

సిద్దిపేట పవర్

తెలుగు దినపత్రిక

SIDDIPET POWER TELUGU DAILY

సంపుటి: 01

సంచిక: 159

హైదరాబాద్

బుధవారం

27-08-2025

పేజీలు: 05

ఎడిటర్ : తుక్కోజు గణేష్ బాబు

తెలంగాణలోనే కాదు.. దేశమంతా యూరియా కొరత

హైదరాబాద్ ఆగస్టు 25 (సిద్దిపేట పవర్):

తెలంగాణలోనే కాదు.. దేశమంతా యూరియా కొరత ఉందని రాష్ట్ర మంత్రి తుమ్మల నాగేశ్వరరావు అన్నారు. యూరియా కొరత పట్ల రైతులు ఆందోళనలు చేయడం, చెప్పులు కూలైన్ లో పెట్టడంపై విభజనా ప్రభుత్వాన్ని విమర్శిస్తున్న నేపథ్యంలో మంత్రి స్పందిస్తూ రైతాంగానికి బహిరంగ లేఖ రాశారు. యూరియా కొరతకు కారణాలేంటో లేఖలో వివరించారు.

“రాష్ట్రంలో యూరియా కొరతకు రెండు ప్రధాన కారణాలున్నాయి. మొదటిది రాష్ట్రానికి దిగుమతి ద్వారా కేటాయించిన యూరియా ప్రపంచ వ్యాప్తంగా జియో పాలిటిక్స్ నేపథ్యంలో ఎర్ర సముద్రంలో నౌకాయానం నిలిచిపోయింది. ఆగస్టు వరకు రాష్ట్రానికి దిగుమతి ద్వారా 3.94 లక్షల మెట్రిక్ టన్నుల యూరియాను కేంద్రం కేటాయించింది. కానీ, నౌకాయానం నిలిచి పోవడంతో సమయానికి రాలేదు. రెండో కారణం.. దేశీయంగా యూరియా ఉత్పత్తి డిమాండ్ కు తగ్గస్థాయిలో లేకపోవడం. రామగుండం ఫ్యాక్టరీ నుంచి 1,69,325 మెట్రిక్ టన్నులు కేటాయించారు. కానీ, ఆ ఫ్యాక్టరీ 1,06,853

మెట్రిక్ టన్నులు మాత్రమే సరఫరా చేసింది. 62,473 మెట్రిక్ టన్నుల యూరియా కొరత ఏర్పడింది. రామగుండం నుంచి అత్యధిక కేటాయింపులు జరపాలని కేంద్రాన్ని కోరినా ఆ ఫ్యాక్టరీ ఉత్పత్తిలో కేవలం 40 శాతమే రాష్ట్రానికి కేటాయించింది. అయితే, మే నుంచి ఈనెల వరకు 78 రోజులు ఆ ఫ్యాక్టరీలో ఉత్పత్తి జరగలేదు. రాష్ట్రానికి రావాల్సిన యూరియా సమయానికి రాలేదు. యూరియా దిగుమతి లేదు.. దేశీయంగా సరఫరా లేదు.. దీంతో కొరత ఏర్పడింది. రైతులకు వాస్తవాలు తెలియాలనే ఈ లేఖ రాస్తున్నా” అని మంత్రి తుమ్మల పేర్కొన్నారు.



అసలు రేవంత్ రెడ్డి ఎవరు?

బీహార్ రాజకీయాల్లో రేవంత్ రెడ్డి జోక్యం ఏమిటన్న ప్రశ్నాంత్ కిశోర్ రేవంత్ రెడ్డికి బీహార్ లో ఏం పని అని నిలదీత బీహార్ ను అవమానించాడని ఆగ్రహం



హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

మాజీ రాజకీయ వ్యూహకర్త ప్రశాంత్ కిశోర్ (పీకే) తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై సంఘటన వ్యాఖ్యలు చేశారు. బీహార్ రాజకీయాల్లో రేవంత్ జోక్యం చేసుకోవడాన్ని తప్పుబట్టారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన పలు ప్రశ్నలు సంధించారు. “అసలు రేవంత్ రెడ్డి ఎవరు? బీహార్ లో ఆయనకు

..మిగతా 2లో

కాంగ్రెస్ మళ్ళీ గెలిస్తే రాజకీయాలు వదిలేస్తా... పీసీసీ చీఫ్ ఒక గజినీ

బీజేపీ ఎంపీల గెలుపుపై దొంగ ఓట్ల ఆరోపణలను ఖండించిన బండి సంజయ్ ఆరు గ్యారంటీల హామీలు ఏమయ్యాయని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి ప్రశ్న కఠినగర్భంలో ఒకే మైనారిటీ ఇంట్లో 200 ఓట్లు ఉన్నాయని ఆరోప



హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మళ్ళీ అధికారంలోకి వస్తే తాను రాజకీయాల నుంచి శాశ్వతంగా తప్పుకుంటానని కేంద్ర మంత్రి బండి సంజయ్ సవాల్ విసిరారు. రాష్ట్రంలో 8 మంది బీజేపీ ఎంపీలు దొంగ ఓట్లతో గెలిచారంటూ టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ చేసిన ఆరోపణలపై ఆయన కఠిన నగర్ లో మీడియాతో మాట్లాడుతూ తీవ్రంగా స్పందించారు. కాంగ్రెస్ నేతలు చేసిన ఆరోపణలు నిరాధారమని, కఠిన నగర్ లో పాట 8 నియోజకవర్గాల ప్రజలను అవమానించారని, వెంటనే క్షమాపణ చెప్పాలని

..మిగతా 2లో

‘కోటిలా’ చిక్కుముడి

విప్పదెలా?

స్థానిక సంస్థల్లో 42 శాతం రిజర్వేషన్లపై పార్టీ పెద్దలు, న్యాయ కోవిదులతో మంత్రుల చర్చలు జీవో ఇస్తే ఎదురయ్యే అడ్డుంకులపై విశ్లేషణ గతంలో మరారా రిజర్వేషన్లను కొట్టేస్తూ ఇచ్చిన తీర్పు పరిశీలన బిహార్ కు సీఎం రేవంత్, మంత్రులు.. రాపబల్ యాత్రకు సంఘీభావం



మనదే అత్యుత్తమ జట్టు.. కప్ మనదే

ఆసియా కప్ లో టీమిండియానే ఫేవరేట్ అన్న సెహ్వాగ్ సూర్యకుమార్ యాదవ్ కెప్టెన్సీని ప్రశంసించిన వీరూ మనదే అత్యుత్తమ జట్టని భీమా వ్యక్తం చేసిన మాజీ ఓపెనర్ 2026 టీ20 ప్రపంచకప్ కు ఇది మంచి సన్నాహక టోర్నీ యూఏఈ వేదికగా సెప్టెంబర్ 9 నుంచి ఆసియా కప్

హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

త్వరలో ప్రారంభం కానున్న ఆసియా కప్ లో సూర్యకుమార్ యాదవ్ నేతృత్వంలోని భారత జట్టే టైటిల్ గెలుస్తుందని టీమిండియా మాజీ డాబింగ్ ఓపెనర్ పీరేంద్ర సెహ్వాగ్ ధీమా వ్యక్తం చేశాడు. ప్రస్తుతం బోర్నిలో పాల్గొంటున్న జట్లలో మనదే అత్యుత్తమ జట్టు అని, కప్ ను నిలబెట్టుకోవడం ఖాయమని ఆయన జోస్యం చెప్పాడు.

ఆసియా కప్ అధికారిక ట్రాన్స్కాఫర్ సోనీ స్పోర్ట్స్ నెట్ వర్క్ తో ప్రత్యేకంగా మాట్లాడిన సెహ్వాగ్, భారత జట్టు నెత్తాపై పూర్తి విశ్వాసం కనబరిచాడు. “మనం ప్రపంచ ఛాంపియన్లు. ఇటీవలే టీ20 ప్రపంచకప్ గెలిచాం. కాబట్టి ఆసియా కప్ లో మనమే అత్యుత్తమ జట్టు అని నేను కచ్చితంగా చెప్పగలను. ఈసారి కూడా టైటిల్ మనమే గెలుపుమని ఆశిస్తున్నాను” అని అన్నాడు.

సూర్యకుమార్ యాదవ్ కెప్టెన్సీని సెహ్వాగ్ ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించాడు. “మనకు చాలా మంచి జట్టు ఉంది. కెప్టెన్ గా సూర్య ముందుండి నడిపిస్తున్నాడు. అతను టీ20 ఫార్మాట్ లో

..మిగతా 2లో



రేవంత్ సాల్పు పురాణం ఆపాలి

కోదండరామ్ పై ప్రేమ ఉంటే సీఎం చేయండి కోదండరాంపై సీఎం రేవంత్ రెడ్డిది మొసలి కన్నీరు అంటూ శ్రవణ్ విమర్శలు జాబ్బిహిల్స్ ఉపఎన్నికలో పోటీ చేయించాలని డిమాండ్ ఓయూకు రూ. 1000 కోట్లు ఇచ్చేదమ్ముండా అని ప్రశ్న



హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డిపై టీఆర్ఎస్ ఎమ్మెల్సీ దాసోజు శ్రవణ్ తీవ్రస్థాయిలో విమర్శలు గుప్పించారు. ప్రొఫెసర్ కోదండరాంపై సీఎం చూపిస్తున్నది మొసలి కన్నీరేనని, ఆయన ప్రేమలో ఏమాత్రం నిజాయితీ లేదని అన్నారు. రేవంత్ రెడ్డికి కోదండరాంపై నిజంగానే

..మిగతా 2లో

యూరియాపై రైతులు ఆందోళన చెందవద్దు

యూరియా సరఫరాను పెంచేందుకు ప్రభుత్వం అన్ని రకాల చర్యలు తీసుకుంటోంది కృత్రిమ కొరత సృష్టించే వారిపై కఠిన చర్యలు పైవేట్ డిలర్ల వద్ద ఉన్న యూరియా నిల్వలను రైతులకు వెంటనే అమ్మే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలి యూరియా నిల్వలు, సరఫరాపై మంత్రి జాపల్లి కృష్ణారావు సమీక్ష



హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

ఉమ్మడి మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో ప్రస్తుతం అందుబాటులో ఉన్న యూరియా నిల్వలు, సరఫరాపై ఐడీఓసీలో మంత్రి జాపల్లి కృష్ణారావు సమీక్ష నిర్వహించారు. ఈ సమీక్షలో ఎమ్మెల్సీ దామాడర్ రెడ్డి, ఎమ్మెల్యేలు యెన్నం శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మధుసూదన్ రెడ్డి, బండ్ల కృష్ణ మోహన్ రెడ్డి, పల్లక రెడ్డి, మేఘారెడ్డి, కనీరెడ్డి నారాయణరెడ్డి, డా. రాజేంద్రరెడ్డి, డా. పంశీకృష్ణ, డి.సీ.బీ.వైరెడ్డి విష్ణువర్ధన్ రెడ్డి, జిల్లా కలెక్టర్లు, ఎస్సీలు,

..మిగతా 2లో

రాజీనామా చేసే ధైర్యం ఉందా..?

ఓటు చోరికి పాల్పడితే అన్ని పార్లమెంట్ స్థానాలను బీజేపీయే గెలిచేదన్న ఎంపీ అందరం రాజీనామా చేసి మళ్ళీ ఎన్నికలకు వెళదామా? అని సవాల్ కాంగ్రెస్ ఎనిమిది చోట్ల ఎలా గెలిచిందని ప్రశ్న

హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

పీసీసీ అధ్యక్షుడిగా ఏది పడితే అది మాట్లాడితే ఊరుకునేది లేదని, ఓటు చోరికి పాల్పడి ఉంటే దేశంలోని అన్ని పార్లమెంట్ స్థానాలను తామే గెలుస్తామని బీజేపీ ఎంపీ రఘునందన్ రావు అన్నారు. టీపీసీసీ అధ్యక్షుడు మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ బాధ్యత మరిచి మాట్లాడుతున్నారని విమర్శించారు. తమ పార్టీ ఎంపీలందరం రాజీనామా చేసి మళ్ళీ ఎన్నికలకు వెళతామని, దానికి కాంగ్రెస్ సిద్ధమా? అని సవాల్ విసిరారు. రాజీనామా చేసే ధైర్యం

..మిగతా 2లో



రైతుల ఆవేదనను పట్టించుకోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

ప్రాథమిక వైద్య సేవలు అందించడంలోనూ విఫలం రైతు ఆత్మహత్య రేవంత్ రెడ్డి ప్రభుత్వం చేసిన హత్య మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు

హైదరాబాద్ ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్):

రైతుల ఆవేదనను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పట్టించుకోవడం లేదని మాజీ మంత్రి తన్నీరు హరీష్ రావు మండిపడ్డారు. తెలంగాణలో వ్యవసాయం పూర్తిగా కుప్పకూలిపోయిందనే వివాదాన్ని మరోసారి ఒక రైతు దుర్మరణం

..మిగతా 2లో



గ్రామాల్లో ఉన్న సమస్యలు పరిష్కరించండి

బిజెపి పార్టీ ఆధ్వర్యంలో
చేర్యాల MRO కి వినతి

చేర్యాల, ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్) బిజెపి చేర్యాల మండల అధ్యక్షులు పద్మకొండ సంజీవులు గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో ఈరోజు చేర్యాల తహసీల్దార్ గారికి వినతి పత్రం ఇవ్వడం జరిగింది చేర్యాలలో ఉన్న ప్రతి గ్రామంలో అర్హులైన పేదలందరికీ ఇందిరమ్మ ఇల్లులు మంజూరు చేయాలని చేర్యాల బిజెపి మండల అధ్యక్షులు పద్మకొండ సంజీవులు గౌడ్ అన్నారు, అలాగే గ్రామంలో ఉన్న సమస్యలు వీధిర్రుట్లు మురికి వెంటలు సీని రోడ్ల సమస్యలు అధికారులు ఎవరూ పట్టించుకోవడం లేదు దీని వెంటనే

అధికారులు ఈ సమస్యలను పరిష్కరించాలని అన్నారు లేని ఎడల భారతీయ జనతా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ప్రజలను ఏకం చేసి ప్రజా ఉద్యమాన్ని చేస్తామని అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో బిజెపి రాష్ట్ర నాయకులు బూర్గు సురేష్ గౌడ్ గారు రాష్ట్ర కౌన్సిల్ మెంబర్ సర్ర మహేందర్ రెడ్డి, సీనియర్ నాయకులు పోతుగంటి రామదాసు గారు, ముచ్చంటల సిద్ధారెడ్డి, చేర్యాల మండల ప్రధాన కార్యదర్శి తోట బాలరాజు గారు, నాయకులు మన్నె సత్యకుమారం బాల సరస్వతి, బిజెపి మండల ఉపాధ్యక్షులు బయ్యారపు యాదగిరి, మండల కార్యదర్శి గుండాల సత్యనారాయణ, తదితరులు పాల్గొన్నారు



పథకాలను అమలుపరచని ప్రభుత్వం

ఆరు గ్యారంటీలను వెంటనే
అమలు చేయాలి బిజెపి డిమాండ్

నంగునూరు, ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్) గత ఎన్నికల సమయంలో ఇచ్చిన హామీ ప్రకారమే ఆరు గ్యారంటీలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వెంటనే అమలు చేయాలని బిజెపి రాష్ట్ర పిలుపు మేరకు మెడక్ పార్లమెంట్ సభ్యులు మాధవనేని రఘునందన్ రావు సూచన మేరకు నంగునూర్ మండల ఎమ్మార్వో కి బిజెపి మండల అధ్యక్షుడు వెంకట్రామిరెడ్డి ఆధ్వర్యంలో వినతి పత్రం ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా బిజెపి మండల అధ్యక్షుడు వెంకట్రామిరెడ్డి మాట్లాడుతూ గత ఎన్నికల సమయంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇచ్చిన హామీల అమలు చేయాలని మరియు స్థానిక సమస్యల విషయమై భారతీయ జనతా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో గత పది రోజులుగా మండలంలోని అన్ని గ్రామాల్లో స్థానిక సమస్యలు ప్రజలను అడిగి తెలుసుకోవడం జరిగిందని గ్రామాల నుండి మొదలుకొని మండల కేంద్రాలు అలాగే జిల్లా కేంద్రాల వరకు అంతటా పారిశుధ్య సమస్య విపరీతంగా ఉందని, పర్యావరణ దృశ్య అంటు వ్యాధులు రాకుండా ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని ఎమ్మార్వో ని కోరామని, మండలంలో చాలా రోడ్లు గుంతలు, ఇతర సమస్యలు ఉన్నాయని కావున రోడ్ల మరమ్మత్తులకు చర్యలు తీసుకోవాలని, పాఠశాలలకు సంబంధించి గురుకులాలు, సాంఘిక సంక్షేమ హాళ్లలో సమస్యలు విలయ కాండవం చేస్తున్నాయని, విద్యార్థుల భవిష్యత్తును దృష్టిలో పెట్టుకొని ప్రభుత్వ హాస్టల్లై ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలని అన్నారు.

కొన్ని ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో శౌచాలయాలు లేక విద్యార్థులు ముఖ్యంగా బాలికలు తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురి అవుతున్నారని కావున ఈ విషయంలో శాశ్వత పరిష్కారం చూపి విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. పాఠశాల, కళాశాలల్లో పదివేల విద్యార్థులకు అర్థిసీ బిస్కలు చాలా గ్రామాల్లో అందుబాటులో లేక తీవ్ర ఇబ్బందులకు గురి అవుతున్నారని కావున సాధ్యమైనన్ని గ్రామాలకు బిస్క సౌకర్యం కలిగిలా చర్యలు తీసుకోవాలి అని అన్నారు. నంగునూర్ మండలంలో ఎక్కువ భాగం వ్యవసాయదారులు బోరు బావులతోనే వ్యవసాయం కొనసాగిస్తున్నారు. ఏదైనా సమస్యతో ట్రాన్సార్మర్ కాల్ పోయినప్పుడు మరమ్మత్తుల కోసం వ్యవసాయదారులు రోజుల తరబడి వేచి చూడల్సి వస్తున్నది. ఇలా కాకుండా సత్య రమే చచ్చేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఎమ్మార్వో కి విన్నపించడం జరిగింది అని అన్నారు. అన్ని అర్హతలు ఉండి రుణమాఫీ కానీ రైతుల సగానికి పైగా ఉన్నారు. ప్రతి రైతుకి రెండు లక్షల రుణమాఫీ అయ్యేలా చూడాలని అన్నారు. రైతులకు సరిపడా యూరియా సరఫరా చేయాలని అన్నారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల విషయంలో మండలంలో అధికారపార్టీ వాళ్ళకే అధికారులు ప్రాధాన్యత ఇవ్వడం కూడా సరికాదని ఈ సందర్భంగా తెలియజేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో కిసాన్ మోర్చా జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు తిరుపతి రెడ్డి, ప్రధాన కార్యదర్శి బండి సతీష్, రత్నాకర్ రెడ్డి, సతీష్ గౌడ్, సురేష్, రాజని కర్ రెడ్డి, కృష్ణ శ్రీనివాస్ గౌడ్, యాదగిరి గుంధం పరమేశ్వర రెడ్డి, కిషోర్ పాల్గొన్నారు



గాంధీ ఆసుపత్రిలో హెపటైటిస్ బి వ్యాక్సినేషన్

సికింద్రాబాద్, ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్) : సికింద్రాబాద్ గాంధీ ఆసుపత్రిలో మంగళవారం హెపటైటిస్ బి వ్యాక్సినేషన్ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. మొయినాబాద్ రోటరీక్లబ్ సౌజన్యంతో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో ఆసుపత్రి సిబ్బంది 130 మందికి వప్స్ డోసు, 249 మందికి సెకండ్ డోసు వ్యాక్సినేషన్ ను ఇచ్చినట్లు గాంధీ డిపూటీ సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్

సునీల్ తెలిపారు. గాంధీ మెడికల్ కాలేజీ ఫ్యాకల్టీ, డాక్టర్లు, మెడికల్ స్టూడెంట్స్, నర్సులు, పారామెడికల్ సిబ్బందికి వ్యాక్సినేషన్లు. గతంలో 410 మందికి హెపటైటిస్ బి వ్యాక్సినేషన్ ను ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆసుపత్రి సూపరింటెండెంట్ డాక్టర్ రాజకుమారి, డిప్యూటీ సూపరింటెండెంట్ డా. సునీల్, ఆర్ఎంహెచ్ డా. శేషాద్రి, డా. రజనీ, డా. కళ్యాణ చక్రవర్తి, సిబ్బంది పాల్గొన్నారు



మట్టి గణపతే మహా గణపతి... వినాయక చవితికి మట్టి గణపతులనే పూజించండి...

- విఘ్నేశ్వరుని దయతో అన్ని విఘ్నాలు తొలగాలి...
 - మనం ప్రకృతిని ప్రేమిస్తే, గణపతి మనల్ని ప్రేమిస్తాడు. మనం ప్రకృతిని రక్షిస్తే, గణపతి మనల్ని రక్షిస్తాడు.
 - వినాయక మండపాల వద్ద జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి.
 - వినాయక చవితి పర్వదిన శుభాకాంక్షలు...
- మాజీ మంత్రి ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు
సిద్దిపేట పవర్: జిల్లా ప్రజలకు మాజీ మంత్రి

ఎమ్మెల్యే హరీష్ రావు వినాయక చవితి పర్వదినం సందర్భంగా శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మాట్లాడుతూ... ఈ వినాయక చవితి పర్వదినాన్ని ప్రజలంతా కుటుంబసమేతంగా భక్తి శ్రద్ధలతో జరుపుకోవాలన్నారు. సకల కార్యాలకు ప్రథమ పూజ చేసింది.. పూజించేది విఘ్నేశ్వరున్నే అని చెప్పారు. విఘ్నేశ్వరుని అనుగ్రహంతో విఘ్నాలు తొలగి అన్నింటా శుభం చేకూరాలని ఆకాంక్షించారు. విఘ్నేశ్వరుని దయతో ఎలాంటి విఘ్నాలు రాకుండా నిర్విఘ్నంగా అన్ని కార్యాల నెరవేరాలని ప్రజలందరూ సుభిక్షంగా ఉండాలని ఆ విఘ్నేశ్వరుణ్ణి ప్రార్థించారు. ప్రతి ఒక్క ఇంటిలో

మట్టి గణపతి ప్రతిమను పూజించాలన్నారు. మట్టి గణపతి పూజించడం ఎంతో శ్రేష్ఠమని * మట్టి గణపతి మహా గణపతి * అని చెప్పారు. వినాయక చవితికి మట్టి గణపతులనే పూజించండి. మనం ప్రకృతిని ప్రేమిస్తే, గణపతి మనల్ని ప్రేమిస్తాడు. మనం ప్రకృతిని రక్షిస్తే, గణపతి మనల్ని రక్షిస్తాడు. పర్యావరణాన్ని పరిరక్షణతో దేవుణ్ణి పూజించాలని పిలుపునిచ్చారు. అదేవిధంగా వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో మండపాల వద్ద యువత, పిల్లలు జాగ్రత్తగా ఉండాలని, విఘ్నేశ్వర గౌడ విషయంలో, చెరువు లో నిమగ్నం చేసే సమయంలో తగిన జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని సూచించారు..



శ్రీ వందన ఆసుపత్రిలో అరుదైన వీ-బిఎస్ డెలీవరీ..

సిద్దిపేట పవర్: సిద్దిపేట పట్టణంలోని శ్రీ వందన మెటర్నిటీ ఆసుపత్రిలో అరుదైన వీబీఎస్ డెలీవరీ చేయడం జరిగిందని ఆసుపత్రి గైనకాలజిస్ట్ డాక్టర్ వందన బొజ్జ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ వందన బొజ్జ మాట్లాడుతూ... ఒకసారి మహిళకు మెదటి కాన్పు లో సిజేరియన్ అయిన తర్వాత దాదాపుగా రెండు వారాల పాటు కాదని ప్రజల్లో అవసరమైతే ఉందని.. కానీ అలాంటి అనుమానాలను పటా పంపి చేస్తూ నార్మల్ డెలీవరీ చేసి నిరూపించడం జరిగిందని తెలిపారు. ఈ నార్మల్ డెలీవరీ విజయవంతంగా చేయబడి తల్లి, బిడ్డ క్షేమంగా ఉన్నారని వైద్యురాలు వందన తెలిపారు.

సిజేరియన్ తర్వాత నార్మల్ డెలీవరీ చేయడం వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు ఉన్నాయో, మట్టి సిజేరియన్ చేస్తే ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఉన్నాయో డాక్టర్ వందన వివరించారు. ప్రయోజనాలు ఆసుపత్రిలో అసలు నార్మల్ డెలీవరీ చేయడం అవసరమే ఉందని, కానీ శ్రీ వందన ఆసుపత్రిలో రెండు వారాల పాటు 7 నార్మల్ డెలీవరీలు విజయవంతంగా చేయడం జరిగిందన్నారు. తమ ఆసుపత్రిలో అన్ని రకాల కాన్పులు, పెయిన్ లెస్ నార్మల్ డెలీవరీలు, గర్భసంచి ఆపరేషన్ లు, ట్యూబెక్టమీ చేయబడవని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఓబీ ఆసిస్టెంట్ రమేష్, స్టాఫ్ మేనేజ్మెంట్ నాగరాజు, కృష్ణమోహన్ పాల్గొన్నారు.



మట్టి ప్రతిమలను పూజిద్దాం పర్యావరణాన్ని రక్షిద్దాం

మట్టి గణపతిని తయారు చేసిన కమిషనర్ సిద్దిపేట పవర్: కమిషనర్ అశోక్ కుమార్ క్రాంతి హై స్కూల్ లో మట్టికా గణపతి నిరాణ శిక్షణ శిబిరంలో పాఠశాల యాజమాన్యం వారి ఆహ్వానం మేరకు కార్యక్రమంలో పాల్గొని మట్టి గణపతి విద్యార్థుల ఎదురుగా తయారు చేసిన చూపించారు. మట్టి గణపతి తయారు చేసిన అనంతరం వినాయక చవితి ప్రత్యేకతను విద్యార్థులకు వివరించారు. వినాయక చవితి రోజు మన స్వస్థానాలతో వినాయకుణ్ణి తయారు చేస్తే వచ్చే సంవత్సరం వేరని మన మేరకు కార్యక్రమంలో పాల్గొని మట్టి గణపతి విద్యార్థులకు తెలిపారు. అందుకోసం వినాయకుని తయారీని సులభమైన పద్ధతులలో చేసి చూపించారు. ప్రతి ఒక్కరూ మట్టి వినాయకులను పూజించి పర్యావరణ పరిరక్షణలో భాగమన్నారు. వినాయక చవితి పండుగ అంటేనే ప్రకృతితో ముడిపడి

ఉంటుందని వినాయక చవితికి ఉపయోగించే మట్టి వినాయక ప్రతిమకాని, పత్తి గాని ప్రకృతి రూపాలే అన్నారు. ప్లాస్టిక్ ఆఫ్ ప్లాస్టిక్ తయారు చేసిన మట్టి విగ్రహాలను నెలకొల్పకుండా మట్టితో చేసినవారికి మాత్రమే ప్రాముఖ్యత ఇవ్వాలని సూచించారు. ప్లాస్టిక్ ఆఫ్ ప్లాస్టిక్ రసాయన రంగులతో తయారు చేసిన విగ్రహాలను నిమజ్జనం చేసినట్లు తెలిపారు. పూర్తిగా కలుషితమవుతున్నారని. పర్యావరణాన్ని పరిరక్షించేందుకు, కాలమ్మన్నీని యంత్రించేందుకు ప్రతి ఏడాది మట్టి వినాయక విగ్రహాలను ఉచితంగా పంపిణీ చేసే విధానాన్ని కంట్రీలో బోర్డు వారితో కలిసి మోడర్నైజ్మెంట్ వద్ద ప్రయోజనం లకు, విద్యార్థులకు మట్టి విగ్రహాలను పంపిణీ చేశారు. సిద్దిపేట పట్టణ ప్రజలందరికీ కూడా ముందస్తుగా వినాయక చవితి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. కార్యక్రమంలో రవీందర్, సీనియర్ అసిస్టెంట్, పాలిటెక్నిక్ కంట్రీలో బోర్డు, భగవాన్ (క్రాంతి పాఠశాల యాజమాన్యం) తదితరులు పాల్గొన్నారు.



ఏసీబీ వలలో పట్టుబడ్డ ఉపాధి హామీ చట్టం ఈసీ

చేర్యాల, ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్) మధ్యమండల పరిషత్ కార్యాలయం లో ని మహాత్మా గాంధీ ఉపాధి హామీ చట్టంలో ఈసీ గా పనిచేస్తున్న బండకింది పరుశరాములు, 11 వేల 500 లంచం తీసుకుంటుండగా ఏసీబీ అధికారి మెడక్ డి.ఎస్.సి. సుదర్శన్, మంగళవారం పట్టుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ.. ఉపాధి హామీ చట్టంలో పనిచేస్తున్న ఈసీ పరుశరాములపై ఈనెల 25న తమకు ఫిర్యాదు చేయబడిన తెలిపారు ఫిర్యాదు దారుడి నుండి ఈసీ 115000 లంచం డిమాండ్ చేయడంతో బాధితుడు సమాచారం తెలిపారు దీంతో పరుశరాములు ఉపాధి హామీ చట్టం కార్యాలయంలో బాధితుడు నుండి డబ్బులు తీసుకుంటుండగా పట్టుకున్నామన్నారు. అలాగే అతని ఇంటివద్ద సోదాలు నిర్వహిస్తూ ఈసీ ని కస్టడీ



లోకి తీసుకున్నట్లు తెలిపారు.

షాడో కాంగ్రెస్ అధికార ప్రతినిధిగా ఎంపీ..

- రేవంత్ రెడ్డిని తిట్టడు, తిట్టనియ్యడు..
- బిజెపి, కాంగ్రెస్ రెండు రెండే యూరియా సరఫరా లో వైఫల్యం..
- భవిష్యత్తులో మూల్యం తప్పదు..

యూరియా ఇచ్చే పరిస్థితుల్లో ప్రభుత్వం లేదు రేవంత్ రెడ్డిని ఒక్క మాట అనుసరించేదు బిజెపి పార్టీ రాష్ట్రంలో బిజెపి ప్రతిష్ఠ పార్టీ అన్న విషయం మర్చిపోయిందని ఏదైనా చేశారు.. బిజెపి ఎంపీ యూరియా తేవడంలో ఫెయిల్ అయ్యాడని, రైతుల కోసం బీఆర్ ఎస్ పోరాటం చేస్తుంటే బిజెపి నిమగ్నం రైతులట్టుగా ఉందని మండి పడ్డాడు.. యూరియా సమస్య పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకుంటామనే హామీ ఇప్పటికీ లేదని బిజెపి పార్టీ ని కూడా నిలదీస్తామన్నారు.. ఏయో జకవర్గ పరిధిలోని యూరియా సమస్య చాలా ఉంది.. రైతులు రోడ్డు ఎక్కి ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.. జిల్లా యంత్రాంగం వైఫల్యం చెందింది. మంత్రులు, అధికారులు విఫలం చెందారు.. జిల్లా మంత్రి ఎక్కువ ఉన్నాడు. స్పందన లేదు జిల్లాకు రావాల్సి కోలా ఎక్కువ.. మాజీ మంత్రి హరీష్ రావు ఇప్పటికీ పలుసార్లు హెచ్చరించారు.. అయిన ప్రభుత్వం లో స్పందన లేదు.. యూరియా పరిస్థితి ఆందోళనకరంగా మారింది భవిష్యత్తు లో తగిన గణపాఠం తప్పదు హెచ్చరించారు.. ఈ సమావేశంలో ప్యాక్స్ వైరస్ కోల రమేష్, కాన్సిల్ అరవింద్ రెడ్డి, మాజీ సర్పంచ్ ఆంజనేయులు, పర్వరాములు, సీనియర్ నాయకులు పొన్నపల్ల రాములు, విద్యార్థి యువ నాయకులు యాదగిరి రామ, రవి, రమేష్, సుబ్రహ్మణ్యం, ఇబ్రాహిం చెప్పి అధికారంలోకి వచ్చింది.. రైతులకు



మట్టి గణపతుల ఏర్పాటు ఎన్ఫోర్స్మెంట్ ఫ్రెండ్లీగా ఉంటుంది

డీసీసీ సాధన రన్స్ పెరుమాళ్

సికింద్రాబాద్, ఆగస్టు 26 (సిద్దిపేట పవర్) : మట్టి గణపతుల ఏర్పాటు ఎన్ఫోర్స్మెంట్ ఫ్రెండ్లీగా ఉంటుందని ఉత్తర మండల డిసీసీ సాధన రన్స్ పెరుమాళ్ అన్నారు. సికింద్రాబాద్ సోమ సుందరం వీధిలో మక్తల ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన మట్టి వినాయకులు, తులసి మొక్కల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన డీసీసీ మాట్లాడుతూ.... తులసి మొక్కలను, మట్టి వినాయకులను పంపిణీ చేస్తూ మక్తల ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు మక్తల జలందర్ గౌడ్, సభ్యులు మలచి సందేశాన్ని అందించారు. సికింద్రాబాద్ సోమ సుందరం వీధిలో మక్తల ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన మట్టి వినాయకులు, తులసి మొక్కల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన డీసీసీ మాట్లాడుతూ.... తులసి



అలోచించే తీరిక ప్రజల్లో లేకుండా పోతుందని అందు వల్ల పర్యావరణాన్ని కాపాడడానికి మట్టి గణపతుల పూజ ఒక మార్గమని అన్నారు. అదేవిధంగా డీసీసీ అశోక్, మహంకాళి ఏసీసీ సైదయ్య, ఇన్స్ పెక్టర్ పరుశరాం, సర్పంచరావు, రామకృష్ణ, ఎస్సెలు, మక్తల ఫౌండేషన్ సభ్యులు నరసింహ చారి, సూర్య ప్రకాష్, వెంకటేశ్వరేణి, ప్రకాష్, మధుసూదన్, భాస్కర్, సుబ్రహ్మణ్యం, పూర్వచందర్, శివకుమార్, రాజు, కిరణ్ పాల్గొన్నారు

మట్టి గణపతుల ఏర్పాటు ఎన్వైరాన్మెంట్ ఫ్రెండ్లీగా ఉంటుంది

డిసీపీ సాధన రష్మి పెరుమాళ్ సెక్రిటరీబాబ్, ఆగస్ట్ 26 (సిద్దిపేట పవర్) :

మట్టి గణపతుల ఏర్పాటు ఎన్వైరాన్మెంట్ ఫ్రెండ్లీగా ఉంటుందని ఉత్తర మండల డిసీపీ సాధన రష్మి పెరుమాళ్ అన్నారు. మంగళవారం సికింద్రాబాద్ సోమ సుందరం వీధిలో మకూల ఫౌండేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటు చేసిన మట్టి వినాయకులు, తులసి మొక్కల పంపిణీ కార్యక్రమంలో ముఖ్యఅతిథిగా హాజరైన డిసీపీ మాట్లాడుతూ.... తులసి మొక్కలను, మట్టి వినాయకులను పంపిణీ చేస్తూ మకూల ఫౌండేషన్ వ్యవస్థాపక అధ్యక్షులు మకూల జలందర్ గౌడ్, సభ్యులు మంచి నందేశాస్వాని అందిస్తున్నారని వారిని అభినందించారు. బహిరంగ ప్రదేశాలలో

వినాయక మండపాలను ఏర్పాటు చేసే నిర్మాణాలు తగిన భద్రతను ఏర్పాటు చేసుకోవాలని సూచించారు. జలందర్ గౌడ్ మాట్లాడుతూ.... ప్రస్తుతమున్న బిజీ లైఫ్ లో పర్యావరణం గురించి ఆలోచించే తీరిక ప్రజల్లో లేకుండా పోతుందని అందువల్లపర్యావరణాన్ని కాపాడడానికి మట్టి గణపతుల పూజ ఓ మార్గమని అన్నారు. అడిషన్ల కలెక్టర్, ఎస్సెలు, మకూల ఫౌండేషన్ సభ్యులు నరసింహ చౌరి, సూర్య ప్రకాష్, వెంకటేష్, వేణు, ప్రకాష్, మధుసూదన్, భాస్కర్, సుబ్రహ్మణ్యం, పూర్ణచందర్, శివకుమార్, రాజు, కిరణ్ పాల్గొన్నారు.



అక్రమాలపై ఆధారాలతోనే వార్తలు రాయాలి: ఎంపీ రఘునందన్ రావు

- డిజిటల్ మీడియా ప్రజలకు చేరువైనది
- అక్రమ అరెస్టులు చేస్తే న్యాయపోరాటం చేస్తాం

సిద్దిపేట పవర్ జిల్లా ప్రతినిధి తెలంగాణలో ఉన్నమీడియాలో డిజిటల్ మీడియా సమాజానికి ముందంజు దగ్గరగా ఉందని, జర్నలిజం వైతికి వినయ పలను కాపాడుకోవడంలో ప్రతి పాత్రికేయుడు కీలక పాత్ర పోషించాలని ఎంపీ రఘునందన్ రావు పిలుపునిచ్చారు. సోమాజిగూడ ప్రెస్ క్లబ్ లో తెలంగాణ జర్నలిస్ట్ యూనియన్ ఆధ్వర్యంలో జరిగిన డిజిటల్ మీడియా రక్షణ చట్టాలపై అవగాహన సదస్సులో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొని ఆయన ప్రసంగించారు. అక్రమాలపై ఆధారాలు లేకుండా రాసే వార్తలు ప్రజల నమ్మకాన్ని దెబ్బ తీస్తాయని, జర్నలిస్టులు నిజానిజాలునిర్ధారించుకొని, ఆధారాలతోనే వార్తలు అందించాలి" అని ఆయన సూచించారు. ప్రజల సమస్యలను వెలుగులోకి తేవడమే కాకుండా, సమాజంలో పౌరదర్శకతను పెంచడం జర్నలిస్టుల ధర్మమని ఆయన గుర్తు చేస్తూ రఘునందన్ రావు మాట్లాడుతూ, "అక్రమ అరెస్టులు చేస్తే మేము న్యాయపోరాటానికి దిగుతాం. పత్రికా స్వేచ్ఛను ఎవరూ అణగారోక్కరలేదు. జర్నలిజం భద్రతకు ప్రభుత్వం చర్యలు తీసుకోవాలి" అని అన్నారు. "జర్నలిస్టులు మంచి భాష వాడాలి. వ్యక్తిగత దూషణలు చేయకుండా వ్యవసాలను ప్రామాణీకరించే కాకుండా ద్వారా సమాజంలో విశ్వాసం పెంపొందుతుంది" అని ఆయన పేర్కొన్నారు. డిజిటల్ మీడియా వేగంగా అభివృద్ధి చెందుతోందని, ప్రతి వార్తలో బాధ్యతాయుత ధోరణి ఉండాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ జర్నలిస్ట్ యూనియన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కప్పర ప్రసాదరావు మాట్లాడుతూ, "రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి అధికారం రెడ్డి స్థాయిలో ఉండి జర్నలిస్టులను అవమానించేలా బట్టలూడదస్తే" అని



మాట్లాడడం చాలా దారుణం. మరోకసారి ఇలాంటి మాటలు వస్తే న్యాయపోరాటానికి సిద్ధమవుతాం" అని తీవ్రంగా హెచ్చరించారు. ఆయన అన్నారు, "ప్రజాస్వామ్యంలో నాలుగో స్తంభమైన పాత్రికేయులను కించపరిచే వ్యాఖ్యలు చేయడం అనాగరికం. జర్నలిస్టుల హక్కులు కోసం ఎల్లప్పుడూ కట్టుబడి ఉంటాం" అని చెప్పారు. డిజిటల్ మీడియా వర్గంలో జర్నలిస్ట్ కమిటీ ఆవిర్భావం సందర్భంగా శుభాకాంక్షలు తెలిపారు అధ్యక్షులుగా నిర్మల హిట్ టీవీ ప్రధాన కార్యదర్శిగా మహేష్ తోపాటు పలువురిని ఎన్నుకున్నారని ఈ అవగాహన సదస్సులో పలువురు జర్నలిస్టులు పాల్గొని డిజిటల్ మీడియా వర్తమానం రక్షణ, భవిష్యత్ సవాళ్లపై చర్చించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఐ ఎఫ్ డబ్ల్యూ.జే జాతీయ ఉపాధ్యక్షులు డాక్టర్ పెద్దవరపు సరసింహ సెంటింట్ డాక్టర్ భరత్ కుమార్ శర్మ టీజేయూ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బింగి స్వామి వైస్ ప్రెసిడెంట్ దాసన్న రాష్ట్ర కార్యదర్శి బాపురావు, సిహెచ్ శ్రీనివాస్ గ్రేటర్ హైదరాబాద్ అధ్యక్షులు రామకృష్ణ సిద్దిపేట జిల్లా అధ్యక్షులు ఎల్లయ్య మేడ్చూల్ చల్లూరిజిగి అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్, నంగారెడ్డి జిల్లా అధ్యక్షులు అశోక్ సిద్దిపేట జిల్లా జనరల్ సెంటింట్ మరాటి కృష్ణమూర్తి మహేష్, సిద్ధగౌడ్ రచన, పసంత్ అనిల్ రెడ్డి స్థాయిలో ఉండి జర్నలిస్టులను అవమానించేలా బట్టలూడదస్తే" అని

బాధిత కుటుంబాలను పరామర్శించిన మాజీ ఎమ్మెల్యే నర్సారెడ్డి

జగదేవపూర్ మండలంలోని తిమ్మాపూర్ గ్రామానికి చెందిన నాయని శ్రవణ్ కుమార్ (16) కొంత మహేష్ (34) దెంగ్నా జ్యురం తో ముక్తి చెందారు. సోమవారం జగదేవపూర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు రవీందర్ రెడ్డి గజ్వేల్ మార్కెట్ చైర్మన్ సరోదర్ రెడ్డి తో కలిసి గజ్వేల్ మాజీ ఎమ్మెల్యే నర్సారెడ్డి కుటుంబ సభ్యులను పరామర్శించి

చి ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ బాధిత కుటుంబాలకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున అన్ని విధాలుగా ఆదుకుంటామని చెప్పారు. ఈ కార్యక్రమంలో వారి వెంట గజ్వేల్ నియోజకవర్గం కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు జగదేవపూర్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు , మాజీ సర్పంచులు కార్యకర్తలు గ్రామస్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సొమ్ము ఒకరిది సోకు ఒకరిది అన్నట్టు వుంది హరీష్ రావ్ డ్రామాలు

- రెండు రోజులుగా అల్లిపూర్ సొసైటీ గోదాం లో యూరియా దాచిపెట్టి రైతులకు ఇవ్వకుండా డ్రామాలు ఆడుతున్న హరీష్ రావ్ అతని అనుచరులు
- మండల అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ నిధులు ఇస్తే హరీష్ రావ్ పాలభిషేక డ్రామాలు
- అధికారం కోల్పోయాక చిన్నకోడూరు కు రైలు తెచ్చిన అని గొప్పలు చెప్పే హరీష్ రావ్ యూరియా ఎందుకు తేవట్లేదు
- రైతులపై చిత్తశుద్ధి ఉంటే fscs అల్లిపూర్ సొసైటీ లో అవినీతికి పాల్పడ్డ నీ అనుచరుడైన చైర్మన్ ను సస్పెండ్ చేపించు
- రెండు ప్రాజెక్టులు నిర్మించి పరిహారం ఇవ్వకుండా రైతులను ముంచించి నువ్వు కాదా
- చిన్నకోడూరు మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మీసం మహేందర్ యాదవ్

సిద్దిపేట పవర్: కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్దేశం వల్ల ఈ రోజు యూరియా కొరత విస్తృతం వచ్చిన యూరియాను సిద్దిపేట నియోజకవర్గం చిన్న కోడూరు మండలంలో రైతులకు ఇబ్బంది కల

గకుండా సంబంధిత అధికారుల సహాయంతో నేరుగా రైతులకు అందించాల్సిందిగా చూడాలని నియోజకవర్గ కాంగ్రెస్ ఇంచార్జ్ పూజల హరికృష్ణ గారిని, జిల్లా ఇంచార్జ్ మంత్రి పర్యులు వివేక్ వెంకటస్వామి గారిని కాంగ్రెస్ నాయకులు కోరగా వారి ఆదేశానుసారం అల్లిపూర్ రెవెన్యూ, అల్లిపూర్ రైతు వేదిక క్షేత్ర పరిధిలో ఉన్న కిష్టాపూర్, చెల్లెలపల్లి, కాసారం పల్లి, కొత్తపల్లి, రంగారం పల్లి, ఎల్లయ్య పల్లి, కమ్మర్లపల్లి, మైలారం, బిక్కబండ, కొండేంగలకుంట ఇలా అన్ని గ్రామాల రైతులకు అల్లిపూర్ రైతు వేదికలో బోకెన్ ఇన్ ఆది ఓర్పుకోలేని హరీష్ రావ్ బోకెన్ ఇచ్చిన అధికారిని సస్పెండ్ చేయాలనీ అనడం సిగ్గు చెలుస్తూ, ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో మండల కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు మీసం మహేందర్ మాట్లాడుతూ హరీష్ రావ్ నేడుగా రైతులకు యూరియా అందకుండా అవుతూ రైతులను ఒక దగ్గర గుమిగూడి విధంగా చేసి రెచ్చగొట్టడం తమ సిగ్గుపాతిన తనానికి నిదర్శనమన్నారు. రైతులపై చిత్త శుద్ధి ఉంటే fscs అల్లిపూర్ సొసైటీ లో అవినీతికి పాల్పడి రైతులను ముంచిన నీ అనుచరులు అయినటువంటి చైర్మన్ను పదవి నుండి తొలగించి క్రిమినల్ కేసు పెట్టించు సొమ్ము రికవరీ చేసి రైతులపై చిత్తశుద్ధి చాటుకోవాలని సవల్ వినినారు. అంతకాకుండా గతంలో జిల్లా ఇన్చార్జ్ మంత్రిగా ఉన్న కొండ సురేష్ గారికి చిన్నకోడూరు మండలంలో వివిధ గ్రామాలకు గ్రా



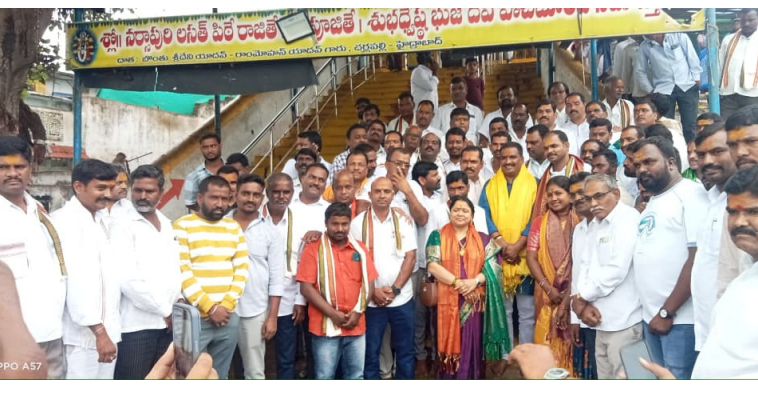
మపంచాయతీ భవనాలు, అంగన్వాడీ కేంద్రాలు, సినిమా రోడ్ల నిర్మాణాలు, డ్రైనేజీలు, హైమక్స్ లైట్స్ ఇలా అన్ని రకాల అభివృద్ధి పనులకు నిధులు మంజూరు చేయాలని నియోజకవర్గ ఇన్చార్జ్ పూజల హరికృష్ణ అందుకుగాను మండల అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం నిధులు కేటాయిస్తే బిఆర్ఎస్ నాయకులు హరీష్ రావ్, కేసీఆర్ చిత్రపటాలను పొరాబిషేక చేయడం సిగ్గుచెలుస్తూ, మరియూ చిన్నకోడూరు కు రైలు వస్తే హరీష్ రావ్ తెచ్చాడని పాలభిషేక కలు చేపించుకునే ఈ హరీష్ రావ్ మరీ రైతులకు

యూరియా ఎందుకు తేవడం లేదని ప్రశ్నించారు ఈ కార్యక్రమంలో మండల ఉపాధ్యక్షులు సందబోయిన పరశురాం, ఎస్సీ సెల్ జిల్లా కన్వీనర్ పొన్నాల రాజేష్, కిసాన్ సెల్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పాకా భూపతి, యూత్ కాంగ్రెస్ మండల ఉపాధ్యక్షుడు ఉడుత ప్రశాంత్, మాజీ ఎస్సీ సెల్ మండల అధ్యక్షుడు కోర శంకర్ యూత్ కాంగ్రెస్ మాజీ అధ్యక్షులు ఉడుత జయంత్, నాయకులు బెజ్జంత్ అనిల్, మోహన్, శానకొండ రాజు, తిరుపతి రెడ్డి, అనిల్, రాజు, సరేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు

కొండపోచమ్మ ఆలయ అభివృద్ధి అన్ని విధాలుగా అభివృద్ధి చేస్తా

- తెలంగాణ ప్రభుత్వం నుండి మరెన్ని నిధులు తీసుకవస్తా
- తెలంగాణ ప్రభుత్వ విప్రు బిర్ల బలయ్య సిద్దిపేట పవర్ గజ్వేల్ నియోజకవర్గం జగదేవ పూర్ మండలం తీగల్ నర్సాపూర్ గ్రామంలో వెలసిన ఆలయ ప్రాంగణం లో బిర్ల బలయ్య పొందేషన్ అధ్యక్షుల వాటర్ ఫౌండ్ ఏర్పాటు చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా ఆలయ ఎమ్మెల్యే తెలంగాణ ప్రభుత్వ విప్రు బిర్ల బలయ్య సిద్దిపేట జిల్లా కాంగ్రెస్ డిసీపీ అధ్యక్షుడు తుంకుంట నర్సారెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ శ్రీ కొండపోచమ్మ ఆలయం అభివృద్ధి దిన దిన సాగుతున్న ప్రజలందరికీ అందుబాటులో ఉండే విధంగా ప్రజాప్రభుత్వం సాగుతుందని అన్నారు. ఆలయానికి ఎక్కువ భక్తులు వస్తున్నారని వచ్చే భక్తులకు మంచినీళ్లు తాగించాలని సహోద్దేశంతో అమ్మవారి ఆశీస్సులతో వాటర్ ఫౌండ్ ఏర్పాటు చేయడం జరిగిందని అన్నారు. తెలంగాణ ప్రభుత్వం విప్రుగా తప్పకుండా అభివృద్ధి అలయ అభివృద్ధికి సహకారం చేస్తానని అన్నారు. అదేవిధంగా లైట్లు కూడా డీజి విధంగా చేస్తామని అన్నారు. బిర్ల పొందేషన్ ద్వారా వాటర్

ఫౌండ్ నిర్మించామని బిర్ల పొందేషన్ ద్వారా ఆలయ అభివృద్ధికి నిధులు ఇస్తామని అన్నారు. మా ఇంటి ఇలవేయ్య కొండపోచమ్మ దర్శించుకోవడం దర్శనం చేసుకోవడం జరిగిందని అన్నారు. అదేవిధంగా కొండ పోచమ్మ ఆలయ అభివృద్ధికి అన్ని విధాలుగా సహాయ సహకారాలు అందిస్తామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో గజ్వేల్ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ సరోదర్ రెడ్డి ఎంపీ సైస్ చైర్మన్ సర్దార్ ఖాన్ ముదుపు భూమి రెడ్డి కొండపోచమ్మ ఆలయ చైర్మన్ అనుగీత నాచారం దేవస్వానం చైర్మన్ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కేసీరెడ్డి రవీందర్ కుకునూరుపల్లి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఆలయ ఈవో రవికుమార్ ఏఎస్ఐ డైరెక్టర్ల యాదయ్య గజ్వేల్ పట్టణ కార్యదర్శి నక్క రామలు కొండపోచమ్మ డైరెక్టర్ల రామ్ రెడ్డి తాజా మాజీ సర్పంచులు గెయ్యపల్లి రజిత రమేష్ కొంపల్లి కరుణాకర్ రాజేందర్ రెడ్డి చంద్రశేఖర్ రెడ్డి మాజీ ఎంపిటిసిలు మహేందర్ యాదవ్ మహేందర్ రెడ్డి రవి కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు మల్లికార్జున్ రెడ్డి అజీజ్ అంజనేయులు బాబీ కిష్టయ్య దండే వెంకటేష్ శేఖర్ చిరంజీవి ఆలయ సిబ్బంది రికార్డ్ అనిస్థంత్ కనకయ్య అర్చకులు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



కత్తి కార్తీక గౌడ్ ఆఫీస్ ఆవరణలో శ్రీ సిద్ధి వినాయక నవరాత్రి ఉత్సవాలు

దుబ్బాక, సిద్దిపేట పవర్ న్యూస్ ఆగస్ట్ 26 ప్రతినిధి

దుబ్బాక నియోజకవర్గంలో జరగబోయే శ్రీ వినాయక చవితి ఉత్సవాలలో భాగంగా బుధవారం కత్తి కార్తీక గౌడ్ బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఆఫీస్ వద్ద రామ సముద్రం , దుబ్బాకలో ఆగస్ట్ 27, 2025 నుండి 15 రోజుల పాటు కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తారు. పూజా కార్యక్రమం ప్రారంభం: ఆగస్ట్ 27, 2025, సాయంత్రం 6:00 గంటలకు ప్రతిరోజు నిత్య అన్నదానం: మహానాడు 1:00 గంటలకు చేపడుతున్నారు. ఈ ఉత్సవాలలో ప్రతిరోజు సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు కూడా నిర్వహించబడతాయి. ఈ ఉత్సవాలకు మీరు, మీ కుటుంబ సభ్యులు అందరూ హాజరై శ్రీ గణపాధుని దర్శించుకోవాలని



బిఆర్ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకురాలు కత్తి కార్తీక గౌడ్ అహ్మీస్తున్నారు.

రాష్ట్రంలో... దమ్మున్న మొగాడు రేవంత్ రెడ్డి

- కేంద్ర నిర్దేశంతోనే రాష్ట్రంలో యూరియా సమస్య
- మోదీని విమర్శించేందుకు భయపడుతున్న కేటీఆర్
- ప్రభుత్వ వీసీ బిర్ల బలయ్య యాదవ్



సిద్దిపేట పవర్ గజ్వేల్ నియోజకవర్గం : రాష్ట్రంలో దమ్మున్న ముగాడు రేవంత్ రెడ్డి కాగా, ఓయూలో అడుగుపెట్టి సమస్యల పరిష్కారానికి చొరవ తీసుకున్న మనత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి దక్కుతుందని ప్రభుత్వ వీసీ బిర్ల బలయ్య యాదవ్ స్పష్టం చేశారు. మంగళవారం రిమనగూడ శివారులో డిసీపీ అధ్యక్షుడు తూంకుంట నర్సారెడ్డితో కలిసి ఆయన మాట్లాడారు. గత ప్రభుత్వ హయాంలో ఉన్నాని యూనివర్సిటీని బ్రష్టు పట్టించగా, చెక్కెదిగ్గె క్రమంలో అడుగుపెట్టి పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు శ్రీకారం చుట్టిన రేవంత్ రెడ్డి సాహసోపేత, చారిత్రాత్మక నిర్ణయాలతో ముందుకెళ్తున్నట్లు స్పష్టం చేశారు. ముఖ్యంగా రాష్ట్ర అభివృద్ధిని జీర్ణించుకోలేని బిఆర్ఎస్ నేతలు తమ పార్టీలో కొనసాగుతున్న మూఝముక్కలను మర్చిపోతున్నట్లు విమర్శించారు. అయితే వారి హయాంలో జరిగిన ఘనకార్యాలు, అవినీతి, అక్రమాలు ఒక్కొక్కటిగా బయట పడుతుండడంతో ప్రజలు ఛీ కాడుతున్నట్లు తెలిపారు. కేంద్ర ప్రభుత్వ నిర్దేశంతోనే రాష్ట్రంలో యూరియా సమస్య తలెత్తిగా, ఆ నెపాన్ని కాంగ్రెస్

ప్రభుత్వంపై నెట్టుతుండడం సిగ్గుచేటని నీలదీశారం అయితే బిజెపి రైతులను తప్పుదారి వల్లీస్తుండగా, మోడీ భయంతో బిఆర్ఎస్ నేతలు వారికి వంత పాడుతున్నట్లు ఎద్దేవా చేశారు. ఏళ్ల తరబడిగా ఎదురు చూస్తున్న ఇందిరమ్మ ఇండ్ల నిర్మాణం, రేపన్ కార్డుల పంపిణీ ప్రక్రియతో బిఆర్ఎస్, బిజెపి పార్టీల పునాదులు కదిలిపోగా, స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలు ఎప్పుడూ జరిగినా కాంగ్రెస్ విజయవరంపర కొనసాగించడం భయమని అన్నారు. ముఖ్యంగా పార్టీ శ్రేణులు సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలోనే కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం చేపడుతున్న సంక్షేమ అభివృద్ధి పథకాలను ప్రజాభీతి తీసుకెళ్లి చైతన్యం చేయాలని బాధ్యతను గుర్రెగలలనీ వివరించారు. వ్యవసాయ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ వంటేరు సరోదర్ రెడ్డి శ్రీ నివాస్ రెడ్డి విజయమోహన్ వైస్ చైర్మన్ సర్దార్ ఖాన్ ప్రభాకర్ గుప్తా సీనియర్ నాయకులు రంగారెడ్డి నాచారం టెంపుల్ చైర్మన్ రవీందర్ గుప్తా వివిధ మండలాల పార్టీ అధ్యక్షులు మాజీ ప్రజాప్రతినిధులు భారీ సంఖ్యలో కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తల పాల్గొన్నారు.

తిమ్మాపూర్ గ్రామాన్ని సందర్శించిన అదనపు కలెక్టర్ గరిమి అగ్వార్

సిద్దిపేట పవర్ గజ్వేల్: జగదేవపూర్ మండలంలోని తిమ్మాపూర్ గ్రామాన్ని అదనపు కలెక్టర్ (లోకల్ బాడీస్) సందర్శించారు. గ్రామంలో ఇటీవల సమాధైన దెంగ్నా కేసులు సంబంధించి బాధితులను పరామర్శించి వారి కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడారు. అదనపు కలెక్టర్ గ్రామ పంచాయతీ అధికారులు, సిబ్బందికి పరిచయం, డ్రైనేజీ శుభ్రపరిచే పనులు, యాంటీ లార్వా చర్యలు తీసుకోవడం మరియు ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడం పై కనీసమైన సూచనలు ఇచ్చారు. అలాగే ప్రతి శుక్రవారం ఇంటింటా డ్రైనేజీ పొడించాలని ఆదేశించారు. తిమ్మాపూర్ ప్రాథమిక

పాఠశాలను సందర్శించి మధ్యాహ్నం భోజన మీ డే మెల్లై మెను ప్రజారంగంలో ఉంచుతున్నారా లేదా అని పరిశీలించారు. తరువాత జగదేవపూర్ గ్రామ పంచాయతీలోని కస్తూర్బా పాఠశాలను సందర్శించి హాస్టల్ లో ఉంటున్న విద్యార్థినులతో మమేకమై మాట్లాడి, వారికి అందుతున్న భోజనంపై మనూ ప్రశ్నలం భోజనం అందుతున్నదా అని తెలుసుకున్నారు. అదనపు కలెక్టర్ ఆరోగ్య, పంచాయతీ రాజ్ మరియు విద్యాశాఖ అధికారులను సమన్వయంతో పని చేయాలని, గ్రామాల్లో పరిశుభ్ర వాతావరణం కల్పించాలని వివరించారు.



ఊదలతో ఉబకాయం దూరం..!

భారతదేశంలో చిరు ధాన్యాలను తరచుగా ఉపయోగిస్తారు. చిరుధాన్యాలలో అనేక పోషకాలు నిండి ఉంటాయి. అవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అందులో ఊదలు కూడా ఒకటి. పురాతన కాలం నుండి ఊదలు ఆహారంగా, ఔషధంగా ఉపయోగించబడుతున్నాయి. వీటిలో ఫైబర్, ప్రోటీన్లు, కార్బియం, ఐరన్, ఫాస్ఫరస్, మెగ్నీషియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. అన్నం, కిచిడీ, దోసె, ఇడ్లీ ఇలా రకరకాలుగా ఊదలతో చేసుకుని తినవచ్చు. ఇవి ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేసే పాస్టికాహారం. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో ఊదలు తినడం చాలా మంచిది. వాటిని నేరుగా తినకుండా పాలు, స్కాటీన్ లేదా స్వీట్లతో కలుపుకోవచ్చు. గుండె జబ్బులు ఉన్నవారు వీటిని పరిమిత పరిమాణంలో తినాలి. ఊదలలో క్యాలరీలు తక్కువగానూ, పీచుపదార్థాలు ఎక్కువగానూ ఉండటం వల్ల కడుపు నిండిన అనుభూతిని కలిగిస్తుంది. ఇది ఆకలిని తగ్గిస్తుంది మరియు బరువు నియంత్రణలో సహాయపడుతుంది. ఊదలలో ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటుంది. ఇది జీర్ణవ్యవస్థను మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు రాకుండా ఉండాలంటే రోజూ ఊదలు తినడం మంచిది. ఊదలు గ్లూటెన్ రహిత ఆహారం. అందువల్ల, గ్లూటెన్ అలెర్జీ ఉన్నవారు కూడా వాటిని తినవచ్చు. ఊదలలోని విటమిన్ సి, విటమిన్ డి చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా, పోషణతో

ఉంచడంలో సహాయపడతాయి. ఇది చర్మాన్ని ముడతలు పడకుండా చేసి చర్మం యువ్యంగా కనిపించేలా చేస్తాయి. ఊదలు తినడం వల్ల మూత్రాశయ నియంత్రణకు, పిత్తాశయ రాళ్లను తొలగించడానికి కాకుండా.. కొన్ని రకాల జ్వరాలకు చికిత్స చేయడానికి కూడా సహాయపడుతుందని కొన్ని అధ్యయనాలు సూచిస్తున్నాయి. ఊదలు తక్కువ గ్లైసెమిక్ సూచికను కలిగి ఉంటుంది. ఇది రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నెమ్మదిగా పెంచుతుంది. మధుమేహం ఉన్నవారికి లేదా మధుమేహం వచ్చే ప్రమాదం ఉన్నవారికి ఇది చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. గర్భిణీ స్త్రీలు పాలకూర తింటే చాలా మేలు జరుగుతుంది. అవి పుట్టబోయే బిడ్డ అభివృద్ధికి అవసరమైన ఇనుమును అందిస్తాయి. ప్రసవ సమయంలో ఉపశమనాన్ని అందించడానికి ఊదలు సహాయపడుతుందని పరిశోధనలు కూడా చెబుతున్నాయి. ఊదలు గుండె ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. ఇవి రక్తపోటును

నియంత్రించడంలో సహాయపడతాయి. ఇవి కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను తగ్గిస్తాయి మరియు గుండె సంబంధిత రుగ్మతల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. ఊదలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని హానికరమైన స్త్రీ రాడికల్స్ ని తొలగించి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. అందువలన, అవి శరీరాన్ని అనేక వ్యాధుల నుండి రక్షిస్తాయి.



ఈ లడ్డు రోజుకు ఒకటి తింటే చాలు

ప్రస్తుత పరుగుల ప్రపంచంలో పోషకాహార లోపం అతి పెద్ద సమస్యగా మారుతుంది. పని ఒత్తిడి వల్లే, సమయం లేకనే చాలా మంది రెడీ టు ఈట్ ఆహారం వైపు, ఫాస్ట్ ఫుడ్ వైపు అడుగులు వేస్తున్నారు. అవి తినడం వల్ల ఆ కాసేపు నోటికి రుచికరంగా, ఆ క్షణానికి తినాలి అన్న పని ముగుస్తుంది. కానీ మనకు ఆరోగ్య పరంగా ఎటువంటి మేలు ఉండదు. పైగా అనారోగ్య కారకాలు అధికమైపోతాయి. ఈ విషయం అందరికీ తెలుసుకు. కానీ పని ఒత్తిడి బాస్.. పుడ్ ప్రివేర్

చేసుకునే సమయం లేకనే ఇలా చేస్తున్నాం. లేకపోతే ఈ పుడ్ తినడం మాకు మాత్రం ఇష్టామా ఏంటి అని సమాధానం చెప్తారు. అయితే ఇకపై పాల్చీ పుడ్ కోసం వంటగదుల్లో ప్రతి రోజూ యుద్ధాలు చేయాల్సిన అవసరం లేదని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. పిజ్జాలు, బర్గర్, ఫ్రైడ్ రైస్లు వంటి జంక్ తినడం వల్ల ఏర్పడిన పోషకాల లోపాలను రోజుకు ఒక్క లడ్డు తినడం ద్వారా తగ్గించుకోవచ్చంటున్నారు. ఈ లడ్డు ప్రతి రోజూ ఒకటి తింటే ఎటువంటి పోషకాహార లోపాలు ఉన్నా తగ్గుతాయని, వాటి వల్లు వచ్చే సమస్యలు కూడా దూరమవుతాయని నిపుణులు అంటున్నారు. అవే మల్టీసీడ్స్ లడ్డులు. మరి వీటి రెసిపీ ఏంటో తెలుసా.. రండి చూసేద్దాం.

కావలసిన పదార్థాలు

అవిసె గింజలు రెండు స్కూన్లు

గుమ్మడి గింజలు రెండు స్కూన్లు

సన్ ఫ్లవర్ సీడ్స్ రెండు స్కూన్లు

సువ్వులు రెండు స్కూన్లు

ఓట్స్ పావు కప్పు

ఖర్జూరాలు పది

యాలకుల పొడి చిటికెడు

నెయ్యి ఒక స్కూను

మల్టీ సీడ్స్ లడ్డు రెసిపీ

1. స్టవ్ మీద కళాయి

పెట్టి అవిసె

గింజలు,

గుమ్మడి

గింజలు,

పొద్దు

తిరుగుడు

గింజలు,

సువ్వులు, ఓట్స్

వంటివన్నీ కూడా వేయించుకొని మిక్సీలో వేసి

మెత్తగా పొడి చేసుకోవాలి.

2. స్టవ్ మీద కళాయి పెట్టి ఒక స్కూన్

నెయ్యిని వేయాలి.

3. ఆ నెయ్యిలో ఖర్జూరాలను సన్నగా

తరిగి వేయించుకోవాలి.

4. ఆ ఖర్జూరం మిశ్రమంలోనే ముందుగా

రుబ్బి పెట్టుకున్న పొడిని కూడా వేసి బాగా కలపాలి.

5. అలాగే యాలకుల పొడిని కూడా వేయాలి.

6. ఈ మొత్తం మిశ్రమాన్ని స్టవ్ ఆఫ్ చేసి మొత్తం

మిశ్రమాన్ని చల్లార్చాలి.

7. ఇప్పుడు ఈ మిశ్రమంలో అవసరమైతే కొంచెం నెయ్యిని

వేసుకొని లడ్డుల్లా చుట్టుకోవాలి.

8. అంతే బేస్టి మల్టీ సీడ్స్ లడ్డు రెడీ అయినట్టే.

9. వీటిని సీసాలో ఉంచి మూత పెట్టాలి. ప్రతిరోజూ ఒకటి

తింటే చాలు, మీ శరీరానికి కావలసిన పోషకాలు

అందుతాయి.

వీటి వల్ల కలిగే ప్రయోజనాలు

మల్టీ సీడ్స్ లడ్డు రెసిపీలో మనం అవిసె గింజలను

వాడము. ఇందులో చెడు కొలెస్ట్రాల్ ను తగ్గించి మంచి

కొలెస్ట్రాల్ ను పెంచే గుణాలు ఉన్నాయి. అవిసె గింజలను

ప్రతిరోజూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోమని కూడా చెబుతారు.

ఇవి జీర్ణ క్రియను మెరుగుపరుస్తాయి. క్యాన్సర్ తో

పోరాడుతాయి. మధుమేహాన్ని నియంత్రిస్తాయి.

రక్తపోటును కూడా అదుపులో ఉంచుతాయి. చర్మాన్ని

మెరిసేలా చేస్తాయి. అలాగే ఖర్జూరాన్ని కూడా ఎక్కువగానే

వినియోగించాము. ఈ ఖర్జూరంలో కార్బియం, ఐరన్,

పొటాషియం, మెగ్నీషియం, ప్రోటీన్, ఫైబర్, విటమిన్

వంటివి పుష్కలంగా ఉంటాయి.

ఖర్జూరంలో ఇనుము కంటెంట్ అధికంగా ఉంటుంది.

కాబట్టి రక్తహీనత సమస్యతో బాధపడుతున్న వారు

ఖర్జూరాన్ని ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే ఉత్తమం.

ప్రతిరోజూ రెండు ఖర్జూరాలు

తినడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందని పోషకాహార నిపుణులు కూడా చెబుతున్నారు. అలాగే గుమ్మడి గింజలు, సన్ ఫ్లవర్ సీడ్స్, సువ్వుల్లో కూడా ఆరోగ్యానికి కావాల్సిన ఎన్నో విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ కూడా మనకు పోషకాహార లోపం లేకుండా చేస్తాయి. కాబట్టి మల్టీ సీడ్స్ లడ్డును కచ్చితంగా మహిళలు పిల్లలు తినేందుకు ప్రయత్నించాలి.

