

రెండో వన్డో సిద్ధమైన భారత్
అడిలైడ్ వేదికగా ఆసీస్ తో రెండో వన్డో



07

జనతా

తెలుగు దినపత్రిక

ఇది జనం గొంతుక

సమస్య ఏదైనా జనం కోసం జనతా... ఇదే మా అవ్వకం ప్రజలు, ప్రభుత్వానికి మధ్య వారధి మీడియా ప్రజా సమస్యలను వెలికితీసి... వారి పరిష్కారానికి పునాది వేసింది మీడియా మీ సమస్య ఏదైనా మీ తరువున నిలబడి అటు అధికారులను గానీ, ఇటు రాజకీయ నాయకులను గానీ నిలదీస్తూ, విజ్ఞాని, విగ్నే తలుపుంది జనతా... రండి... మీ కలాన్ని కదపండి... మీ గళాన్ని వినిపించండి... లండన్ కలిసిపోతూ... "జనతా"తో కలిసి ప్రజా సమస్యలపై పోరాడుదాం!! మొత్తాని దిక్కుతో విని చేద్దాం... శగ్ధేరే!! జనం కోసం "జనతా"...

బెత్తాపాడు... సంప్రదించాల్సి మొబైల్ నంబర్.. 7989867251 - ఎడిటర్

23.10.2025
గురువారం Thursday

సంపుటి (Volume): 10
సంచిక (Issue): 183

పేజీలు : 8
Pages : 8

వెల : 2 Published from : Karimnagar

రెండేళ్లలో ఉస్మానియా ఆస్పత్రి పూర్తి

ఆధునిక పద్ధతుల్లో అవసరాల మేరకు నిర్మాణాలు
ఆస్పత్రికి అసవరమైన వైద్య పరికరాలు సిద్ధం చేయాలి
ప్రజలకు ఇబ్బంది లేకుండా సమన్వయంతో ముందుకు సాగాలి
అధికారులతో సమీక్షలో సీఎం రేవంత్ స్పష్టమైన ఆదేశాలు



జనతా న్యూస్, హైదరాబాద్ : గోషామహల్ వద్ద చేపట్టిన ఉస్మానియా నూతన ఆసుపత్రి నిర్మాణం రెండేళ్లలో పూర్తి చేయాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అధికారులను ఆదేశించారు. ఉస్మానియా నూతన ఆసుపత్రి భవన నిర్మాణ పనుల పురోగతిపై సీఎం సమీక్షించారు. నూతన ఆసుపత్రి అవసరాలకు తగినట్లు అధునాతన వైద్య పరికరాలను సమకూర్చుకోవడానికి ప్రణాళికలు సిద్ధం చేయాలని అధికారులను ఆదేశించారు. అధునాతన పరికరాల ఏర్పాటుకు తగినట్లు గదులు, ల్యాబ్లు, ఇతర నిర్మాణాలు ఉండాలని ఇంజనీరింగ్ అధికారులకు సీఎం సూచించారు. ఆసుపత్రి నిర్మాణ పనులతో పాటు స్థానికులకు ఇబ్బంది లేకుండా చుట్టూ రోడ్ల నిర్మాణం చేపట్టాలన్నారు.

మిగతా 2 లో

నేడు తెలంగాణ కేబినెట్ భేటీ



బీసీ రిజర్వేషన్లు... స్థానిక ఎన్నికలపై చర్చ
కీలక నిర్ణయాలు తీసుకునే అవకాశం
తెలంగాణ మంత్రి పదం సీఎం అభ్యుత్తరణ గురువారం సచివాలయంలో మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు సమావేశం కానుంది. ఈ సమావేశంలో బీసీ రిజర్వేషన్లపై హైకోర్టు మధ్యంతర ఉత్తర్వులు, సుప్రీం కోర్టు తీర్పు నేపథ్యంలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలతో పాటు భవిష్యత్ కార్యాచరణపై కేబినెట్ చర్చించనుంది.

03

తెలంగాణలో వాహన
దారులకు ఊరట
కల్పిస్తూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం
కీలక నిర్ణయం
తీసుకుంది.
రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఉన్న
అన్ని రవాణా శాఖ
చెక్ పోస్టులను
తక్షణమే ఎత్తివేయాలని
ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి
ఆదేశాలు జారీ చేశారు.
సీఎం ఆదేశాల మేరకు
రవాణా శాఖ ఈ
నిర్ణయాన్ని వెంటనే
అమలు చేస్తూ అధికారిక
ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది.



ఆర్టీఐ చెక్ పోస్టుల ఎత్తివేత

- సీఎం ఆదేశాలతో తక్షణ చర్యలు
- ఆగమేఘాలమీద రవాణా శాఖ నిర్ణయం
- నంబర్ ప్లేట్ రికగ్నెషన్ అమలు

జనతా న్యూస్, హైదరాబాద్ : తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని అన్ని రహదారులపై ఉన్న రవాణా చెక్ పోస్టులను వెంటనే ఎత్తివేయాలని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నంచలని ఆదేశాలిచ్చారు. దీంతో తక్షణమే ఈ నిర్ణయాన్ని అమలు చేస్తున్నట్లు రవాణా శాఖ ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. సా యంత్రం 5 గంటల్లోగా మూసివేతపై పూర్తి నివేదికను ఇవ్వాలని సంబంధిత అధికారులను ముఖ్యమంత్రి ఆదేశించారు.

సీఎం రేవంత్ ఆదేశాలతో తక్షణమే చెక్ పోస్టుల కార్యకలాపాలు నిలిపివేయాలని ట్రాన్స్ పోర్ట్ కమిషనర్ ఆకస్మిక, తక్షణ ఆదేశాలు జారీ చేశారు. చెక్ పోస్టుల వద్ద ఉన్న సిబ్బందిని వెంటనే వేరే బాధ్యతల్లో వినియోగించు కోవాలని ఉత్తర్వులు ఇచ్చారు. రహదారులపై వాహనాల రాకపోకలకు ఎలాంటి అడ్డంకులు లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని, చెక్ పోస్టుల వద్ద

మిగతా 2 లో



03

గాలి మాటలతో ఎంతకాలం మోసం

- మాటలు ఘనం.. ఆచరణలో శూన్యం
- మాజీమంత్రి హరీష్ రావు విమర్శలు

బాలిక కిడ్నాప్, అత్యాచారం

నిందితుడికి 32 పండ్ల జైలు
నల్లగొండ పోక్సో కోర్టు
సంచలన తీర్పు
వివరాలు 2వ పేజీలో



బకాయిలు అడిగితే బ్లాక్ మెయిల్ చేసినట్టా?

బ్లాక్ మెయిల్ చేస్తే చూస్తూ ఉరుకుంటామా?
బిల్లులు చెల్లించలేని స్థితిలో కాంగ్రెస్ సర్కారు
కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ పైర్

03



03

మాగంటి సునీత
నామినేషన్
సక్రమమే

తిరస్కరించాలన్న అభ్యర్థనను
తోసిపుచ్చిన కోసి



రాజన్న దర్శనాలు
నిలిపివేత

ఆలయ అధికారులపై
భక్తులు ఆగ్రహం
దూరప్రాంతాల నుంచి
వచ్చామని విన్నపం

03



02

సకాలంలో మేడారం
మహాజాతర ఏర్పాట్లు

అధికారులతో సమీక్షించిన గిరిజన శాఖ కార్యదర్శి

సృష్టి కేసులో
ఈడీ దూకుడు

■ చైల్డ్ ట్రాఫికింగ్, మనీలాండరింగ్
పై చంచల్ గూడ జైలులో
నిందితులతో విచారణ

02



02

బంగళాఖాతంలో
అల్పపీడనం

నాలుగు రోజుల పాటు
తేలికపాటి నుంచి భారీ వర్షాలు
పైరుతి బంగళాఖాతంలో బుధవారం
అల్పపీడనం వర్షిసింది. పశ్చిమ వాయువ్య
దిశగా కదులుతూ గురువారం మధ్యాహ్నం
నాటికి ఉత్తర తమిళనాడు, దక్షిణ
ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరాల్కు ఆనుకొని ఉన్న
నైరుతి, పశ్చిమ మధ్య బంగళాఖాతంలో
వాయుగుండంగా మారుతుందని
వాతావరణశాఖ పేర్కొంది.



సకాలంలో మేడారం జాతర ఏర్పాట్లు

అధికారులతో సమీక్షించిన గిరిజన శాఖ కార్యదర్శి

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: మేడారం మహాజాతర ఏర్పాట్లపై సచివాలయంలో గిరిజన సంక్షేమ శాఖ ప్రత్యేక ప్రధాన కార్యదర్శి సబ్బసాచి ఘోష్ సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. మేడారం జాతరకి గిరిజన సంక్షేమ శాఖ రూ. 150.00 కోట్లు మంజూరు చేయగా అందులో రూ. 90.00 కోట్లు సివిల్ వర్క్కు కు, రూ. 60.00 నాన్ సివిల్ వర్క్కు కు ఉద్దేశించారు. ఈ సమావేశంలో సివిల్ వర్క్కు స్టేటస్, నాన్ సివిల్ వర్క్కు యాక్షన్ ఎ+-లాన్ మీద సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా శ్రీ సబ్బసాచి ఘోష్ ములుగు జిల్లా కలెక్టర్ శ్రీ దివాకర్ గారితో కలిసి మాట్లాడుతూ మేడారం జాతర ఏర్పాట్లను మొత్తం 8 జోన్లు, 31 సెక్టార్లుగా విభజించినట్లు తెలిపారు. జోన్?3 జంపన్న వాగు ప్రాంతంగా నిర్ణయించబడింది. జాతర సమయంలో 10 నుండి 12 వేలమంది పోలీసు సిబ్బంది విభిన్న పోలీసానున్నారు. ప్రతి జోన్కు ఒక జోన్‌ల్ ఆఫీసర్లు నియమించనున్నారు.24 శాశ్వత టవర్స్, 20 సెల్-ఆన్-వీల్స్, 350 వై-ఫై పాయింట్లు ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు వివరించారు.కోర్ రూట్లు మరియు పార్కింగ్ ప్రదేశాలను గుర్తించారు. మొత్తం 49 పార్కింగ్ ప్రదేశాలు (1050 ఎకరాలు) గుర్తించబడి, దాదాపు 4.5 నుండి 6 లక్షల వాహనాలు నిలిపే సదుపాయం కల్పించబడుతుంది. ఏర్పాట్లు సనంబర్ 30 నాటికి పూర్తవుతాయని తెలిపారు. అటవీ శాఖ ఆధ్వర్యంలో కచ్చా నుండి డబుల్ లేన్ రూపంలో అభివృద్ధి చేస్తున్నారు. వీటిలో భాగంగా వైల్డ్‌ఫై శాంక్యురరీలోని రహదారులు కూడా చేర్చబడ్డాయి. ఆర్/బీ శాఖ ద్వారా 42 కోట్లతో ఆలయం చుట్టూ రహదారులు, మరియు 92 కోట్లతో ప్రధాన రహదారులు నిర్మించబడుతున్నాయి. జాతర సమయానికి ముందు, మధ్య మరియు తరువాత ఏర్పాట్లను పర్యవేక్షించేందుకు ప్రత్యేక జాతర సందర్శనలు చేపట్టనున్నట్లు తెలిపారు. జంపన్న వాగు వద్ద తాత్కాలిక రహదారి కూలిపోయిన కారణంగా మరమ్మత్తు పనులు వేగంగా జరుగుతున్నాయి. 517 బోరుపాయింట్లు/నీటి వనరులు, 250 కిలోమీటర్ల రహదారులపై లైటింగ్ పనులు జరుగుతున్నాయి. స్టానికల సహకారంతో 6 స్టాలెస్ సెంటర్లు ఏర్పాటు చేయబడ్డాయి. జంపన్న వాగు పునరుద్ధరణ పనులు సాగిస్తున్నట్లు ఇరిగేషన్ శాఖ అధికారులు తెలిపారు. 9,111 విద్యుత్ స్తంభాలు, 259 ట్రాన్స్మార్లర్లు అమర్చే పనులు విద్యుత్ శాఖ చేపట్టింది. జాతర ప్రాంతమంతా ఎండోవైంట్స్ శాఖ ఆధ్వర్యంలో ప్రకాశ ఏర్పాట్లు (ఇల్యూమినేషన్) చేయనున్నారు. అన్ని శాఖలు సమన్వయంతో పనిచేసి, ప్రపంచ ప్రసిద్ధి గాంచిన మేడారం సమృత్?సారలమ్మ జాతర విజయవంతంగా జరిగేలా ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయాలని శ్రీ సబ్బసాచి ఘోష్ ఆదేశించారు. మావేశంలో లా అండ్ ఆర్డర్ అడిషనల్ డీజీపీ మహేష్ భగత్, ములుగు, వరంగల్, హనుమకొండ జిల్లాల కలెక్టర్లు, ములుగు ఎస్పీ, ఇతర సంబంధిత శాఖల ఉన్నతాధికారులు పాల్గొన్నారు.

సృష్టి కేసులో ఈడీ దూకుడు



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: రాష్ట్రంలో ఒక్కసారిగా సంఘటన రేకెత్తించిన సృష్టి ఫెర్టిలిటీ కేసుల్లో ఈడీ అధికారులు స్పీడ్ పెంచారు. ఇప్పటికే చంచల్‌గూడ మహిళా జైల్లో రిమాండ్‌లో ఉన్న నిందితులు డాక్టర్ నర్రత, కల్యాణి, సంతోష్, నందినిని ఈడీ అధికారులు విచారిస్తున్నారు. అలాగే ఈ కేసులో ప్రధాన నిందితురం పోలీసులను ఆశ్రయించి.. సృష్టి ఫెర్టిలిటీ ఆసుపత్రి వైద్యురాలి డాక్టర్ సమత్రపై ఫిర్యాదు చేశారు. ఈ కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు ప్రారంభించిన పోలీసులకు సృష్టి ఫెర్టిలిటీ ఆసుపత్రి చేస్తున్న మోసాలు ఒక్కొక్కటిగా వెలుగులోకి వచ్చాయి. వారి వద్ద నుంచి రూ. 20 నుంచి 40 లక్షల వరకు నగదును డాక్టర్ సమత్రా వసూలు చేసినట్లు గుర్తించారు. ఇక అభార్షన్ కోసం వచ్చే మహిళలకు నగదు ఆశ చూపి.. వారి వద్ద నుంచి సైతం పిల్లలను కాసుగోలు చేసినట్లు సమాచారం. మొత్తం 86 మంది పిల్లలను విక్రయించడం ద్వారా.. రూ. 50 కోట్ల నగదు డాక్టర్ సమత్రా సంపాదించినట్లు తెలుస్తుంది. ఈ మొత్తం నగదును హావాలా రూపంలో సేకరించింది. వీటితో భారీగా ఆస్తులు కొనుగోలు చేయడమే కాకుండా.. విదేశాలకు సైతం పెద్ద ఎత్తున హావాలా రూపంలో నగదు పంపినట్లు ఈడీ అధికారులు గుర్తించారు.ఆ క్రమంలో పెద్ద మొత్తంలో నగదు చేతులు మారినట్లు వ్యవహారం బహిష్కరించింది. దీంతో ఎన్‌ఐఏ/సెంట్ అధికారులు రంగంలోకి దిగారు. హైదరాబాద్‌లో ఐదు చోట్ల, విజయవాడ, విశాఖపట్నంలో రెండు చోట్ల సోదాలు చేపట్టారు. ఈ సందర్భంగా పలు బ్యాంక్ ఆకౌంట్లతో పాటు సృష్టి రికార్డులను సైతం స్వాధీనం చేసుకున్నారు. పిల్లలు లేని జంటలను లక్ష్యంగా చేసుకుని డాక్టర్ సమత్రా వ్యవహారాలు నడిపినట్లు ఈడీ అధికారులు గుర్తించారు.

బాలిక కిడ్నాప్, అత్యాచారం కేసులో 32 ఏళ్ల జైలు

నల్లగొండ, అక్టోబర్ 22: పోక్స్ కోర్టు సంచలన తీర్పునిచ్చింది. మైనర్‌పై అత్యాచారం కేసులో దోషికి 32యేళ్ల జైలు శిక్ష విధించింది. శిక్షతోపాటు 75వేల రూపాయల జరిమానా విధిస్తూ పోక్స్ కోర్టు ఇంఛార్జ్ జడ్జి రోజారమణి తీర్పును వెలువరించింది. 2022 లో నల్లగొండ టూటాన్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని జరిగిన బాలిక కిడ్నాప్, అత్యాచారం కేసులో ఈతీర్పునిచ్చింది. వివరాలికి వెళితే.. 2022 సెప్టెంబర్ 20న నార్కట్‌పల్లి మండలం ఎల్లారెడ్డిగూడెం కు చెందిన బాలిక నల్లగొండ టూటాన్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో కిడ్నాప్‌నకు గురైంది. పోలీసుల విచారణలో పానగల్ కు చెందిన గురిజాలా చందు ఎత్తుకెళ్లి అత్యాచారానికి పాల్పడ్డారు. దీంతో చందుపై అదే రోజు నల్లగొండ టూ టౌన్ పీఎస్ లో బాధితురాలు ఫిర్యాదు మేరకు కేసు నమోదు చేశారు పోలీసులు. దఫాలుగా కేసు విచారణ చేపట్టిన నల్లగొండ జిల్లా పోక్స్ కోర్టు. తుది తీర్పును బుధవారం వెలువరించింది. సాక్షులు విన్న తర్వాత తుది తీర్పు వెల్లడించిన న్యాయమూర్తి రోజారమణి.. నిందితుడు చందూసు దోషిగా తేల్చింది.. అతనికి 32ఏళ్ల కారాగార శిక్ష విధించింది. 75వేల రూపాయల జరిమానా తోపాటు బాధితురాలికి రూ. 10 లక్షల పరిహారం ఇవ్వాలని తీర్పునిచ్చింది.

తెలంగాణ రవాణా చెక్ పోస్టుల ఎత్తివేత

మొదటి పేజీ తరువాయి

బోర్డులు, బ్యారికేడ్లు, తొలగించాలని డిమాండ్‌లకు నూచించారు. అలాగే చెక్ పోస్టుల వద్ద ఉన్న రికార్డులు, పరికరాలు, ఫర్నిచర్‌ను డిమాండ్ కార్యాలయాలకు తరలించాలని ఆదేశించారు. అన్ని ఆర్థిక, పరిపాలనా రికార్డులను సరిహద్దు భద్రపరచాలని హాకుం జారీ చేశారు. అక్రమ రవాణాను అడ్డుకునేందుకు ఏర్పాటు చేసిన రవాణాశాఖ చెక్‌పోస్టుల్లో అవినీతి రవాణా అవుతోంది. కొందరు అధికారులు ప్రైవేటు సిబ్బందిని పెట్టుకుని యథేచ్ఛగా అక్రమ వసూళ్లు కొనసాగిస్తున్నారు. రాష్ట్రంలోని రవాణాశాఖ చెక్‌పోస్టులను రద్దు చేస్తూ జులై ఆఖరి వారంలోనే రాష్ట్ర మంత్రివర్గం కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. నెలరోజులు ఆలస్యంగా జీఓ జారీ అయ్యింది. ఉత్తర్వులు వచ్చి దాదాపు రెండు నెలలు గడుస్తున్నా చెక్‌పోస్టులను ఇంకా తొలగించలేదు. జీఎస్టీ అమల్లోకి వచ్చాక చెక్‌పోస్టుల అవసరం దాదాపుగా తగ్గింది. కేంద్రం సూచనల మేరకు దేశంలోని అనేక రాష్ట్రాలనుపత్నంగాల క్రితమే చెక్‌పోస్టులను రద్దు చేశాయి. కానీ తెలంగాణలో కొనసాగుతున్నాయి. ఏడాదిన్నర క్రితమే తెలంగాణలో చెక్‌పోస్టుల రద్దుకు రవాణాశాఖ నిర్ణయం తీసుకున్నా.. కొందరు అధికారుల బలమైన ఒత్తిళ్ల కారణంగా ఇన్నాకు ఆ నిర్ణయం వాయిదా పడుతూ వచ్చింది. ఎట్టకేలకు



రెండు నెలల క్రితం జీఓ జారీ అయినా అవినీతి అధికారుల తీరు మారలేదు. ఈ నేపథ్యంలో రాష్ట్రంలోని అన్ని చెక్‌పోస్టులు రద్దు చేయాలని రవాణాశాఖ కమిషనర్ ఆదేశాలు జారీ చేశారు. చెక్ పోస్టులను ఎత్తివేసిన ప్రభుత్వం వాటి సానంలో ఆటోమేటిక్ నంబర్ ప్లేట్ రికార్డిజేషన్ (ఏఎస్పీఆర్) అనే అడ్వాన్స్ టెక్నాలజీని అందుబాటులోకి తీసుకురానుంది. ఈ అడ్వాన్స్?డ్ కెమెరా సిస్టమ్ హైదరాబాద్‌లోని ఖైరతాబాద్ లో ఉన్న ప్రధాన రవాణా శాఖ ఆఫీస్‌కు అనుసంధానమై ఉంటుంది. దీంతో రవాణా శాఖలో పారదర్శకత సృష్టంగా కనిపించనున్నది. అయితే, ప్రస్తుతం ద్యూటీ చేస్తున్న సిబ్బందికి కొత్త బాధ్యతలు అప్పగించనున్నారు. ఏ వెహికల్ అయినా కెమెరా కండ్లగప్పి ఇతర మార్గాల

ద్వారా రాష్ట్రంలోకి వస్తే.. వాటిని జాతీయ రహదారులపై అడ్డుకొని చర్యలు తీసుకునేందుకు వీలుగా మొబైల్ స్టాన్డ్ లను కూడా రంగంలోకి దింపనున్నారు. ఈ వ్యవస్థపై ముందుగా గూడ్స్ ట్రాన్స్?పోర్ట్ చేసే వాహన యజమానుల అసోషియేషన్ కు ఆర్డీఏ అధికారులు అవగాహన కల్పించ నున్నారు. ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి వచ్చే వ్యాసింజర్ వెహికల్స్‌తో పాటు సరకు రవాణా వాహనాల పరీక్షలు, మిగిలిన అనుమతులన్నీ ముందే ఆన్ లైన్ లో పొందేలా రాష్ట్ర రవాణా శాఖ అధికారులు తగిన చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి అనుమతుల్లేకుండా లేదా నిబంధనలు ఉల్లంఘించి రాష్ట్రంలోకి ప్రవేశిస్తే వెంటనే గుర్తించి చర్యలు తీసుకునేలా ప్రణాళికలు సిద్ధం చేస్తున్నారు.ఇప్పటి వరకు 15 చెక్ పోస్టుల అంతర్రాష్ట్ర చెక్ పోస్టుల దగ్గర విధుల్లో ఉన్న సుమారు 70 మంది ఎంపీబిలు, ఏఎంపీబిలు, ఇతర సిబ్బందిని ప్రస్తుతం రవాణా శాఖలో ఖాళీగా ఉన్న పోస్టుల్లో నియమించనున్నారు. జీఎస్టీ విధానం అమల్లోకి వచ్చిన తర్వాత జాతీయ రహదారులపై రవాణా సమస్యలు లేకుండా, సాఫీగా ప్రయాణం జరిగేందుకు వీలుగా చెక్ పోస్టులను ఎత్తివేయాలని గతంలోనే కేంద్రం ఆయా రాష్ట్రాలను ఆదేశించింది.

రాడీషీటర్ వేధింపులతో యువతి ఆత్మహత్య

ఖమ్మం, అక్టోబర్ 22: తన కోరిక తీర్చాలని కొంత కాలంగా వెంటపడటమే కాకుండా.. రెచ్చిపోయి బలవంతం చేయబోవడంతో మనస్తాపం చెందిన ఆమె ఆత్మహత్యకు పాల్పడింది. వివరాలికి వెళ్తే.. ఖమ్మం జిల్లా రఘునాథపాలెం మండలం వి.వెంకటాయపాలెం పంచాయతీ జగ్గూతండాకు చెందిన బోడ సుశీల(28)పై ఆమె ఇంటి ఎదురుగా ఉండే రాడీ షీటర్ ధరావత్ వినయ్ కొంతకాలంగా కన్నేశాడు. ఆమెను తరచూ వేధింపులకు గురిచేసేవాడు. ఈ క్రమంలో పత్తి తీసేందుకు సుశీల మరో మహిళతో కలిసి సోమవారం నాడు కొణిజిర్ల మండలం అమ్మపాలెం వెళ్లింది. అక్కడ సుశీలను గమనించిన రాడీషీటర్ ధరావత్ వినయ్ ఆమె దగ్గరకు వెళ్లాడు. తన కోరిక తీర్చాలని వేధింపులకు దిగాడు. సుశీల ప్రతిఘటించడంతో ఆమెపై దాడికి పాల్పడి అక్కడి నుంచి వెళ్లిపోయాడు. దీంతో మనస్తాపం చెందిన సుశీల ఇంటికి వచ్చిన తర్వాత ఉదేసించింది. వినయ్ వేధింపుల వల్లే తన భార్య ఆత్మహత్య చేసుకుందని సుశీల భర్త శివకుమార్ పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశారు. ఇదిలా ఉంటే సుశీల మృతిపై ఆమె బంధువులు అనుమానం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సుశీల ఒంటిపై గాయాలు ఉన్నాయని, శవపరీక్షలో వాటిని పరిగణనలోకి తీసుకోలేదని, ఉదేసించుకుని మరణించిందని మాత్రమే వైద్యులు చెబుతున్నారని ఆరోపించారు. ఈ కేసును పక్కదారి పట్టిస్తున్నారని ఆందోళనకు దిగారు.



రెండేళ్లలో ఉస్మానియా ఆస్పత్రి పూర్తి

మొదటి పేజీ తరువాయి

నిర్మాణ పనులు వేగవంతం చేయడానికి వైద్యారోగ్య శాఖ, పోలీసు, జీహెచ్‌ఎంసీ, ఆర్‌ఆండ్‌బీ, విద్యుత్ శాఖ అధికారులతో సమన్వయ కమిటీని ఏర్పాటు చేయాలని సీఎం ఆదేశించారు. ఈ కమిటీ క్షేత్ర స్థాయిలో పర్యటిస్తూ పది రోజులకోసారి సమావేశమై ఏవైనా సమస్యలుంటే పరిష్కరించుకుంటూ పనులు వేగంగా జరిగేలా చూడాలని ఆదేశించారు. పనుల వేగవంతానికి సమన్వయ కమిటీ ఏర్పాటు చేయాలన్నారు. రానున్న పంచేళ్ల అవసరాలకు, తగిన సదుపాయాలతో కొత్త ఉస్మానియా ఆసుపత్రి ఉండాలని.. ఆధునిక వైద్య పరికరాలతో అత్యాధునిక సదుపాయాలు కల్పించాలని వెల్లడించారు. ప్రతి 15 రోజులకు ఒకసారి నిర్మాణ సమీక్ష చేయాలని అధికారులకు సూచ

నలు చేశారు. స్టానికలకు ఇబ్బంది లేకుండా రోడ్ల నిర్మాణం చేపట్టాలని ఆదేశాలు జారీ చేశారు. హైదరాబాద్‌తో పాటు జిల్లాల్లోనూ ఆసుపత్రుల పనుల పర్యవేక్షణకు అధికారుల నియామకం జరిగిందన్నారు. వచ్చే జూన్ నాటికి అన్ని మెడికల్ కళాశాలలు, ఆసుపత్రుల పనులు పూర్తి చేయాలని ఆదేశించారు. అలాగే ట్రాఫిక్, భద్రతా ప్రణాళికలను ముందుగానే సిద్ధం చేయాలని పోలీసులకు ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి సూచించారు. ఈ సమావేశానికి సీఎం ప్రిన్సిపల్ సెక్రటరీలు శ్రీనివాసరాజు, శేషాద్రి, సెక్రటరీ మాణిక్ రాజ్, హెల్త్ సెక్రటరీ క్రిస్టినా, ఆర్‌ఆండ్‌బీ సెన్సల్ సీఎస్ వికాస్ రాజ్, ఎంపి అండ్ యూడీ సెక్రటరీ ఇలంబర్తి, డీజీపీ శివధర్ రెడ్డి, హైదరాబాద్ కలెక్టర్ హరిచందన, ఉన్నతాధికారులు హాజరయ్యారు.

మూసారాంబాగ్ పాత వంతెన కూల్చివేత

వాహనరాకపోకలకు సురక్షితం కాదని నిర్ణయం

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: నైరుతి బంగాళాఖాతంలో బుధవారం అల్పపీడనం ఏర్పడింది. పశ్చిమ వాయువ్య దిశగా కదులుతూ గురువారం మధ్యాహ్నం నాటికి ఉత్తర తమిళనాడు, దక్షిణ ఆంధ్రప్రదేశ్ తీరాలకు ఆసుకొని ఉన్న నైరుతి, పశ్చిమ మధ్య బంగాళాఖాతంలో వాయుగుండంగా మారుతుందని వాతావరణశాఖ పేర్కొంది. ఆ తర్వాత పశ్చిమ-వాయువ్య దిశగా ఉత్తర తమిళనాడు, పుదుచ్చేరి, దక్షిణ కోస్తాంధ్ర వైపు కదులుతూ రాబోయే 24గంటల్లో మరింత బలపడే అవకాశాలున్నాయని తెలిపింది. ఈ క్రమంలో తెలంగాణలో నాలుగు రోజుల పాటు తేలికపాటి నుంచి భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని హైదరాబాద్ వాతావరణ కేంద్రం హెచ్చరించింది. బుధవారం ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, వరంగల్, హన్మకొండ, జనగాం, సిద్దిపేట, భువనగిరి, రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్, మేడ్చల్ మల్లాజ్‌గిరి, వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ వర్షాలు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. శుక్రవారం వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మెదక్, కామారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని అంచనా వేసింది. నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, వరంగల్, హన్మకొండ, జనగాం, సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి, రంగారెడ్డి,



హైదరాబాద్, మేడ్చల్ మల్లాజ్‌గిరి, వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మెదక్, కామారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ వర్షాలు తేలికపాటి నుంచి మోస్తరు వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని తెలిపింది. శుక్రవారం వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మెదక్, కామారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని అంచనా వేసింది. నల్గొండ, సూర్యాపేట,

వాహనదారులు ప్రత్యామ్నాయంగా గోల్కాక్ బ్రిడ్జిపై నుంచి వెళ్లవలెను. ప్రస్తుతం నిర్మాణంలో ఉన్న కొత్త బ్రిడ్జి పనులను కూడా వేగవంతంగా పూర్తి చేయాలని అధికారులకు ఇప్పటికే కమిషనర్ ఆర్డీ కర్ణ ఆదేశించారు. వచ్చే ఏడాది మార్చిలోపు కొత్త బ్రిడ్జి నిర్మాణం పూర్తి చేయాలని, అప్పటివరకు రాకపోకలు పూర్తిగా నిలిచేవేయాలని నిర్ణయించారు. మొన్నటి వరదలతో ఈ పనులను వెంటనే పూర్తి చేయాలని టా+గ్రంట్‌పేట్టుకున్నారు. ఇప్పుడు ఈ పనులు పూర్తయితే వరదలు వచ్చిన సమయంలో వాహనదారులకు ఇబ్బందులు ఉండవని అధికారులు చెప్తున్నారు.

తెలంగాణలో నాలుగు రోజుల పాటు తేలికపాటి నుంచి భారీ వర్షాలు

మహబూబాబాద్, వరంగల్, హన్మకొండ, జనగాం, సిద్దిపేట, రంగారెడ్డి, మేడ్చల్, వికారాబాద్, నాగర్ కర్నూల్, నారాయణపేట జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ మోస్తరు వర్షాలు పడే సూచనలున్నాయని చెప్పింది. శనివారం వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, జోగులాంబ గద్వాల జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ భారీ వర్షాలు కురిసే అవకాశం ఉందని చెప్పింది. భూపాలపల్లి, ములుగు, కొత్తగూడెం, ఖమ్మం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, వరంగల్, హన్మకొండ, జనగాం, సిద్దిపేట, యాదాద్రి భువనగిరి, రంగారెడ్డి, హైదరాబాద్, మేడ్చల్ మల్లాజ్‌గిరి, వికారాబాద్, సంగారెడ్డి, మెదక్, మహబూబ్‌నగర్, నాగర్ కర్నూల్, వనపర్తి, నారాయణపేట, గద్వాల జిల్లాల్లో ఈదురుగాలులు, ఉరుములు, మెరుపులతో కూడిన వానలు పడే అవకాశం ఉందని చెప్పింది. ఆదివారం ఆదిలాబాద్, అసిఫాబాద్, మంచిర్యాల, నిర్మల్, నిజామాబాద్, జగిత్యాల, రాజన్న సిరిసిల్ల, కరీంనగర్, పెద్దపల్లి, భూపాలపల్లి, ములుగు, కొత్తగూడెం, నల్గొండ, సూర్యాపేట, మహబూబాబాద్, హన్మకొండ జిల్లాల్లో అక్కడక్కడ భారీ వర్షాలు కురిసే ఛాన్స్ ఉందని చెప్పింది. ఈ మేరకు వాతావరణశాఖ ఆయా జిల్లాలకు ఎల్దో అలెర్ట్ జారీ చేసింది.

పామిని కూడా కాలరాస్తారా? పదేపదే ఇచ్చిన మాటను తప్పే వాళ్లను ఏమనాలి? బీహార్ ఎన్నికలకు పైసలు ఇక్కడి నుండే పంపుతున్నారు కదా? విద్యార్థుల భవిష్యత్తు కోసం బకాయలు చెల్లించలేరా? ఈసారి తక్షణమే బకాయలు మొత్తం చెల్లించాల్సిందే.. తనవిప్లవంలో తీవ్ర పరిణామాల తీవ్రస్థు.. అల్లూరా పాచ్చరించారు. విద్యార్థులు, యాజమాన్యాలతో కలిసి మంత్రులను రోడ్డు తిరగేయమని వార్షిగ్ ఇచ్చారు. యాజమాన్యాలూ.... ప్రభుత్వానికీ భయపడి నమ్మే విరమిస్తే అంతే సంగతులు.. భవిష్యత్తులో ఏవేరూ అండగా నిలబడే పరిస్థితి ఉండదని స్పష్టం చేశారు. ఆరోగ్యశాల నిలకలు పైనా రోడ్లకప్పులం తథ్యమని వెల్లడించారు. మంత్రులు ప్రతి పనికి కలిపవస్తూ పూలూ చేస్తున్నారు ఆరోపించారు. ఆ సామ్యును కాంగ్రెస్ హైకమాండేకు కప్పం కడుతున్నారంటూ బండి సంజయ్ తీవ్రస్థాయిలో ధ్వజమెత్తారు. కాగా.. ఈరోజు ఉదయం హైదరాబాద్లోని నల్లకులం శంకర్ మర్చిస్ చేరుకున్నారు. బండి సంజయ్.. అయిదుంటే ప్రత్యేక పూజలు చేశాడు. అది సంగతం [జులగిరి] పీఠాధిపతి శ్రీశ్రీకి విరుక్తిభ భారతి సామె మ ఆశీస్సులను కేంద్రమంత్రి అందుకున్నారు.

మానం చేయడం ఆనెతికమని పేర్కొన్నారు. రిటైర్మెంట్ బెనిఫిట్స్ కోసం నెలలుగా ఎదురుచూస్తున్న ఉద్యోగులు.. ఉపాధ్యాయుల ఆవేదన వింటే మనస్సు చెలిచిపోతుందని అన్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లోని విజ్ఞాన ఉపాధ్యాయులు, ఉద్యోగులకు పెండింగ్ బిల్లులు వెంటనే చెల్లించాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. న్యూజెర్ర 9 నెలల పెండింగ్ వేతనాలు కూడా తక్షణమే విడుదల చేయాలని ఆయన ప్రభుత్వానికి ఆవహ్నించారు. ఈ సరిస్థితి ద్వారా నల్గొండ హక్కుల మార్పుల మూడుజూలంతో విగిలిపోకుండా, ఉద్యోగం చేసుకుంటూ గౌరవించాల్సిన అవసరం ఉందని హరిష్ రావు స్పష్టం చేశారు.

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: జూబ్లీహిల్స్ అసెంబ్లీ ఉపఎన్నిక నేపథ్యంలో రాజకీయ చర్యలు వేడక్కాయి. ఈ క్రమంలో తెలంగాణ ప్రదేశ్ కాంగ్రెస్ కమిటీ (టీడీపీసీ) అధ్యక్షుడు మహేష్ కుమార్ గౌడ్ బుద్ధవారం తెలంగాణ జన సమితి (టీజేఎస్) కార్యాలయంలో ఆ పార్టీ అధ్యక్షుడు ప్రొఫెసర్ కోదండరామ్ ను సమీక్షించారు. కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి నవీన్ రూదాదేవ్ మద్దతు ఇవ్వాలన్న అంశపై ఇద్దరి మధ్య చర్చ జరిగినట్లు సమాచారం. కోదండరామ్తో జరిగిన సమావేశం అనంతరం టీడీపీసీ చీఫ్ మహేష్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ.. తెలంగాణ ఇవిర్యావంలో కోదండరామ్ పాత్ర చరిత్రలో చిరస్థాయిగా నిలిచిపోతుందని అన్నారు. ఆయన సాధనలు, నిజాయితీతో రాష్ట్ర సాధన కోసం కృషి చేశారని గుర్తుచేశారు. గత పన్నెళ్ల బీజేపీలో పాలనలో ప్రజలకు ఎలా నిరంకుశంగా మారారో అందరికీ తెలుసని మహేష్ గౌడ్ వ్యాఖ్యానించారు. ఆ పాలన నుంచి విముక్తి కోసం కాంగ్రెస్, టీజేఎస్ సహా ప్రజాసంఘాలన్నీ కలిసి 2023 ఎన్నికల్లో పోరాడిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. 'కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడటంలో టీజేఎస్ సహకారం ఎంతో విలువైనది. దాన్ని మేము ఎప్పుడూ సమర్థిం'; అని తెలిపారు. ఉద్యోగ నియామక రూపకల్పనలో కోదండరామ్ నలహాలు, సూచనలు ఎంతో విలువైనవని మహేష్ గౌడ్ అన్నారు. ప్రజల ఆకాంక్షలకు అనుగుణంగా ప్రజా పాలన కొనసాగుతుందని హామీ ఇచ్చారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నికలో యువ అభ్యర్థి నవీన్ రూదాదేవ్ ను భారీ మెజారిటీతో గెలింపించాలని టీజేఎస్ వారు కోరారు. సీబిఐ, సీపీఎం, ఏపిలను ఎదురించి టీజేపీసీ మద్దతు కూడా కోరినట్లు తెలిపారు. ఇక బీజేపీ నేతలపై తీవ్రంగా పనిచేయమన్న ఆయన; 'తేంద్రపల్లి స్థాయిలో ఉన్న బంధి నుజుబు ఏమి మాట్లాడుతున్నారో తనకే అర్థమవుతున్నదా? మత విద్వేషాలు రెచ్చగొట్టి, సెంటిమెంట్లు రాజకీయ లబ్ధి పొందాలన్నదే బీజేపీ మన్నంగం,' అని మండిపడ్డారు. జూబ్లీహిల్స్ ఉపఎన్నికల్లో మతపర శక్తులకు బుద్ధి చెప్పాల్సిన సమయం వచ్చిందని వ్యాఖ్యానించారు. మిత్రపక్షాలతో ఇచ్చిన మాటను కాంగ్రెస్ నిలబెట్టుకుంటుందని, ప్రజల ఆయాకాంక్ష అనుగుణంగా పాలన కొనసాగుతుందని మహేష్ గౌడ్ స్పష్టం చేశారు.

కోట్ల పన్ను మినహాయింపు ఇచ్చాం. దీంతో ఆ వాహనాల విక్రయాలపై 0.03 శాతం నుంచి 1.30 శాతానికి పెరిగాయి. వాహన సారథి పోర్టల్ ను పూర్తిగా అందుబాటులోకి తెచ్చాం. రాష్ట్రంలో వాహనాల సంఖ్య 1.70 కోట్లకు చేరింది. పోహమ్ లోనే వాహనాల రిజిస్ట్రేషన్ చేసే అంశంపై ఆలోచన చేస్తున్నాం. ప్రజలు సహకరిస్తేనే.. ట్రాఫిక్ కష్టాలు, కాలబయ్యం తగ్గుతుందని మంగిలి వాస్తం అన్నారు. ఇకపోతే రాష్ట్రవాస్తంగా ఉన్న ట్రాన్స్ పోర్ట్ చెక్ పోస్టులను తక్షణమే ముగిసివేస్తున్నట్లు రాష్ట్ర రవాణా శాఖ మంత్రి వాస్తం పేర్కొన్నారు. అర్దీ చిక్ చెక్ పోస్టుల రద్దు చాలా పెద్ద సర్దుమని పేర్కొన్నారు. చెక్ పోస్టుల విషయంలో మరింత పారదర్శకత తీసుకొస్తామని.. ఇందులో భాగంగానే ప్రస్తుతమున్న అర్దీ చిక్ పోస్టులను రద్దు చేసినట్లు తెలిపారు. ప్రతి అర్దీ చిక్ కార్యాలయంలో సిమ్యులేటర్లు విద్యుటు చేస్తామని చెప్పారు. రవాణా వ్యవస్థలో ఏటా నేలలు మరింత వినియోగిస్తామని స్పష్టం చేశారు. బుద్ధవారం రవాణా శాఖపై సంబంధిత అధికారులతో మంగిలి వాస్తం సమీక్ష సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. దేశ రాజధాని ఢిల్లీలో కాలబయ్యం ఏ విధంగా ఉందో అందరం చూస్తున్నామని.. అలాంటి పరిస్థితి హైదరాబాద్ కు రావద్దని అన్నారు. ప్రజలు సహకరిస్తేనే ట్రాఫిక్ కష్టాలు, కాలబయ్యం తగ్గుతుందన్నారు. రోడ్డు భద్రతపై విద్యార్థులు, ప్రజలు, వాహనదారులకు అవగాహన కల్పిస్తున్నామని.. రాల్స్ అతిక్రమిస్తే ట్రెన్స్ పోర్ట్ రద్దు చేస్తామని హెచ్చరించారు. మైనర్లకు తల్లిదండ్రులు వాహనాలు ఇవ్వద్దని విజ్ఞప్తి చేస్తున్నానని అన్నారు. వారు కాలబయ్యం తగ్గించాలనే లక్ష్యంలో భాగంగా ఎలక్ట్రిక్ వాహనాలను రాయితీలు ఇస్తున్నామని.. అర్దీలో ఎలక్ట్రిక్ బస్సులకు అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నామని తెలిపారు. వాహనాల సాఫ్టింగ్ విషయంలో కార్ల మీట్ తీసుకొస్తున్నామని చెప్పారు. వాహనాల సాఫ్టింగ్ ను సైటీల్ సేఫ్ ను సేఫ్ లకు అప్ గ్రేడ్ చేయడంకు యోచిస్తున్నామన్నారు.

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: ఆదివాసి యోధుడు.. తిరుగుబాటు వీరుడు.. గోండు బెబ్బలి కుటుంబం (కొమరం) భీష్మ జయంతి సందర్భంగా ఆ మహనీయుడికి బీజపేస్ వర్సింగ్ ప్రెజెంటేషన్ కేటీఆర్ ఘన సమారోహం చేపట్టారు. కేటీఆర్ హయంలో, కేసీఆర్ నేతృత్వంలో కుటుంబ భీష్మ ఇచ్చిన భీష్మ, జంగల్, జమీన్ నినాదం స్ఫూర్తిగా పాలన అందించామని గుర్తుచేశారు. వారి ఆశీర్వాద సాధన దిశగా చయనించామని తెలిపారు. ఎస్సీ గురుకులాలు, కారీజీల సంఘం పెంచడం, అంబేద్కర్ ఓవర్సీస్ స్కాలర్షిప్ అందించడం, సీఎంఎస్సీఈబి స్కీం ద్వారా గిరిజన బిడ్డలను పారిశ్రామికవేత్తలగా తీర్చిదిద్దడం.. కుటుంబ భీష్మ స్ఫూర్తిగా ఇలా ఎన్నో కార్యక్రమాలు చేపట్టామని కేటీఆర్ తెలిపారు. కేసీఆర్ హయంలో ఆసిఫాబాద్ జిల్లాకు కుటుంబ భీష్మ పేరు పెట్టకున్నందుకు, జోడిఘాట్లో సుందరమైన స్మృతి వహన్ని ఏర్పాటు చేసినందుకు, హైదరాబాద్ మహాసభలలో కుటుంబ భీష్మ పేరిట ఆసిఫాబాద్ భవనాన్ని నిర్మించినందుకు గర్వపన్నామన్నారు. అనిశ్చ, పోరాటాలకు ప్రతీకగా నిలిచిన కుటుంబ భీష్మను జోహార్ తెలిపారు.



హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: తెలంగాణ మంత్రి వర్గం సీఎం రేపంత్ రెడ్డి అధ్యక్షతన గురువారం సచివాలయంలో సమావేశం కానుంది. మధ్యాహ్నం 2 గంటలకు సచివాలయంలో ఈ సమావేశం జరగనుంది. ఈ కేబినెట్ సమావేశంలో బీసీ రిజర్వేషన్లపై రాష్ట్ర హైకోర్టు ఇచ్చిన మధ్యంతర ఉత్తర్వులు, సుప్రీం కోర్టు ఇచ్చిన తీర్పు నేపథ్యంలో స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలలో పాలు భవిష్యత్తు కార్యవరణంపై కేబినెట్ నేర్పుచునుంది. దింత్ ఇవేమీ భేటీలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తీసుకున్న ఇద్దరు పిలల నిబంధన ఆర్డినెన్సుల మంత్రివర్గం మంత్రివర్గం తెలపనుంది. అలాగే, ఎస్ఎల్బీసీ పునరుద్ధరణ చనులు, ఎస్ఆర్ఎస్ఎస్ రెండో దశకు రాంరెడ్డి దామోదర రెడ్డి పేరు, కాకేళ్ళూరు పునరుద్ధరణ సహా పలు ప్రాజెక్ట్ చనుల పై మంత్రి వర్గం చర్చించనున్నట్లు సమాచారం. ముఖ్యంగా స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలపై గురువారం జరిగే సమావేశంలో మంత్రి వర్గం తుది నిర్ణయం తీసుకోనుంది. వాత వర్షతిలో ఎన్నికలకు వెళ్లాలో లేదా 42 శాతం రిజర్వేషన్లతో వెళ్లాలో? అనేది దానిపై కేబినెట్ చర్చించే వచ్చునుంది. కాగా ఇప్పటికే 42 శాతం రిజర్వేషన్లతో అంతపై రాష్ట్ర ప్రభుత్వం న్యాయవిభాగాలలో ఒక చమిటీ ఏర్పాటు చేసిన సంగతి తెలిసిందే. ఈ చమిటీ ఇప్పటి వరకు ఆధారంగా స్థానిక సంస్థల ఎన్నికల్లో 42 శాతం రిజర్వేషన్ల అంశాన్ని న్యాయస్థానాల్లో కొట్టాడేందుకు రేపంత్ సన్మాహులు చేస్తున్నట్లు తెలుస్తోంది. మరో ఎన్నికల్లో మోజారిటీ స్థానాల్లో విజయం సాధించేందుకు.. ప్రజలను తమ వైపు తిప్పుకునేందుకు కాంగ్రెస్ సర్కార్ ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన మరో హామిని అమలు చేయాలనే ఆలోచనలో ఉన్నట్లు వార్తలు వస్తున్నాయి. ఇంతకు ప పథకం అమలు చేస్తానన్న దానిపై ఇంతా కాగ్లరిలో రాలేదు. అయితే రాష్ట్ర మంత్రి వర్గం ఎలాంటి నిర్ణయలు తీసుకుంటుందనేది ఆసక్తిగా మారింది.

హైదరాబాద్, అక్టోబర్ 22: జూబ్లీహిల్స్ ఓ పవన్చెక్లో పోటీ చేస్తున్న బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థి మాగంటి సునీత నామినేషన్ సక్రమంగానే ఉందని ఈసీ ధృవీకరించింది. ఆమె నామినేషన్పై అభ్యంతరాలను కూడా తోసిపుచ్చింది. జూబ్లీహిల్స్ విజయం సాధించేందుకు అధికార కాంగ్రెస్, సిట్టింగ్ సీట్లో మళ్లీ పాగా వేసేందుకు ప్రతిపక్ష బీఆర్ఎస్ హోరాహోరీగా తలపడుతున్నాయి. ఈ క్రమంలోనే జూబ్లీహిల్స్ బీఆర్ఎస్ పార్టీ అభ్యర్థి మాగంటి సునీత తన ప్రధానాన్ని ముమ్మరం చేశారు. ఆమె పిల్లలు సైతం ఎన్నికల ప్రచారం సాగిస్తున్నారు. ఈ సమయంలో దివంగత నాయకుడు మాగంటి గోపీనాథ్ మొదటి భార్య తనయుడు ప్రద్యుమ్న బిగ్ టెక్స్ట్ ఇచ్చారు. సునీత, మాగంటి గోపీనాథ్ అసలు భార్య భర్తల సునీత అరోపించారు. వీరిద్దరూ పిల్లి చేసుకోలేదని, లివ్ ఇన్ రిలేషన్లో ఉన్నారంటూ బాంబే పేలరారు. ఎన్నికల కమిషనుకు సునీత ఇచ్చిన అఫిడవిట్ను రద్దు చేయాలన్నారు. ఈ మేరకు ఈసీ ప్రద్యుమ్న వినతి వ్రతం అందజేశారు. బుధవారం నాడు ఇదే అంశంపై మీడియాతో మాట్లాడిన ప్రద్యుమ్న.. సునీత మాగంటి గోపీనాథ్ భార్య కాదన్నారు. తన తల్లి మావనితో గోపీనాథ్కు విడాకులు కాలేదని ప్రద్యుమ్న చెప్పుకోచ్చారు. అంతేకాదు.. విడాకులు అవకుండానే గత ఎన్నికల సమయంలోనూ గోపీనాథ్ తన అఫిడవిట్లో భార్య స్థానంలో సునీత చేరును పేర్కొన్నట్లు అరోపించారు. ఈ అంశంపై ఈసీ చర్యలు తీసుకోవాలని ప్రద్యుమ్న కోరారు. కాగా, ఈ వ్యవహారంపై స్పందించిన ఎలక్షన్ కమిషన్.. మాగంటి గోపీనాథ్కు సునీత రెండో భార్య అవునా కాదా అనే విషయాన్ని తేల్చుల్సిన బాధ్యత తమది కాదని స్పష్టం చేసింది. ఈ వ్యవహారం కోర్టులో తేల్చుకోవాల్సి ఉంటుందని ఎన్నికల సంఘం అధికారులు పేర్కొన్నారు. దీంతో మాగంటి సునీత నామినేషన్కు రైన్ క్లియర్ అయ్యింది. అంతేకాదు.. ఆమె వేసిన నామినేషన్ను ఈసీ ఆమోదించింది.



వేములవాడ, అక్టోబర్ 22: కార్తీక మాసం కావడంతో వేములవాడ రాజన్నకు భక్తుల తాడికి విపరీతంగా పెరిగింది. అయితే ఉదయం నుంచి స్వామివారికి మొక్కులు చెల్లించుకునే క్రమంలో తలనీలాలు సమర్పించుకొని దర్శనానికి రాగా బండ్ చేసినట్లుగా భద్రతా సిబ్బంది వెల్లడించడంతో భక్తులు ఆగ్రహం వ్యక్తంచేశారు. స్వామివారిని దర్శించుకునేందుకు ఆదిలాబాద్, నిజామాబాద్, పంగల్లో ఉన్నది కరీంనగర్ జిల్లాలోని చాలా ప్రాంతాల నుంచి వచ్చామని భక్తులు వెల్లడించారు. ఉదయం స్వామివారికి అభిషేకం చేసుకునే భక్తులకు మాత్రం అనుమతినివ్వగా భక్తుల సంఖ్య పెరిగిపోతుండడంతో అలయంలో రేకుల షెడ్స్ తొలగించే పనుల్లో భాగంగా బండ్ చేసినట్లుగా ఆలయ అధికారులు వెల్లడించారు. ప్రచార సాధనాలు పెరిగాయని, ముందస్తు సమాచారం ఇచ్చి అలయాన్ని మానీవేన్ బాగుంటుంది కదా అని భక్తుల అభిప్రాయపడ్డారు. ఒక్కసారిగా భక్తులు ఉత్తర ద్వారం వద్ద చేరుకుని ఉన్న కాసి భక్తులైన దర్శించుకునేందుకు అనుమతి ఇవ్వాలని అధికారులను ప్రార్థియపడ్డారు. అధికారులు ఆదేశాల మేరకే భక్తులను నిలివీతావహని భద్రత సిబ్బంది వెల్లడించడంతో గంటల తరబడి భక్తులు అవమానం కోసం ఎదురు చూశారు. ఇక చేసేదేమీ లేక కొందరు భక్తులు బయట నుండి స్వామి వారికి దండం పెట్టి వెను తిరిగారు. మరోవైపు అలయంలో భద్రత దర్శనాల నిలివీతపై స్పష్టమైన ప్రకటన ఇప్పటివరకు అధికారికంగా ఇవ్వకపోగా, గందరగోళం మధ్య భక్తులు స్తబ్ధ ఇబ్బందులు ఎదుర్కొన్నారు.



పొట్టలో నులి పురుగులు ఉండే తెచ్చిందులు పడుతున్నారా..?



అయితే ఈ
చిట్కాలను
పాటించండి..!

వంటి కారణాల వల్ల జీర్ణాశయంలో పురుగులు ఏర్పడుతాయి. దీని వల్ల కడుపు నొప్పి, వికారం, వాంతులు అవడం, విరేచనాలు అవడం వంటి లక్షణాలు కనిపిస్తాయి.

వెల్లుల్లి, గుమ్మడికాయ విత్తనాలు..

పొట్టలో పురుగుల సమస్య ఉన్నవారు డాక్టర్ సూచన మేరకు మందులను వాడాల్సి ఉంటుంది. అలాగే పలు ఇంటి చిట్కాలను పాటించడం వల్ల కూడా ఈ సమస్య నుంచి నులభంగా బయట పడవచ్చు. పొట్టలో నులి పురుగుల సమస్య ఉన్నవారు వెల్లుల్లిని రోజూ తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది. ఇందులో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. వెల్లుల్లిలో ఉండే సల్ఫర్ సమ్మేళనాలు పొట్టలో ఉండే పురుగులను నాశనం చేస్తాయి. అందువల్ల వెల్లుల్లిని పచ్చిగా తింటుంటే ఈ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. అలాగే గుమ్మడికాయ విత్తనాలను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఈ విత్తనాల్లో కుకుర్బిటాసిన్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది పొట్టలోని పురుగులను నాశనం చేస్తుంది. పురుగులను సమర్థవంతంగా బయటకు పంపిస్తుంది. కనుక గుమ్మడికాయ విత్తనాలను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది.

బొప్పాయి పండ్లు, కొబ్బరినూనె..

పొట్టలోని పురుగుల సమస్యకు బొప్పాయి పండ్లు కూడా ఎంతగానో పనిచేస్తాయి. ఈ పండ్లలో పమేస్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది యాంటీ వార్మ్ గుణాలను కలిగి ఉంటుంది. కనుక క్రిములను నాశనం చేస్తుంది. బొప్పాయి పండ్లను తింటున్నా కూడా ఈ సమస్య నుంచి బయట పడవచ్చు. ఈ సమస్యకు కొబ్బరినూనె కూడా అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. కొబ్బరినూనెలో యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ వైరల్, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి పొట్టలోని పురుగులను నాశనం చేస్తాయి. జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తాయి. కొబ్బరినూనెను ఒక టీస్పూన్ మోతాదులో రాత్రి పూట నిద్రకు ముందు తాగుతుంటే ఉపయోగం ఉంటుంది. దీని వల్ల మలబద్ధకం సైతం తగ్గిపోతుంది. జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

వాలీ సబ్బ్స్, అల్లం రసం..

పొట్టలో ఉన్న పురుగులు తొలగిపోవాలంటే వాలీ సబ్బ్స్ కూడా పనిచేస్తాయి. వీటిని నీటిలో నానబెట్టి తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది. ఈ సబ్బ్స్లో యాంటీ పారాసైటిక్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక వీటిని తింటుంటే పొట్టలోని క్రిములు నశిస్తాయి. జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అలాగే పైబర్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తింటున్నా కూడా ఈ సమస్య ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. తృణ ధాన్యాలు, బీన్స్, కూరగాయలు, ఆకుకూరలను తినాలి. భోజనానికి ముందు ఒక టీస్పూన్ అల్లం రసాన్ని రోజుకు 2 సార్లు సేవిస్తున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు పొట్టలోని క్రిములను నాశనం చేస్తాయి. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అలాగే పెరుగు, క్యారెట్లు, బీట్ రూట్ లను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇలా ఆయా చిట్కాలను పాటిస్తూ ఆహారాలను తింటుంటే పొట్టలోని నులి పురుగులను తొలగించుకోవచ్చు. దీంతో జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

పొట్టలో పురుగులు ఏర్పడడం అనే సమస్య సాధారణంగా కొందరికి వరచూ వస్తుంది. ముఖ్యంగా చిన్నారులు ఎక్కువగా ఈ సమస్య బారిన పడుతుంటారు. అలాగే కొందరు పెద్దలకు కూడా అప్పుడప్పుడు ఈ సమస్య వస్తుంది. పొట్టలో పురుగులు ఏర్పడేందుకు పలు కారణాలు ఉంటాయి. కలుషితమైన ఆహారం తినడం లేదా నీళ్లను తాగడం, సరిగ్గా ఉడకని మాంసం తినడం, సరిగ్గా శుభ్రం చేయని పండ్లు లేదా కూరగాయలను తినడం, దుర్గంధభరితమైన ప్రదేశంలో చెప్పులు లేకుండా నడవడం, చిన్నారలు అయితే మట్టిలో ఆడడం, మట్టిని తినడం, చేతులను లేదా కాళ్లను శుభ్రంగా కడగకపోవడం, ఇన్ ఫెక్షన్లు ఉండడం

కూరగాయలు, ఆకుకూరలను తినాలి. భోజనానికి ముందు ఒక టీస్పూన్ అల్లం రసాన్ని రోజుకు 2 సార్లు సేవిస్తున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇందులో ఉండే యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు పొట్టలోని క్రిములను నాశనం చేస్తాయి. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. అలాగే పెరుగు, క్యారెట్లు, బీట్ రూట్ లను తింటున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇలా ఆయా చిట్కాలను పాటిస్తూ ఆహారాలను తింటుంటే పొట్టలోని నులి పురుగులను తొలగించుకోవచ్చు. దీంతో జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది.

సెలబ్రిటీల మాదిరిగా ఎల్లప్పుడూ మీ చర్మం యవ్వనంగా కనిపించాలంటే ఈ ఆహారాలను రోజూ తీసుకోవాలి..!



వయస్సు మీద పడుతున్న కొద్దీ సహజంగానే ఎవరికైనా సరే చర్మం ముడతలు పడుతుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు వస్తుంటాయి. కానీ సెలబ్రిటీలు మాత్రం ఎంత వయస్సు వచ్చినా సరే వృద్ధాప్య ఛాయలు కనిపించవు. వారు ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగానే కనిపిస్తారు. మరి సాధారణ ప్రజలకు ఇది ఎందుకు సాధ్యం కాదు..? అంటే.. అందుకు అనేక కారణాలు ఉంటాయి. నివసిస్తున్న లేదా పనిచేస్తున్న వాతావరణ పరిస్థితులు, కాలుష్యం, వ్యాయామం, ఆహారపు అలవాట్లు, వ్యాధులు, ఒత్తిడి, ఆందోళన వంటివి వృద్ధాప్య ఛాయలు కనిపించేందుకు కారణం అవుతుంటాయి. అయితే సెలబ్రిటీలు ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపించడం వెనుక ప్రధాన కారణాలు రెండు ఉంటాయని చెప్పవచ్చు. ఒకటి వ్యాయామం చేయడం, రెండు పౌష్టికాహారం తీసుకోవడం. ఈ రెండింటి వల్లే వారు యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. అయితే వ్యాయామం చేయడంతోపాటు పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకుంటే ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపించేలా ఉండవచ్చని వైద్యులు, పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. అందుకు పలు ఆహారాలు సహాయం చేస్తాయని వారు అంటున్నారు.

పాలకూర, బ్రోకలీ, టమాటా..

చర్మ సౌందర్యాన్ని మెరుగు పరచడంతోపాటు ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా ఉండేలా చేసే ఆహారాలను యాంటీ ఏజింగ్ ఫుడ్స్ అంటారు. ఇవి చర్మాన్ని సురక్షితంగా ఉంచుతాయి. కాంతివంతంగా మారి మెరిసేలా చేస్తాయి. వృద్ధాప్య ఛాయలను తగ్గిస్తాయి. కనుక యాంటీ ఏజింగ్ ఫుడ్స్ ను మనం రోజూ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. పాలకూర, బ్రోకలీ లను తినడం వల్ల ఎన్నో లాభాలు కలుగుతాయి. ముఖ్యంగా ఇవి యాంటీ ఆక్సిడెంట్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను కలిగి ఉంటాయి. కనుక చర్మాన్ని రక్షిస్తాయి. యవ్వనంగా కనిపించేలా చేస్తాయి. కనుక వీటిని తరచూ తింటుండాలి. అలాగే చర్మ సౌందర్యాన్ని మెరుగు పరుచుకునేందుకు టమాటాలను కూడా రోజూ తింటుండాలి. వీటిని మనం తరచూ కూరల్లో చేస్తుంటాం. కానీ

టమాటాలను నేరుగా లేదా సూప్, జ్యూస్ రూపంలో తీసుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది. వీటితో ఫేస్ ప్యాక్లను తయారు చేసి కూడా వాడవచ్చు. టమాటాల్లో అధికంగా ఉండే లైకోపీన్ చర్మాన్ని హానికరమైన కిరణాల బారి నుంచి రక్షించి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. అలాగే యవ్వనంగా కనిపించేలా చేస్తుంది.

దానిమ్మ, బొప్పాయి..

దానిమ్మ పండ్లు మనకు ఏదాది పొడవునా అన్ని సీజన్లలోనూ అందుబాటులో ఉంటాయి. వీటిని కూడా అద్భుతమైన యాంటీ ఏజింగ్ ఫుడ్స్ గా చెప్పవచ్చు. దానిమ్మ పండ్లను తింటుంటే రక్తహీనత తగ్గుతుంది. చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. చర్మంపై ఉండే ముడతలు తగ్గుతాయి. వృద్ధాప్య ఛాయలు తొలగిపోతాయి. దీంతో యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. అలాగే బొప్పాయి కూడా మన చర్మానికి ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఈ పండ్లలో అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, మినరల్స్ ఉంటాయి. ఇవి చర్మాన్ని సురక్షితంగా ఉంచుతాయి. బొప్పాయి పండ్లను తరచూ తింటుంటే వృద్ధాప్య ఛాయలను తగ్గించుకోవచ్చు. అలాగే ఈ పండు గుజ్జను పలు ఫేస్ ప్యాక్లలోనూ ఉపయోగించవచ్చు. దీని వల్ల చర్మం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది.

అపకాడో..

అపకాడోలను రోజువారీ ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా చర్మానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లలో విటమిన్ ఎ, ఇ లతోపాటు ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ పండ్లను తింటుంటే చర్మం సురక్షితంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ పండ్లలో ఉండే విటమిన్ ఎ చర్మంపై ఉండే మృతకణాలను తొలగిస్తుంది. దీంతో చర్మానికి కాంతి లభిస్తుంది. అలాగే వీటిల్లో ఉండే కెరోటినాయిడ్స్ శరీరం నుంచి వ్యర్థాలను బయటకు పంపిస్తాయి. దీంతో కణాలు సురక్షితంగా ఉంటాయి. వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. ఇలా ఆయా ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల చర్మాన్ని ఎల్లప్పుడూ యవ్వనంగా కనిపించేలా చేయవచ్చు. ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.

మన శరీరానికి అద్భుతమైన లాభాలను అందించే ఈ పోషక పదార్థాల గురించి తెలుసా..?

మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే అన్ని రకాల పోషకాలు కలిగిన ఆహారాలను రోజూ తినాలనే విషయం అందరికీ తెలిసిందే. పౌష్టికాహారాన్ని తీసుకుంటేనే మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. రోగాలు రాకుండా ఉంటాయి. శరీరంలో జీవక్రియలు సక్రమంగా నిర్వహించబడతాయి. అయితే కొన్ని రకాల పోషకాలను మన శరీరం స్వయంగా తయారు చేసుకుంటుంది. కానీ కొన్నింటిని మాత్రం బయటి నుంచి కచ్చితంగా అందించాల్సి ఉంటుంది. ఆయా పోషకాలను శరీరం తనంతట తానుగా తయారు చేసుకోలేదు. ఇక అలాంటి పోషకాల్లో ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు కూడా ఒకటి. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వుల జాబితాకు చెందుతాయి. వీటిని మన శరీరం తనంతట తానుగా తయారు చేసుకోలేదు. కనుక ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు లభించాలంటే మనం పలు ఆహారాలను తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. వీటి వల్ల మనకు అనేక ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి.

ఈ ఆహారాలను తీసుకోవాలి..

ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు సాధారణంగా 3 రకాలుగా ఉంటాయి. ఈపీఏ, డీహెచ్ఎ అనే రెండు రూపాల్లో ఇవి లభిస్తాయి. ఈ తరహా ఫ్యాటీ యాసిడ్లు మనకు చేపల ద్వారా లభిస్తాయి. అలాగే ఏఏఎల్ అనే రూపంలోనూ ఇవి మనకు లభిస్తాయి. వీటిని మనం వృక్ష సంబంధిత ఆహారాల ద్వారా పొందవచ్చు. ఇలా ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు మనకు మూడు రకాలుగా లభిస్తాయి. చేపలు, రోయ్యలు, అల్పిపులు, ఇతర సముద్రపు ఆహారాలు, అవిసె గింజలు, చియా విత్తనాలు, వాలీ సబ్బ్స్, హెంప్ విత్తనాలు, అవిసె గింజల నూనె, సోయాబీన్ నూనె, కనోలా ఆయిల్, కోడిగుడ్డు, పెరుగు, పాలు, సోయా ఆహారాలు వంటి వాటిని తీసుకుంటుంటే



ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లను సమృద్ధిగా పొందవచ్చు. ఇవి మనకు అనేక రకాలుగా ఉపయోగపడతాయి. మన శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచడంలో సహాయం చేస్తాయి.

గుండె ఆరోగ్యపతి..

ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్ల వల్ల కణాలు సురక్షితంగా ఉంటాయి. గుండె, రక్తనాళాలు, ఊపిరితిత్తులు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. రోగ

నిరోధక వ్యవస్థ పటిష్టంగా మారుతుంది. ఎండోక్రైన్ వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉండే ఆహారాలను తింటుంటే కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. దీని వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. బీపీ తగ్గుతుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. రక్తనాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు. గుండె

అసాధారణ రీతిలో కొట్టుకునే వారు తరచూ ఈ ఆహారాలను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది. అలాగే మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. డీహెచ్ఎ వల్ల మెదడు నిర్మాణమవుతుంది. ముఖ్యంగా చిన్నారుల బుద్ధి వికసిస్తుంది. వారు అన్నింటినూ యాక్టివ్ గా ఉంటారు. ఉత్సాహంగా పనిచేస్తారు. తెలివి తేటలు పెరుగుతాయి. చదువుల్లో రాణిస్తారు.

మానసిక సమస్యలకు..

ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల పెద్దల్లో మెదడు యాక్టివ్ గా మారుతుంది. మెదడు పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతాయి. మతిమెరుపు తగ్గుతుంది. వృద్ధాప్యంలో వచ్చే అల్జీమర్స్, డెమెన్షియా వంటి సమస్యలు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. డిప్రెషన్, ఆందోళన, ఒత్తిడి వంటి మానసిక సమస్యలు ఉన్నవారు ఈ ఆహారాలను తరచూ తీసుకుంటుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు కళ్ల ఆరోగ్యానికి కూడా మేలు చేస్తాయి. వీటి వల్ల కళ్ల రెటీనా సురక్షితంగా ఉంటుంది. కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ కారకాలుగా కూడా పనిచేస్తాయి. అందువల్ల ఈ ఆహారాలను తీసుకుంటే కీళ్ల నొప్పులు, వాపులు తగ్గుతాయి. ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు చర్మాన్ని సైతం ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. పొడిబారిన చర్మానికి తేమను అందిస్తాయి. దీని వల్ల చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. ఇలా ఒకటి 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు మనకు ఎన్నో ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. కనుక ఇవి ఉండే ఆహారాలను రోజూ తీసుకుంటుంటే ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది.

రెండో వన్డేకు సిద్ధమైన భారత్

అడిలైడ్ వదికగా ఆసీస్ తో రెండో వన్డే
టీమ్ ఇండియా జట్టులో కీలక మార్పులు?
వాషింగ్టన్ సుందర్ పై వేటుపడే అవకాశం
కుల్చీవ్ ను జట్టులోకి తీసుకునే అవకాశాలు

ఆస్ట్రేలియాతో జరుగుతున్న మూడు వన్డే సిరీస్ తొలి వన్డేలో ఓటమి పాలైన భారత్ కీలకమైన రెండో వన్డేకు సిద్ధమైంది. నేడు అడిలైడ్ వేదికగా ఇరుజట్లు మధ్య రెండో వన్డే జరగనుంది. తొలి మ్యాచ్ లో అన్ని విభాగాల్లో విఫలమైన భారత్ ఈ మ్యాచ్ లో గెలుపే లక్ష్యంగా నెట్టి?లో చెమటోడుస్తుంది. సిరీస్ లో నిలవాంటే భారత్?కు ఈ మ్యాచ్ లో విజయం తప్పనిసరి. ఈ నేపథ్యంలో మ్యాచ్?పై మరింత ఆసక్తి నెలకొంది. ఈ మ్యాచ్?కు ఆతిథ్యం ఇస్తున్న ఓవల్ పిచ్ బ్యాటింగ్ కు అనుకూలం కావడంతో భారీ స్కోర్లు నమోదు అయ్యే ఛాన్స్ ఉంది. టాప్ గెలిచిన జట్టు ముందుగా బ్యాటింగ్ ఎంచుకునే చేసే అవకాశం ఉంది. మ్యాచ్ సోగ్ కొద్ది పిచ్ స్పిన్నర్లకు అనుకూలంగా మారనుంది. తొలి వన్డేకు అంతరాయం కలిగించిన వర్షం రెండో వన్డేలోనూ ప్రభావం చూపే సూచనలు కనిపిస్తున్నాయి. అడిలైడ్ లో ప్రస్తుతం వర్షాలు పడుతున్న నేపథ్యంలో మ్యాచ్ పై అభిమానుల్లో ఆందోళన నెలకొంది. మ్యాచ్ రోజు వర్షం ముప్పు తక్కువగానే ఉంటుందని వాతావరణ శాఖ చెబుతోంది.ఒత్తిడిలో బరిలోకి దిగుతున్న టీమ్ ఇండియా తుది జట్టులో పలు మార్పులు చేసే అవకాశం ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఫామ్ లో ఉన్న కుల్చీవ్ యాదవ్ తుది జట్టులోకి వచ్చే అవకాశం ఉంది. దీంతో వాషింగ్టన్ సుందర్ పై వేటు పడనుంది. అయితే నితీష్ కుమార్ రెడ్డిని తప్పించి కుల్చీవ్ ను జట్టులోకి తీసుకునే అవకాశాలు కూడా ఉన్నాయి. కానీ, నితీష్ బ్యాటింగ్?లో ప్రభావం చూపే ఛాన్స్ ఉండడం అతడికి కలిసొచ్చే అంశం. ఇక తొలి వన్డేలో విఫలమైన హర్షిత్ రాణా స్థానంలో ప్రసిద్ధ్ కృష్ణకు జట్టులో స్థానం కల్పించవచ్చు.టీమ్ ఇండియా స్టార్ ప్లేయర్లు రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లా తొలి మ్యాచ్?లో తీవ్రంగా నిరాశపర్చారు. రోహిత్ 8 పరుగులు బాదితే, విరాట్ అసలు పరుగుల ఖాతానే తెరవకుండానే పెవిలియన్ చేరాడు. దీంతో ఈ మ్యాచ్ లోనైనా సీనియర్లు రాణించాలని అభిమానులు కోరుకుంటున్నారు. కెప్టెన్ గా, బ్యాటర్ గా శుభో?మన్ గిల్ కూడా రాణించాల్సి ఉంది. శ్రేయాన్ అయ్యర్ గాడిన పదాల్ని ఉండగా కేవల్ రాహుల్, అక్షర్ పటేల్ ఫామ్ కొనసాగించాలి. పేసర్లు మహమ్మద్ సిరాజ్, అర్షదీవ్ సింగ్ లు రాణించాల్సిన అవసరం ఉంది. వర్షం



అంతరాయం కలిగించిన తొలి వన్డేలో ఆసీస్ విజయం సాధించి సిరీస్ లో 1-0తో ఆధిక్యంలో నిలిచింది. దాంతో అడిలైడ్ వన్డే టీమిండియాకు చావో రేపాగా మారింది. ఈ మ్యాచ్ లో గెలిస్తే సిరీస్ లో నిలవనుంది. లేదంటే సిరీస్ ఆసీస్ కైవసం కానుంది. దాంతో ఈ మ్యాచ్ పై సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది. పెర్లే వేదికగా జరిగిన తొలి వన్డేలో టీమిండియా ఇద్దరు స్పిన్ ఆల్ రౌండర్లు, ముగ్గురు పేసర్లతో బరిలోకి దిగింది. స్పెషలిస్ట్ స్పిన్నర్ కుల్చీవ్ యాదవ్ ను బెంచ్ కే పరిమితం చేసింది. బ్యాటింగ్ దెవ్ కోసం టీమిండియా మేనేజ్ మెంట్ ఈ నిర్ణయం తీసుకుంది. అయితే కుల్చీవ్ యాదవ్ ను పక్కనపెట్టడంపై సర్వత్రా విమర్శలు వ్యక్తమయ్యాయి. 8 మంది బ్యాటర్లు ఎందుకు? అంటూ మాజీ క్రికెటర్లు మండిపడ్డారు. బ్యాటింగ్ కు ప్రాధాన్యత ఇస్తే బౌలింగ్ బలహీనంగా మారుతుందని విమర్శించారు. ఈ క్రమంలోనే అడిలైడ్ వన్డేలో టీమిండియా కుల్చీవ్ యాదవ్ ను ఆడించే ఛాన్స్ ఉంది. అంతేకాకుండా అడిలైడ్ పిచ్ స్పిన్నర్లకు అనుకూలంగా ఉంటుంది.బంతి పాతబడిన తర్వాత

స్పిన్నర్లకు అనుకూలిస్తోంది. ఈ క్రమంలోనే టీమిండియా ముగ్గురు స్పిన్నర్లతో బరిలోకి దిగే అవకాశం కూడా ఉంది. తొలి వన్డేలో విఫలమైన హర్షిత్ రాణాపై వేటు వేసి కుల్చీవ్ యాదవ్ ను ఆడించవచ్చు. తద్వారా బ్యాటింగ్ దెవ్ తో పాటు బౌలింగ్ విభాగం కూడా పటిష్ఠం కానుంది. ఎక్స్ ప్లా పేసర్ గా నితీష్ కుమార్ రెడ్డి బాధ్యతలు పంచుకోనున్నారు. ముగ్గురు పేసర్లతో ఆడాలని నిర్ణయిస్తే తీసుకుంటాడో చూడాలి. ఈ ఒక్క మార్పు మినహా తుది జట్టులో పెద్దగా మార్పులు జరిగే ఛాన్స్ లేదు.తొలి వన్డేలో అక్షర్ పటేల్ అటు బ్యాటర్ గా ఇటు బౌలర్ గా సత్తా చాటాడు. కుల్చీవ్ యాదవ్ బరిలోకి దిగితే 9వ స్థానంలో ఆడుతాడు. స్పెషలిస్ట్ పేసర్లుగా మహమ్మద్ సిరాజ్, అర్షదీవ్ సింగ్ ఆడునున్నారు. తొలి వన్డేలో పర్యాలేదనిపించిన బౌలర్లు రెండో వన్డేలో సత్తా చాటాల్సిన అవసరం ఉంది. యశస్వి జైస్ వాల్, ప్రసిద్ధ్ కృష్ణతో పాటు ధ్రువ్ జురేల్ కు మరోసారి నిరాశే ఎదురవ్వనుంది.

మరోవైపు, ప్రత్యర్థి ఆస్ట్రేలియా తుది జట్టులోనూ మార్పులు ఉండే అవకాశం ఉంది. తొలి వన్డేకు దూరమైన స్పిన్నర్ ఆడమ్ జంపా, అలెక్స్ కేరీ తిరిగి జట్టుతో కలిశారు. వీరిద్దరూ తుది జట్టులో ఆడడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. దీంతో మాథ్యూ పార్క్, మిచెల్ ఓవెన్ బెంచ్ కు పరిమితం కానున్నారు. కెప్టెన్ మిచెల్ మార్న్ అడిర్ ఫామ్ లో ఉండడం ఆ జట్టుకు అతిపెద్ద బలం. ట్రావిస్ హెడ్ ఫామ్ లోకి వస్తే ఆసీస్ కు తిరుగుండదు. అటు జోష్ హేజిల్ వుడ్, మిచెల్ స్టార్క్ నాథన్ ఎలిస్ తో కూడిన బౌలింగ్ విభాగం మరోసారి భారత్ బ్యాటర్లకు సవాల్ విసరనుంది. మ్యాచ్ ఉదయం 9 గంటలకు ప్రారంభం కానుంది. అయితే ఈ అడిలైడ్ వన్డేకు కూడా భారీ అడ్డంకి ఏర్పడనుంది. ఈ మ్యాచ్ కు కూడా వర్షం అంతరాయం కలిగించే అవకాశాలు ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ప్రస్తుతం అడిలైడ్ లో వర్షాలు పడుతున్నాయి. మంగళవారం భారీ వర్షం కురిసింది. బుధవారం కూడా వరణాదు ప్రభావం చూపించే అవకాశం ఉంది. మ్యాచ్ రోజుకు వర్షం ముప్పు తక్కువగానే ఉన్నప్పటికీ.. ఈ లోపు తడిగా ఉన్న మైదానాన్ని ఆరబెట్టడం కష్టంగా మారనుంది.ముఖ్యంగా పిచ్ పై తడి లేకుండా చేసేందుకు మైదాన సిబ్బంది తీవ్రంగా కష్టపడుతున్నారు. ఇందుకోసం యూపీ లైట్లు ఉపయోగిస్తున్నారు. అవి ఎక్కువ వేడిని ప్రసరింపజేసి పిచ్ త్వరగా ఆరేందుకు తోడ్పడునున్నాయి. వర్షం లేని సమయంలో ఈ లైట్లను వాడి పిచ్ ను ఆరబెడుతున్నారు. పెర్లే వన్డే తరహాలో భారీ వర్షం రాకున్నా.. స్వల్ప చిరజల్లులతో ఆటకు అంతరాయం కలిగించే ఛాన్స్ ఉన్నట్లు వాతావరణ శాఖ పేర్కొంది. రోజంతా మైదానాన్ని మబ్బులు కమ్మేసే అవకాశాలు ఉన్నాయి. అడిలైడ్ పిచ్ ఆస్ట్రేలియాలోనే బ్యాటింగ్ కు అనుకూలంగా ఉండే వికెట్. పిచ్ చాలా ఫ్లాట్ గా ఉంటుంది. బౌన్స్ లభిస్తోంది. బ్యాటర్లకు స్వర్ణదామంగా ఉంటుంది. ఆస్ట్రేలియాలోనే స్పిన్నర్లకు అనుకూలంగా ఉండే వికెట్ కూడా ఇదే. బంతి పాతబడిన తర్వాత స్పిన్నర్లకు వట్టు చిక్కుతుంది. భారత్ తమ అత్యుత్తమ స్పిన్నర్లతో బరిలోకి దిగే ఛాన్స్ ఉంది.

వన్డే సిరీస్ జట్టు:
టీమ్ ఇండియా: శుభాష్ గిల్ (కెప్టెన్), రోహిత్ శర్మ, విరాట్ కోహ్లా, శ్రేయాన్ అయ్యర్ (వైస్ కెప్టెన్), అక్షర్ పటేల్, కేవల్ రాహుల్ (వికెట్ కీపర్), నితీష్ కుమార్ రెడ్డి, వాషింగ్టన్ సుందర్, కుల్చీవ్ యాదవ్, హర్షిత్ రాణా, మహమ్మద్ సిరాజ్, అర్షదీవ్ సింగ్, ప్రసిద్ధ్ కృష్ణ, ధ్రువ్ జురేల్.
ఆస్ట్రేలియా: మిచెల్ మార్న్ (కెప్టెన్), జేమియర్ బార్నెట్, అలెక్స్ కారి, కూపర్ కొన్స్టాబ్, బెన్ డ్యూర్ఘయన్, నాథన్ ఎలిస్, కామెరాన్ గ్రీన్, జోష్ హేజిల్ వుడ్, ట్రావిస్ హెడ్, జోష్ ఇంగ్లిస్, మిచెల్ ఓవెన్, మాథ్యూ రిన్నా, మాథ్యూ పార్క్. మిచెల్ స్టార్క్ ఆడమ్ జంపా.

నేడు న్యూజిలాండ్ తో
టీమిండియా కీలక పోరు
అమీతుమీ తేల్చుకోనున్న భారత మహిళల జట్టు
ఎక్స్ ప్లా బ్యాటర్ తో బరిలోకి దిగే ఛాన్స్
రేణుక సింగ్ పై వేటు వేసే అవకాశం!!



మహిళల వన్డే ప్రపంచకప్ 2025 టోర్నీలో టీమిండియా కీలక పోరుకు సిద్ధమైంది. గురువారం న్యూజిలాండ్ తో జరిగే లీగ్ మ్యాచ్ లో హార్వెస్ట్ ట్రీ కౌర్ సారథ్యంలోని భారత మహిళల జట్టు అమీతుమీ తేల్చుకోనుంది. వరుసగా మూడు పరాజయాలతో చతికిలపడిన భారత మహిళల జట్టు.. న్యూజిలాండ్ ను ఓడించి మళ్లీ విజయాల బాట పట్టాలనుకుంటుంది. ఈ మ్యాచ్ గెలిస్తేనే హార్వెస్ట్ నే సెమీస్ అవకాశాలు సజీవంగా ఉండనున్నాయి.ఓడితే సెమీస్ సమీకరణాలు మరింత సంక్లిష్టంగా మారుతాయి. ఇప్పటికే టాప్-3లో నిలిచి ఆస్ట్రేలియా, సౌతాఫ్రికా, ఇంగ్లండ్ సెమీస్ ఔర్లు ఖరారు చేసుకోగా.. నాలుగో స్థానం కోసం భారత్, న్యూజిలాండ్ పోటీ పడుతున్నాయి. ఈ క్రమంలోనే ఈ మ్యాచ్ పై సర్వత్రా ఆసక్తి నెలకొంది.గత మూడు మ్యాచ్ లో టీమిండియా విజయం ముంగిట బొక్కాబోర్లా పడింది. ముఖ్యంగా ఇంగ్లండ్ తో జరిగిన మ్యాచ్ ను ఒత్తిడి తట్టుకోలేక చేజేతులా చేజార్చుకుంది. చావో రేపా మ్యాచ్ లో ఎలాగైనా గెలవాలనే పట్టుదలతో టీమిండియా ఉంది. టీమ్ కాంటినేషన్ లో స్వల్ప మార్పులు చేసే అవకాశం ఉంది. ఇంగ్లండ్ తో మ్యాచ్ లో ఎక్స్ ప్లా బౌలర్ ను తీసుకున్న టీమిండియా.. బ్యాటర్ జెమీమా రోడ్రిగ్స్ పై వేటు వేసింది. అమె స్థానంలో రేణుకా సింగ్ ను తీసుకుంది. ఆరంభంలో భారత బౌలర్లు విఫలమైనా.. చివర్లో చెలరేగి ఇంగ్లండ్ ను కట్టడి చేశారు.ఈ క్రమంలోనే న్యూజిలాండ్ తో మ్యాచ్ లో టీమిండియా ఇదే కాంటినేషన్ ను కొనసాగిస్తుందా? లేక ఎక్స్ ప్లా బ్యాటర్ గా జెమీమాను ఆడిస్తుందా? అనేది చూడాలి. జెమీమాను ఆడించే అవకాశాలే ఎక్కువగా ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. ఈ మ్యాచ్ జరిగే సవీ ముంబై పిచ్.. బ్యాటింగ్ కు అనుకూలంగా ఉండనుంది. దుర్భ ప్రభావం చూపనుంది. ఈ క్రమంలోనే టీమిండియా ఎక్స్ ప్లా బ్యాటర్ తో బరిలోకి దిగే ఛాన్స్ ఉంది. అయితే ఈ మ్యాచ్ కు వర్షం ముప్పు పొంచి ఉంది. మిగతా కాంటినేషన్ లో పెద్దగా మార్పులు జరిగే అవకాశం లేదు.ఓపెనర్ నృతి మధాన సూర్య ఫామ్ లో ఉండగా.. ప్రతికా రావల్ మెరుపులు మెరిపించాల్సి ఉంది. హర్షిన్ డియోల్ కూడా చెలరేగితే భారత్ కు తిరుగుండదు. హార్వెస్ట్ ట్రీ కౌర్ కూడా ఫామ్ లోకి వచ్చింది. రిచా ఘోష్ గురించి ప్రత్యేకంగా చెప్పాల్సిన పనిలేదు. అమన్ జోత్ కౌర్, దీప్తి శర్మ కూడా మెరుగ్గానే రాణిస్తున్నారు. ఛేజింగ్ లో సెటిల్ అయిన బ్యాటర్ మ్యాచ్ ముగిసే వరకు క్రీజులో ఉండాల్సిన అవసరం ఉంది. ఈ విషయంపై టీమిండియా వర్క్ చేయాల్సి ఉంది. బౌలర్లుగా క్రాంతి గౌడ్, శ్రీచరణి, దీప్తి శర్మ, స్పేమ్ రాణా పర్యాలేదనిపిస్తున్నారు. సమష్టి ప్రదర్శన కనబరిస్తేనే టీమిండియాకు విజయం దక్కునుంది. మధ్యాహ్నం 3 గంటలకు ఈ మ్యాచ్ ప్రారంభం కానుండగా.. జియో హాట్ స్పార్, స్పార్ స్పోర్ట్స్ ప్రత్యక్ష ప్రసారం కానుంది.

భారత తుది జట్టు(అంచనా):
నృతి మధాన, ప్రతికా రావల్, హర్షిన్ డియోల్, హార్వెస్ట్ ట్రీ కౌర్, రిచా ఘోష్, అమన్ జోత్ కౌర్, స్పేమ్ రాణా, దీప్తి శర్మ, రేణుక సింగ్/జెమీమా రోడ్రిగ్స్, క్రాంతి గౌడ్, శ్రీ చరణి.

కఠినమైన పాఠ్యాంశాలు
నేర్పించేందుకు “బుధవారం బోధన”

జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి
మధ్యాహ్న భోజనం
నాణ్యత పరిశీలన

కరీంనగర్,జనతా న్యూస్ : విద్యార్థులకు కఠినమైన పాఠ్యాంశాలను నేర్పించేందుకు బుధవారం బోధన కార్యక్రమం ఉపకరిస్తుందని జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి అన్నారు. జిల్లావ్యాప్తంగా ప్రతి బుధవారం అన్ని పాఠశాలల్లో బుధవారం బోధన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తున్నారు. ఇందులో భాగంగా కరీంనగర్ రూరల్ మండలం దుర్గేడు జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో బుధవారం బోధన కార్యక్రమాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ పమేలా సత్పతి పర్యవేక్షించారు. మధ్యాహ్నం భోజనం నాణ్యతను పరిశీలించారు. విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం చేశారు. 9వ తరగతి విద్యార్థులతో పాఠాలు చదివించారు. ప్రతి విద్యార్థితో పాఠాన్ని చదివిస్తూ స్పష్టంగా ఆర్థంవంతంగా చదివేందుకు మెళకువలు నేర్పారు. ప్రతి విద్యార్థి నోట్ బుక్ లో రైటింగ్ తీరును పరిశీలించి సంతృప్తి వ్యక్తం చేశారు. అనంతరం విద్యార్థులతో మాట్లాడుతూ బుధవారం బోధనలో ఏదైనా సబ్జెక్టులోని కఠినమైన పాఠాన్ని ఎంచుకొని చదవాలని అన్నారు. శ్రద్ధ అంతీతభావంతో నేర్చుకోవాలని సూచించారు. బుధవారం బోధన కార్యక్రమానికి అత్యంత ప్రాధాన్య ఇస్తూ కఠినమైన పాఠాల పట్ల దృష్టి పెట్టాలని ఉపాధ్యాయులను పాఠాల పట్ల దృష్టి పెట్టాలని ఉపాధ్యాయులను



ఆదేశించారు.
విద్యార్థులతో కలిసి భోజనం
విద్యార్థులతో కలిసి మధ్యాహ్న భోజనం చేసిన కలెక్టర్ పిల్లలకు కొన్ని సూచనలు చేశారు. కూరలు ఎక్కువగా తినాలని, ఆకుకూరలు, గుడ్లు తప్పకుండా తీసుకోవాలని సూచించారు. ఏ అవశర పదార్థాల్లో ఏ పోషకాలు ఉంటాయని విద్యార్థులను ప్రశ్నిస్తూ వారికి వివరించారు.

పాఠశాలలో విద్యార్థులకు ఏవైనా అవసరాలు ఉంటే వెంటనే కల్పించాలని విద్యాధికారిని ఆదేశించారు. విద్యార్థులు చేతులు కడుక్కునే చోట నల్లలు లేకపోవడం పట్ల ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తూ వెంటనే ఏర్పాటు చేయాలని ఆదేశించారు.

ఘనంగా అండర్ 17 కఠినగర్ జిల్లా స్థాయి బాల బాలికల చెస్ ఎంపిక పోటీలు

కరీంనగర్,జనతా న్యూస్ : క్రీడలలో చేసే క్రీడకు ప్రత్యేకత ఉన్నదని మరియు చెస్ ఆడేవారికి మేధస్సు చాలా పడునుగా ఉంటుందని మరియు విజయ అవకాశాలు చాలా ఉంటాయని అల్ఫోర్డ్ విద్యాసంస్థల అధినేత డాక్టర్ వి.నరేందర్ రెడ్డి అన్నారు.కొత్తపల్లిలోని అల్ఫోర్డ్ ఇ-టెక్స్ స్కూల్ ప్రాంగణంలో ఏర్పాటు చేసినటువంటి ఎస్ జీ ఎఫ్ అండర్ 17 బాల బాలికల చెస్ టోర్నమెంట్ ప్రారంభోత్సవానికి ముఖ్యఅతిథిగా హాజరై మాట్లాడారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం వారు సైతం విద్యార్థులకు అన్ని విధాలుగా ప్రోత్సాహం అందించడం చాలా గొప్ప విషయమని మరియు వారి క్రీడా సామర్థ్యాన్ని పెంపొందించడానికి ప్రత్యేకంగా ఒక విశ్వవిద్యాలయాన్ని ఏర్పాటు చేయడం క్రీడాలోకానికి గొప్ప అవకాశం అని కొనియాడారు. ఈ పోటీల సుండి 5 వరకు క్రీడాకారులను ఎంపిక చేసి జగిత్యాలలో నిర్వహించబోయే జోనల్ స్టాయిలలో పాల్గొనేందుకు అర్హత సాధిస్తారని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో కరీంనగర్ జిల్లా ఎస్ జీ ఎఫ్ కార్యదర్శి వేణుగోపాల్ ,



పీ ఈ టీ ల సంఘం మాజీ అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్ , జీని వివిధ పాఠశాలల ప్రతినిధులు, టీం మేనేజర్లు, పరిశీల యన్ ఎస్ అకాడమీ నిర్వాహకులు కొంకటి అనుష్ , కులు, ఆర్గ్విటర్లు మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

చిగురుమామిడి, జనత న్యూస్:చిగురుమామిడి గ్రామానికి చెందిన జెడ్టి అనూప తన కృషి, పట్టుదలతో 4212 రాష్ట్ర ర్యాంక్ సాధించి, సిద్దిపేట సురభి షేడీకల్ కాలేజీలో ఉచిత ఎంట్రీపీఎస్ సీటు పొందింది. పేద కుటుంబంలో జన్మించి వైద్య విద్యలో విజయాన్ని సాధించిన అనూపను గ్రామ ప్రజలు, బంధువులు హర్షంతో అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా బిజెపి కరీంనగర్ జిల్లా అధికార ప్రతినిధి పొన్నం శ్రీనివాస్ అధ్వర్యంలో అనూపను శాలువాతో నత్తరించారు. “పేదరికం ఎప్పుడూ అడ్డంకి కాదు. దృఢ సంకల్పం ఉంటే ఏదైనా సాధ్యం” అని ఆయన అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి నాయకుల చేరుకుని రాజయ్య, బొల్లి వరకరామాలు, గ్రామ అధ్యక్షుడు దొంత కరుణాకర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

