చేసిన కుంభకోణాన్ని అంగీకరించారు.



శ్రీ భద్రకాళి దేవస్థానంలో అంకురార్పణ



ఉదయం అమ్మవారికి నిత్యాహ్నికం అనంతరం
జగత్ప్రసూతికా అలంకారం జరిపి హరిద్రా దర్శనం



కర్పించారు. భక్తులు సమర్పించిన 27 కోటి
స్వచ్ఛమైన పసుపుతో అమ్మవారికి హరిద్రాభిషేకం
నిర్వహించారు. హజూరూలు వైదిక క్రతువుల జరిపిన
అనంతరం అమ్మవారిని పసుపుమయ అలంకారంలో
భక్తులు దర్శించారు. మధ్యాహ్నం వరకు దర్శనానికి
భక్తులకు అనుమతి ఇవ్వబడింది. పసుపుమయమైన
అమ్మవారిని దర్శించినందుకు ఒక అనిర్వచనీయమైన
అనందానుభూతి అని భక్తులు తెలిస్తూ, శ్రీ భద్రకాళి
శేష భక్తులకు వివరిస్తూ.. జగన్నాథ మహాలక్ష్మి నుండి
సమస్త బ్రహ్మాండం ఆవిర్భవించింది. శృంగేరి శారదా
పీఠంలో అమావాస్యనాడు అమ్మవారి జగత్సృషానికి
అలంకారం పసుపుతో జరపడం ఆ చరంపర.
ప్రసనానంతరం స్త్రీ చేసే పసుపు ముద్ర లేపనం

సోమవారం ఉదయం 4:00 గంటలకు
అమ్మవారికి పూజాభిషేకం జరుగుతుంది. ఆనంతరం
విశ్వాస్వ నామ సంవత్సర దేవీ శరన్నవరాత్రుల
మహోత్సవాలు ఆరయంలో ప్రారంభమవుతాయని
రామల నునీత. కార్యనిర్వహణాధిపతి, సహాయ
కమీషనరీ శ్రీ భద్రకాళి దేవస్థానం, వంగల్ ఒక
తెలిపారు.

కాకతీయ నృత్య నాటకోత్సవాలకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరై, జ్యోతి ప్రజ్వలన చేసి ప్రారంభించిన ఉపముఖ్యమంత్రి మల్లు బట్టి విక్రమార్క



తెలంగాణ సంగత నాటక ఆకాడమీ ఆధ్వర్యంలో హన్మకొండ లోని కోశ్లీజీ కళా క్షేత్రం లో రెండు రోజుల పాటు నిర్వహిస్తున్న కాకతీయ నృత్య నాటకశాస్త్రపాఠశాల అధిదారుల రాష్ట్ర ప్రభుత్వ శివ ముఖ్యమంత్రి మల్లు భట్టి విక్రమరాజు, కమ్యూటీ, వరంగల్ జిల్లా ఇన్స్పెక్టివ్ మంత్రి పర్యులు రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్ సమాచార శాఖ సంచలనాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, రాష్ట్ర ప్రాహివిషన్ ఎక్సైజ్ మహాటక సాంస్కృతిక, పురావస్తు శాఖ మంత్రి జూపల్లి శాస్త్రిరావు, రాష్ట్ర అంపమీ దహ్యవరణ దేదాదారు శాఖామత్తులు కొండా సురేష్, రాష్ట్ర వంఛాయతీరా శాఖామంత్రి దనసరి అనసూయ సితకృ, రాష్ట్ర శాసనమండలి దివ్యుల్లీ చైర్య్ బండా ప్రశాన్, రాష్ట్ర ఖైసాని కార్పొరేషన్ చైర్య్ సిరిసిరి రాజయ్య తో కలః శాస్త్రి (పజలవ చైసి వారంబింపగా ఈ



నాటకీకృతానలో వరంగల్ పార్లమెంట్ సభ్యులు డాక్టర్ కడియం కావ్య, నగర మేయర్ గుండు సుధారాణి,ఎమ్మెల్యే బస్సురాజు సారయ్య, శాసనసభ్యులు నాయిని రాజేంద్రరెడ్డి, కె.ఆర్ నాగరాజు, గంధ్ర సత్యనారాయణ, కూడా ప్రెస్ట్రన్ ఇనగాల వెంకట్రామిరెడ్డి, జిల్లా కలెక్టర్ స్టేవ్ శబరిష్, సి.పి సన్ ప్రీత్ సింగ్, జిడబ్ల్యుఎస్సి కమిషనర్ చావత్ వాజే వాయి, సంగీత నాటక అకాడమీ చైర్మన్స్ ఆచార్య ఆలేఖ్య పుంజాల, ప్రజాప్రతినిధులు, అధికారులు కవులు, కళాకారులు, కళాభిమానులు శబిడతరులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా సంగీత నాటక అకాడమీ చైర్మన్స్ ఆచార్య ఆలేఖ్య పుంజాల బృందంనే ప్రదర్శించిన వాకలి ఐలమ్మ నాటకం గాడమైన అభినందనలతో ముగిసింది. చరిత్రలో సమూహంగా మారిపోయిన ఏ మహిళా యోధురాలి గాధను, నేటి ప్రేక్షకులకు సజీవంగా, ఉదాత్తంగా అందించగలిగిన నాట్య ప్రదర్శన. ఈ నాటకంకోల్

బలమ్మ గారి వ్యతిరేకత, వ్యభ, పోరాటస్వరూపి అన్నీ కక్షిమంతంగా అవిచ్ఛిన్నంచబడ్డాయి. ఈ సందర్భంగా ఉప ముఖ్యమంత్రి మోట్లాడుతూ తెలంగాణ భూసంస్కరణ చరిత్రలో ఒక అధ్యాయంగా నిలిచిన వై కెల బలమ్మ జీవితాన్ని అధునిక రంగస్థలంపై నాట్యరూపంలో తీసుకురావడం ఆచార్య అలేఖ్య పుంజాల బృందం గొప్ప నాటకసాహసమే అని చెప్పింది. నాటకం ద్వారా చాకలి వర్గానికి చెందిన ఒక సాధారణ మహిళ పర్ర పోలకుల అక్రమణకు, జమీందారి వ్యవహారాలకు, శిక్షణకు వ్యతిరేకంగా ఎలా నిలదీసిందో ప్రబలంగా ప్రదర్శించడం జరిగింది. నాటకం ముగిసిన వెంటనే చచ్చుట పార్శ్వస్థలంతో ప్రేక్షకులు స్పందించారు. నేటి తరం యువతకు చాకలి బలమ్మ వంటి విప్లవ మహిళల గురించి తెలియజేసే ప్రయత్నానికి విశేష ప్రశంసలు లభించాయి. అనంతరం ఉప ముఖ్యమంత్రి, మంత్రులు అలేఖ్య బృంద సభ్యులకు శాలువలతో సత్కరించారు.

రాష్ట్రం అంతా సౌభాగ్యంగా ఉండాలి

ప్రకృతిలో లభించే తీరకార్ప పూలతో తొమ్మిది రోజులపాటు మహిళలు ఎంతో భక్తిశ్రద్ధలతో గౌరవము పూజిస్తారని, వారి పూజలు ఫలప్రదమై రాష్ట్రంతో పాటు ప్రజలంతా సుఖీకృతగా ఉండాలని రాష్ట్ర ఉప ముఖ్యమంత్రి మల్లు భద్రి విక్రమార్కు ఆశ్చర్యం. ఆదివారం, నేడు స్తంభాల గుడి రుద్రేశ్వర స్వామిని దర్శించుకున్న మంత్రులు ప్రధాన విక్రమాల గంగం ఉపేంద్ర శర్మ గడ్డంగిగారితో అభిషేకం అర్చన చేశారు. గుడి ప్రాంగణంలో జతుకమ్మ పంచగ ప్రార్థనోత్సవ కార్యక్రమాల్లో రాష్ట్ర ఉపముఖ్యమంత్రి భద్రి విక్రమార్కు, రాష్ట్ర పర్యాటక, సాంస్కృతిక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్, సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి,

రాష్ట్ర అటవీ పర్యావరణ దేవాదారు శాఖ మంత్రి కొండా సురేఖ, రాష్ట్ర మహిళా శిశు సంక్షేమ, పంచాయతీ రాజ్, గ్రామీణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి దనసని అనపాదు సీతక్క శాసన మండలి డిప్యూటీ చైర్మన్ డాక్టర్ బంధా ప్రకాష్, వరంగల్ ఎమ్మీ డాక్టర్ కర్నూలు శాస్త్రి, వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి, తదితరులతో కలిసి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా డిప్యూటీ సీఎం భక్తి విక్రమార్కు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ సాంస్కృతిక శాఖ అధ్యక్షుర్యంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా బతుకుమ్మ పండుగ ప్రారంభిస్తున్న కార్యక్రమం పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని మహిళలతో కలిసి ప్రారంభించుకోవడం చాలా సంతోషకరంగా ఉందన్నారు. సీఎం రేచంతె రెడ్డి బతుకుమ్మ పండుగను పురస్కరించుకొని పెద్ద ఎత్తున కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారని అన్నారు. తొమ్మిది రోజుల పాటు బతుకుమ్మ పండుగను మహిళలు ఎంతో శ్రద్ధతో పూజలు నిర్వహిస్తారని, గృహములు ఎంతో భక్తి శ్రద్ధలతో పూజిస్తారు అన్నారు. ఈ బతుకుమ్మ పండుగ తొమ్మిది రోజుల పలవంతం కావాలని అతాంక్షించారు. రాష్ట్రంలో మహిళలంతా ఆర్థికంగా ఎదగడంతో పాటు శక్తివంతంగా ఎదగాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్, సమాచార పౌర సంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగలెటి శ్రీనివాస్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ బతుకుమ్మ ఉత్సవం మన సంస్కృతి, సంప్రదాయాలకు నిదర్శనంగా ఉందని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రంలో ఆదపవలకుల అందరికీ బతుకుమ్మ పండుగ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. మంత్రులు కొండా సురేఖ, సీతక్క సగౌరవంగా బతుకుమ్మ

పాటలు పాడుతూ ఆకట్టుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో హనుమకొండ జిల్లాలో కలెక్టర్లు స్నేహ శబరిష్, మున్సిపల్ కమిషనర్ చాహత్ బాజ్ పాయ్, ఇతర అధికారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



**మిషన్ భగీరథ కార్యాలయాల్లో
సమాచార బోర్డులపై నిర్లక్ష్యం!**

పబ్లిక్ ఇన్ఫర్మేషన్ అక్టివర్ పేరు, హోదా, సంప్రదింపు సంఖ్య, అప్పీల్ అధికారి వివరాలు, సమాధానం ఇవ్వే గడువు, సమాచార హక్కు బోర్డులు ఏర్పాటు చేయాలి మిషన్ కిగిరిగిర్ నిర్బంధి నిర్వహించు ఇప్పుడు ప్రధాన చర్యనియాంశంగా మారింది. ప్రజల హక్కులను గౌరవించి, వెంటనే ఈ బోర్డులను ఏర్పాటు చేయాలని పౌరసమాఖ్య డిమాండ్ చేస్తోంది.

ఆపరేషన్ ముస్కాన్ సేవలకు అవార్డు
అందుకున్న ఈసంపల్లి సుదర్శన్



వరంగల్ నగరంలోని ఎస్ఆర్ నగర్ ప్రాధమిక పాఠశాలలో బీహార్ రాష్ట్రం నుంచి వలస వచ్చిన కూలీల పిల్లలకు ఎడ్యుకేషన్ కిట్స్ పంపిణీ కార్యక్రమం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సనీ ప్రీత్ సింగ్, జూలై నెలలో నిర్వహించిన ఆవరేషన్ ముస్మాన్ 11లో చరుకుగా సేవలందించిన వారిని సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా బాల కార్మికులను, డ్రాఫ్ట్ అవుట్ పిల్లలను, పని పిల్లలను గుర్తించి, రెస్క్యూ చేసి, రిహాబిలిటేషన్లో విశేషంగా సహజ్ చేసినందుకు వరంగల్-హనుమంకొండ జిల్లా ఫీల్డ్ కో ఆర్డినేటర్ ఈసంవత్సరపు సుదర్శన్ కి కమిషనర్ స్వపాపాలతో ఆవరేషన్ ముస్మాన్ సర్టిఫికేట్ (అవార్డు) ప్రధానం చేశారు. సర్టిఫికేట్ అందుకున్న అనంతరం ఈసంవత్సరపు సుదర్శన్ వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సనీ ప్రీత్ సింగ్ కి ధన్యవాదాలు తెలిపారు. అలాగే ఈ కార్యక్రమంలో కనూకాచలం ఎఫ్ఎమ్ఎమ్ సామాజిక సేవ సమితి డైరెక్టర్ సిస్టర్ సహయకి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో శ్రీ ఎర్ల శ్రీకాంత్, అబ్దుల్ కరీం పాల్గొన్నారు.

శ్యామల దుర్గదాస్ కాలనీలో ఎంగిలి
పువ్వుల సద్గుల బతుకమ్మ వేడుకలు



వడ్డేపల్లి పరిధిలోని శ్యామల దుర్గదాస్ (ఎస్.డి.డి.) కాలనీ అభివృద్ధి కమిటీ అధ్యక్షుర్యంలో కాలనీలోని శ్రీ నాగరాజ రాజేశ్వర దేవాలయం ప్రాంగణంలో మహిళా సోదరి మణులంతా ఎంతో ఉత్సాహంగా ఎంగిలి వృష్టలు నద్దల బతుకమ్మ వేడుకలో పాల్గొన్నారు. సాంప్రదాయబద్ధంగా బతుకమ్మను అలంకరించి, పాలులు పాడుతూ, కొలాటాలు ఆడుతూ మహిళల ఆత్మీయంగా ఈ వేడుకను జరుపుకున్నారు. బతుకమ్మ పండుగ ద్వారా మహిళల ఐక్యత, సాంప్రదాయ పరిరక్షణ, సామూహిక శక్తి స్పష్టంగా వ్యక్తమైంది. కాలనీ అభివృద్ధి కమిటీ అధ్యక్షుడు డాక్టర్ నల్లని శ్రీనివాస్ మాట్లాడుతూ “బతుకమ్మ పండుగ ను సంతోషంగా ఆత్మను ప్రతిబింబిస్తే సాంస్కృతిక వేడుక. కాలనీవాసులందరూ సమస్తి సహకారంతో ప్రతి సంవత్సరం ఇలాగే ఘనంగా జరుపుకుంటూ ముందుకు సాగుతాం” అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పోస్ట్మన్ వీర బ్రహ్మచారి, గూడూరు రవీంద్ర రెడ్డి, రొయ్యల రాజ్యం, రాంపల్లి రాజుప్రభు, కొత్తగట్టు శ్రీనివాస్, మారాల్ బాలా గౌడ్, కుమార్ రాజు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాన్ వెజ్ వల్ల ఇన్ని సమస్యలు వస్తాయా?



ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తింటే అనేక అనారోగ్య సమస్యలు వస్తాయి అంటున్నారు నిపుణులు. ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ ఐటెమ్స్ తినే వారిలో ఖచ్చితంగా కొన్ని వ్యాధులు వస్తాయట. ఆహార అలవాట్లు.. శరీర ఆరోగ్యం మీదనే కాకుండా.. మానసిక ఆరోగ్యం మీద కూడా ప్రభావం చూపిస్తుంటాయి. రోజూ ఫాస్ట్ ఫుడ్స్, లేదా మాంసం తినే వారిలో సాధారణంగా డయాబెటీస్, బీపీ, క్యాన్సర్, ఊబకాయం, కొలెస్ట్రాల్ వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అంతేకాదు మతి మరుపు కూడా వచ్చే అవకాశం ఉందట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినే వారిలో వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ ఉంటుంది. ఎలా అనుకుంటున్నారా? ఆస్ట్రేలియాలోని బాండ్ యూనివర్సిటీలో 438 మంది వ్యక్తులపై పరిశోధన చేశారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఆహారపు అలవాట్లు జ్ఞాపకశక్తిపై ఎలా పని చేస్తున్నాయో తెలుసుకున్నారు. ఈ అధ్యయనం 438 మంది కొనసాగితే అందులో 108 మందికి అల్జిమర్స్ వ్యాధి వచ్చినట్లు తేలిందట. దీని ప్రకారం ఎక్కువగా నాన్ వెజ్ తింటే వయసు పెరిగే కొద్దీ మతిమరుపు వస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. అంటే ఇంట్లో మనుషులను కూడా గుర్తించలేని పరిస్థితి కూడా వస్తుందట. ప్రతిరోజూ మాంసం తినేవారిలో అధిక బరువు, పై కొలెస్ట్రాల్, డయాబెటీస్, బీపీ, ఫ్యాటీ లివర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు వచ్చే అవకాశం మరింత ఎక్కువ ఉంటుందట. ఈ సమస్యలు మాత్రమే కాదు ప్రతి రోజూ నాన్ వెజ్ తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు కూడా వస్తాయట. రోజూ పండ్లు, కూరలు, గింజలు తినే వారిలో నరాలకు సంబంధించిన సమస్యలు అనలు కనిపించడం లేదని పరిశోధనలో తేలిందట. మాంసాహారాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే నరాల సమస్యలు వస్తాయి సో స్పష్టం చేయండి. ఎక్కువగా తినకుండా లిమిట్ గా తినడం వల్ల ఈ సమస్యలు నుంచి బయటపడవచ్చు. అతి సర్వతా వర్షయేత్. సో మితంగా తిని ఆరోగ్యంగా ఉండడంని సలహా ఇస్తున్నారు నిపుణులు.

పెరుగు వల్ల ఇన్ని ప్రయోజనాలు ఉంటాయా?

పేగులకు మంచిది: పెరుగు లోని ప్రోబయోటిక్స్ పేగులు బాగా పనిచేయడానికి సహాయపడుతుంటాయి. కడుపు ఉబ్బరాన్ని తగ్గించే శక్తి కూడా ఈ పెరుగుకు ఉంటుంది. మానసిక ఒత్తిడి: పెరుగులోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు, మంచి కొవ్వులు, ప్రోబయోటిక్స్ మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గిస్తాయి. ఒత్తిడిని కలిగించే కార్బినాల్ హార్బోన్ ఉత్పత్తిని పెరుగు తగ్గిస్తుంది. ఈ హార్బోన్ నియంత్రణలో ఉంటే బరువు తగ్గుతుంటారు. జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుదల: జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుకోవాలనుకుంటే ప్రతిరోజూ పెరుగు తినాలి అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని కాల్షియం, విటమిన్ డి జ్ఞాపకశక్తిని పెరుగుతరచడానికి సహాయం చేస్తుంది. చర్మ సంరక్షణ: పెరుగు తినేవారి చర్మం పొడిబారకుండా ఉంటుంది. తేమ వల్ల యువ్వనంగా కనిపిస్తారు కూడా. దురద ఉంటే కూడా పెరుగు తినడం వల్ల ఈ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగులోని జింక్, విటమిన్ సి, కాల్షియం చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంటాయి. ఎముకలు, దంతాల బలం : ఎముకలు, దంతాలను బలోపేతం చేస్తుంది ఈ పెరుగు. బీటికి అవసరమైన ఫాస్ఫరస్, కాల్షియం లు కూడా ఇందులో ఉన్నాయి. దీన్ని ప్రతిరోజూ తినడం వల్ల దంతాలు చాలా స్ట్రాంగ్ గా ఉంటాయి. ఎముకలను కూడా బలోపేతం చేయడం వల్ల కీళ్లనొప్పులు రాకుండా నిరోధించుకోవచ్చు. బిపి %౬౦ షుగర్ నియంత్రణ: పెరుగులోని పోషకాలు సులభంగా జీర్ణం అవడానికి కూడా ఈ పెరుగు ఉపయోగపడుతుంది. దీనిలోని ప్రోటీన్ రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. పెరుగులో ఉండే మెగ్నీషియం అధిక రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. గుండె ఆరోగ్యం: ప్రతిరోజూ పెరుగు తీసుకునే వారికి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు నియంత్రణలో ఉంటాయి అంటున్నారు నిపుణులు. రక్తపోటు నియంత్రణలో ఉంటుంది. దీని వల్ల గుండె కూడా ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. మెదడుకు మంచిది: పెరుగులో ఉండే ప్రోటీన్ మెదడు కణాల పెరుగుదల , నిర్వహణకు సహాయపడుతుంది అంటున్నారు నిపుణులు. పెరుగు, పంచదార రెండింటినీ కలిపి తింటే మెదడుకు మంచిదట. ఎందుకంటే పెరుగుతో పాటు పంచదార తిన్నప్పుడు లభించే గ్లూకోజ్ మెదడు శక్తిని పెంచడానికి మరింత సహాయపడుతుంది. శరీరాన్ని హైడ్రేటెడ్ గా ఉంచుతుంది పెరుగు. ఇందులోని ట్రైరోసిన్ వంటి అమైనో ఆమ్లాలు మెదడులో డోపమైన్, సెరోటోనిన్, సోర్పైన్డ్రైన్ వంటి హార్మోన్లను నియంత్రిస్తాయి.



ఈ నీరు అమృతంతో సమానం!

ప్రస్తుత కాలంలో మారుతున్న ఆహారపు అలవాట్లు, మారుతున్న జీవనశైలి వల్ల శరీరంలో అనేక మార్పులు చోటు చేసుకుంటున్నాయి. వాటిలో ముఖ్యంతో వయసుతో సంబంధం లేకుండా వచ్చే స్థూలకాయం ఒకటి. ఊబకాయాన్ని తగ్గించుకోవడానికి మంచి ఆహారం, వ్యాయామమే మార్గం. అంతేకాకుండా కొన్ని ఇంటి చిట్కాలను పాటించడం వల్ల బరువు తగ్గొచ్చని మన పెద్దలు చెబుతున్నారు. బరువు తగ్గడానికి, ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఈ నీటిని తాగితే.. నిమ్మ, తేనె: ఒక గ్లాసు నీటిలో సగం నిమ్మకాయ, ఒక చెంచా తేనె, చిటికెడు ఎండుమిర్చి వేసి తినాలి. నల్ల మిరియాలలో పైపెరిన్ అనే మూలకం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో కొత్త కొత్త కణాలు పేరుకుపోవడానికి అనుమతించదు. నిమ్మకాయలో ఉండే ఆస్కార్బిక్ యాసిడ్ శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గిస్తుంది. శరీరం నుండి విషపూరిత మూలకాలను తొలగించడంలో సహాయపడుతుంది. సోంపు నీరు: 6-8 సోంపు గింజలను ఒక కప్పు నీటిలో ఐదు నిమిషాలు మరిగించాలి. దీన్ని వడపోసి ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో వేడి వేడిగా తాగాలి. ఇది అధిక ఆకలి సమస్య నుండి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. అంతేకాకుండా తినాలనే కోరికను తగ్గిస్తుంది. ఇది శరీరంలోని మురికిని శుభ్రపరుస్తుంది. మూత్రవిసర్జన, చెమట అధికంగా వచ్చేలా ప్రేరేపిస్తుంది. జీలకర్ర నీరు: జీలకర్ర నీటిని తాగడం వల్ల స్థూలకాయం త్వరగా తగ్గుతుంది. ఇందులో క్యూమినాల్డిహైడ్, థైమోక్వినోన్ వంటి సమృతనాలు ఉన్నాయి. ఇవి యాంటీ ఇన్ఫ్లేమటరీ లక్షణాలను కలిగి ఉంటాయి. ఆర్టరైటిస్ , కీళ్ల నొప్పులు వంటి పరిస్థితులు ఉంటే, చికాకు, వాపును తగ్గించడంలో జీలకర్ర నీరు ప్రభావవంతంగా ఉంటుంది. మెంఠి గింజల నీరు: మెంఠి నీరు తాగడం వల్ల స్థూలకాయం తగ్గడమే కాకుండా మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. రక్తంలో గ్లూకోజ్ స్థాయిని సమతుల్యంగా ఉంచడంలో మెంతులు సహకరిస్తాయి. మెంఠి నీటిని తయారు చేయడానికి, ముందుగా

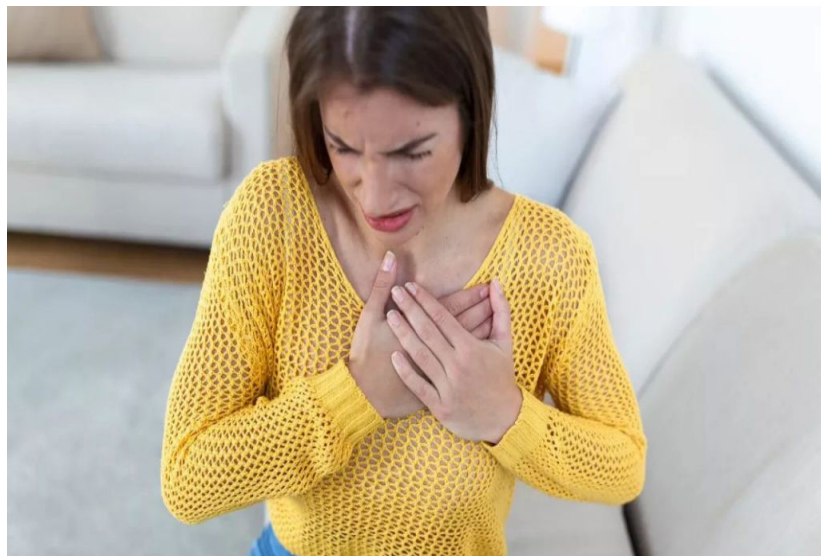
1 టీస్పూన్ మెంఠి గింజలను 1 గ్లాసు నీటిలో రాత్రంతా నానబెట్టండి. దీని తరువాత, ఉదయం నిద్రలేచిన తర్వాత, ఈ నీటిని వడపోసి ఖాళీ కడుపుతో తాగాలి.



గుండెపోటుకు గురికాకూడదనుకునే వారు వీటిని అలవాటు చేసుకోవాల్సిందే

ప్రస్తుత రోజుల్లో గుండెపోటు అనేది సర్వసాధారణమైపోయింది. ఇంతకుముందు ఈ సమస్య పెద్దవారిలో మాత్రమే కనిపించేది. కానీ, ఇప్పుడు యువత కూడా దీని బారిన పడుతున్నారు. ఎవరైనా డ్యాన్స్ చేస్తున్నప్పుడు, లేదా ఏదైనా పనిచేస్తున్నప్పుడు, మోల్లాడుతున్నప్పుడు ఎవరైనా పడిపోయారని మీరు తరచుగా వినే ఉంటారు. అలాంటి వారు కార్డియాక్ ఆరెస్ట్ కారణంగా మరణిస్తారు. వీటన్నింటికీ ప్రధాన కారణం ధమనులలో ఫలకం అడ్డుపడటం. దీని కారణంగా రక్తం గుండెకు చేరదు. శరీరంలో ఆక్సిజన్ కొరత ఉంటుంది. ఈ పరిస్థితిలో గుండెపోటు లేదా గుండె ఆపిపోయే ప్రమాదం పెరుగుతుంది. ఈ పరిస్థితులన్నింటినీ నివారించడానికి, మీ జీవనశైలిలో కొన్ని మార్పులు అవసరం. అందుకోసం ఈ అలవాట్లను అలవాటు చేసుకోండి. కొలెస్ట్రాల్ లేదా ఫలకం ధమనులను అడ్డుకోవడం వల్ల గుండెపోటు లేదా కార్డియాక్ ఆరెస్ట్ సంభవిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ పెరగడానికి అతి పెద్ద కారణం అనారోగ్యకరమైన ఆహారం. ఈ పరిస్థితిలో, మీరు గుండె సంబంధిత సమస్యలను నివారించాలనుకుంటే ఈ రోజు నుండి అనారోగ్యకరమైన ఆహారం లేదా ప్రాసెస్ చేసిన, ప్యాక్ చేసిన ఆహారాన్ని తినడం మానేయండి. వాటికి బదులుగా పచ్చి ఆకు కూరలు, పప్పులు, తృణధాన్యాలు, తాజా పండ్లు, గుడ్లు వంటి తాజా ఇంట్లో తయారు చేసిన ఆహారాన్ని తినండి. ధమనులలో ఫలకం పేరుకుపోకుండా నిరోధించడానికి, మీరు రోజూ వ్యాయామం చేయడం ముఖ్యం. ప్రతిరోజూ కనీసం అరగంట పాటు వ్యాయామం చేయాలి. దీని కోసం ప్రతిరోజూ సైకిల్, ఈత, పరుగు, నడక, శక్తి శిక్షణ చేయండి. ధమనాలను ఊపిరితిత్తులకు మాత్రమే హాని చేస్తుందని అనుకుంటే అది తప్పు. అది గుండెకు కూడా హాని చేస్తుంది. సిగరెట్ పాగ నుండి విడుదలయ్యే రసాయనాలు ధమనులలో పొరను ఏర్పరుస్తాయి. దీని వలన ధమనులు నిరోధించబడతాయి. ఈ రోజుల్లో, ఒత్తిడి అనేది ప్రతి ఒక్కరి జీవితంలో ఒక భాగంగా మారుతోంది. ఇది ధమనులలో వాపును కలిగిస్తుంది. దీని వలన ధమనులు ఉబ్బడం అలాగే నిరోధించబడతాయి. ఒత్తిడి కారణంగా శరీరంలో 1500 రసాయనాలు విడుదలవుతాయని తెలిస్తే మీరు ఆశ్చర్యపోతారు. ఈ పరిస్థితిలో, ఒత్తిడిని

నియంత్రించడానికి ప్రశాంతంగా ఉండండి. కోపం తెచ్చుకోకండి. ప్రతిరోజూ యోగా, ప్రాణాయామం, ధ్యానం చేయండి. మీరు మీ హృదయాన్ని ప్రేమిస్తే మద్యానికి దూరంగా ఉండండి. ఆల్కహాల్ కొలెస్ట్రాల్, రక్తపోటు రెండింటినీ పెంచుతుంది. కాబట్టి, గుండె ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి దాని వినియోగాన్ని నివారించండి. మీ బరువును అదుపులో ఉంచుకోండి. అధిక బరువు కొలెస్ట్రాల్, అధిక రక్తం, అధిక షుగర్ కి అతి పెద్ద కారణంగా పరిగణించబడుతుంది. కాబట్టి దానిని అదుపులో ఉంచండి. దీని కోసం, క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయండి. అలాగే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారం తీసుకోండి.



అలాంటివారు ఈ పండు తినకండి!

జామ పండు.. పేదల ఆపిల్ గా పేరు దక్కించుకున్న జామ పండు అన్ని సీజన్లో విరివిగా లభిస్తుంది. దానిమ్మ పండ్లతో పోల్చుకుంటే ఖర్చు కూడా చాలా తక్కువ. చిన్న పెద్ద అనే తేడా లేకుండా ప్రతి ఒక్కరు కూడా జామ పండును ఎంతో ఇష్టంగా తింటారు. జామపండు పోషకాలకు నిలయం అని చెప్పవచ్చు. ఇకపోతే జామ పండు తినడం వల్ల శరీరానికి ఎన్నో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కూడా లభిస్తాయి.. అయితే కొంతమందికి జామపండు పడదు. కొంతమందికి సైడ్ ఎఫెక్ట్స్ కూడా వస్తాయి. ఇంకొంతమంది ఎన్నో ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటారు. ఇకపోతే ఎలాంటి ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు జామ పండు తినకూడదో ఇప్పుడు చూద్దాం. జామ పండు చలికాలంలో తింటే బోలేరు ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి ఇమ్మ్యూనిటీ వఫర్ ను పెంచుతుంది. జామ పండు తినడం వల్ల రక్తపోటు తగ్గడంతో పాటు గుండె ఆరోగ్యం కూడా మెరుగుపడుతుంది. జామ పండులో ఉండే విటమిన్ ఏ కంటే ఆరోగ్యాన్ని పెంచుతుంది. అలాగే శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ డి కూడా లభిస్తుంది. ఇన్ని పోషకాలు ఉన్న జామ పండు కి కొంత మంది దూరంగా ఉండాలి.అలర్జి సమస్యలతో బాధపడేవారు జామపండు తినకపోవడం మంచిది. అలాగే చర్మవ్యాధులు, శ్వాసకోశ వ్యాధులతో బాధ పడే వారు కూడా జామపండు తినకూడదు. జామ పండు తింటే చర్మం పై దద్దుర్లు, మంట, వాపు వచ్చే అవకాశం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇలాంటి సమస్యలు ఉన్నవారు జామపండుకు దూరంగా ఉండటమే మేలు అని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అలాగే గ్యాస్ట్రిక్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండాలి. జామ పండు జీర్ణం అవ్వడానికి ఎక్కువ సమయం పడుతుంది కాబట్టి జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నవారు కూడా జామ పండుకు దూరంగా ఉండటమే మంచిది.



పడుకునే ముందు వాము నీటిని తాగితే ఇన్ని లాభాలా?



వామును మెత్తటి పొడరగా చేసుకుని నిల్వ చేసుకోవాలి. పంటి నొప్పితో ఇబ్బంది పడుతున్నవారు.. అర టీ స్పూన్ వాము పొడర్, కొద్దిగా అలిప్ ఆయిల్, గోరువెచ్చని నీటితో కలిపి తాగితే, పంటి నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. అంతేకాదు..నోటి దుర్వాసన కూడా దూరమవుతుంది. గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పొడర్ కలిపి తాగడం వల్ల నెలసరి సమయంలో మహిళలు ఎదుర్కొనే తిమ్మిర్లు, కడుపు నొప్పిని దూరం చేస్తుంది. పొత్తి కడుపు తగ్గుతుంది. ఇలా క్రమంగా వాము వాటర్ తాగుతూ ఉంటే.. బరువు కూడా తగ్గుతారు. ఇందుకోసం వాము పొడి లేదంటే, వాముని నేరుగా కూడా తీసుకోవచ్చు. వాములో యాంటీ బాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ లక్షణాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. అందువల్ల శ్వాస కోసం వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. ఒక వేళ జలుబు, దగ్గు, కఫం లాంటి సమస్యలతో బాధపడుతున్న వారు ఈ నీటిని తాగడం వల్ల అవి తగ్గుముఖం పడతాయి. రాత్రి పడుకునే ముందు ఇలా గోరువెచ్చని నీటిలో వాము పొడర్ కలిపి తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు దూరమవుతాయి. సాధారణంగా కడుపు ఉబ్బరం, త్రేస్సులు, జీర్ణ సమస్యల్ని దూరం చేయడంలో ఈ వాము వాటర్ బాగా హెల్ప్ చేస్తాయి. వాముని కప్పుస్తూ నీటిలో వేసి మరిగించి కప్పు అయ్యే వరకూ ఉంచాలి. దీనిని ఫిల్టర్ చేసి రెగ్యులర్ గా తీసుకుంటే బరువు తగ్గుతారు. పిల్లలకు అరుగుదల సరిగ్గా లేకపోయినా, పెద్దలు ఇన్నిస్ లాంటి వాటితో బాధ పడుతున్నా వాము ఔషధంగా పనిచేస్తుంది. వాముతో జీర్ణ సంబంధిత సమస్యలను దూరం చేస్తుంది.