

నెలాఖరులో పబ్లిక్ ఇష్యూకు యాక్సియమ్ గ్యాస్ ఇంజనీరింగ్
 హైదరాబాద్ : ప్రైమ్ ఫ్యూల్ బ్రాండ్తో ఆటో ఎలీజీ గ్యాస్ను విక్రయించే యాక్సియమ్ గ్యాస్ ఇంజనీరింగ్ ఇన్స్టిట్యూట్ పబ్లిక్ ఆఫర్ (ఐపీఓ) రానున్నట్లు తెలిపింది. జనవరి చివరి వారంలో ఇష్యూకు వచ్చే అవకాశం ఉందని ఆ సంస్థ ప్రమోటర్ ఎంఎస్ బనాని వెల్లడించారు. గురువారం హైదరాబాద్లో ఏర్పాటు చేసిన మీడియా సమావేశంలో బనాని మాట్లాడుతూ..

పుజల కోసం.. ప్రకృతి కోసం.. సామాన్యుల గొంతుగా.. సామాజిక సమరంగా..

ధర్మశుంభ

జాతీయ తెలుగు దిన పత్రిక

TELTEL/2012/47103

భారత్ కోకింగ్ కోల్ ఐపీఓ. నిమిషాల్లోనే సబ్స్క్రిప్షన్ పూర్తి!
 డిల్లీ: ప్రభుత్వరంగ దిగ్గజం కోల్ ఇండియా అనుబంధ సంస్థ భారత్ కోకింగ్ కోల్ లిమిటెడ్ పబ్లిక్ ఇష్యూకు అనూహ్య స్పందన లభించింది. శుక్రవారం సబ్స్క్రిప్షన్ ప్రారంభమైన కొన్ని నిమిషాల్లోనే పూర్తి సబ్స్క్రిప్షన్ అందుకుంది. ఎన్ఎస్ఐఈ డిటా ప్రకారం.. మధ్యాహ్నం 11.15 గంటల సమయానికి 34,69,46,500 (34 కోట్ల) షేర్లకు గానూ 84,15,46,800 (84 కోట్ల) షేర్లకు

నల్లగొండ సంపుటి : 12 సంచిక : 285 అడిటర్ : మేడే శాంతికుమార్ ఆదివారం 11 జనవరి 2026 పేజీలు : 8 వెల : 3

Circulated by: Nalgonda, Hyderabad, Warangal, Ranga Reddy, Medak, Khammam, Adilabad, Nizamabad, Mahabub Nagar, Karimnagar

హైవే.. రద్దీ

కిటకిటలాడుతున్న బస్టాండ్లు

- హైదరాబాద్-విజయవాడ హైవేపై సంక్రాంతి వాహనాల రద్దీ
- ట్రాఫిక్ తప్పాలంటే ఈ దారుల్లో వెళ్లండి
- సంక్రాంతి సందర్భంగా నేషనల్ హైవేలపై భారీగా పెరిగిన వాహనాల రద్దీ
- ఈ నేపథ్యంలో హైదరాబాద్-విజయవాడ జాతీయ రహదారిపై వెళ్లే ప్రయాణికులకు కీలక సూచనలు చేసిన పోలీసులు

బయటపడ్డ ఉగ్ర బంధం

- పాక్లో ఒకే వేదికపై హమాస్, లఫ్ఝే తోయిబా అగ్రనేతలు...
- పాక్లో లఫ్ఝే తోయిబా నేతలతో వేదిక పంపకున్న హమాస్ కమాండర్
- హమాస్కు కొత్త కార్యవేత్తగా మారుతున్న పాకిస్తాన్
- గాజా సహాయం పేరుతో ఉగ్ర కార్యకలాపాలకు భారీగా నిధుల సేకరణ
- నిఘా సంస్థల కళ్ళిగప్పేందుకు డిజిటల్ వాలెట్ల వినియోగం

పురపాలక ఎన్నికలపై ప్రధాన పార్టీల ఫోకస్

- భిన్న ఫలితాలతో మరింత అప్రమత్తం
- పార్టీల నాయకులు పుర బరిలో సమర్థులను నిలిపేందుకు సమాయత్తం
- పురపాలక ఎన్నికల్లో 75 రకాల గుర్తులు
- అభ్యర్థులు చెల్లించాల్సిన 'డిపాజిట్'లు ఎంతంటే?
- రాష్ట్రంలోని పట్టణ స్థానిక సంస్థల ఎన్నికలకు చక్కచా ఏర్పాట్లు
- ఈ నెల 12న తుది జాబితా ప్రకటించనున్న ఎస్ఈసీ
- పురపాలక ఎన్నికల్లో 75 రకాల గుర్తులు ఉంటాయని ప్రకటించిన అధికారులు

తెలంగాణలోని ప్రధాన ప్రాజెక్టులకు ఆర్థిక సాయం చేయండి

- 2047 నాటికి దేశాన్ని 30 ట్రిలియన్ డాలర్ల ఆర్థిక వ్యవస్థగా మార్చాలనే భారత ప్రభుత్వ లక్ష్యాన్ని అభినందిస్తున్నాను
- ప్రస్తుతం దేశ జీడిపీలో తెలంగాణ వాటా 5.1 శాతం
- మౌలిక సదుపాయాల కల్పన కోసం తెలంగాణలో పెట్టుబడి రేటును ప్రస్తుత 37 శాతం నుంచి 50 శాతానికి పెంచాల్సి ఉంది
- విద్య, ఆరోగ్య రంగాల కోసం సేకరించే వనరులను FRBM పరిమితుల నుంచి మినహాయించాలి

హైదరాబాద్
 తెలంగాణలోని ప్రధాన ప్రాజెక్టులకు ఆర్థిక సాయం చేయాలి.. కేంద్ర ఆర్థికమంత్రి నిర్మలా సీతారామన్ ను ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్క కోరారు. శనివారం న్యూఢిల్లీలోని అశోకా హోటల్లో ప్రి బడ్జెట్ సమావేశం జరిగింది. ఈ సమావేశంలో - మిగతా3లో

చరిత్రపై దాడులకు ప్రతీకారం తీర్చుకోవాలి

- మన పూర్వీకులు దేశ స్వాతంత్ర్యం కోసం పోరాడారు
- ఎన్నో పరీక్షలు, కష్టనష్టాలను ఎదుర్కొన్నారు
- ప్రపంచంలో జరిగిన దాడులు, యుద్ధాలకు కొన్ని దేశాలు తమ ఇష్టానికిగా బలప్రయోగానికి దిగడమే కారణం
- అజిత్ దోభాల్ కీలక వ్యాఖ్యలు

చైనా, పాక్కు చెక్

- కొత్త నేవీ షిప్ ఏర్పాటు చేయనున్న ఇండియన్ నేవీ..
- కొత్తగా ఏర్పాటు కానున్న నేవీ షిప్..
- ఇప్పటికే అక్కడ ఉన్న డాక్ కాంప్లెక్స్కు ఉపయోగపడుతుంది
- ఆధునిక గెస్ట్, ఆయుధాలు ఉంచేందుకు అవకాశం ఉంది

భూ భారతి పేరుతో ఏజెంట్ల దండం

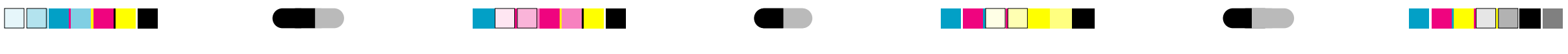
- స్లాట్ బుకింగ్ ఏజెంట్ల అక్రమ దండా
- అమాయకులే లక్ష్యంగా అడ్డగోలు దోపిడీ
- తప్పిదాలంటే తహసీల్దార్ల పేర్లతో వసూళ్లు
- పర్యవేక్షణ లేకపోవడంతో విచ్చలవిడిగా రేట్లు
- భూ భారతి అక్రమాలకు అధికారుల అండ?

హైదరాబాద్
 గతంలో ధరణి.. ప్రస్తుతం భూ భారతి.. పేరు ఏదైతేనేం వారి వసూళ్లకు అంతం ఉండదు. తాము చేసిందే స్లాట్లు, చెప్పిందే రేటు అన్నట్లుగా వైఖరి ఉంటుంది. డాక్యుమెంట్ రైటర్లు, స్లాట్ బుకింగ్ ఏజెంట్లు, మీ సేవా కేంద్రాలు. చేసే పని ఒకటే అయినా వసూళ్లలో మాత్రం ఎవరి తీరు వారిదే. భూముల క్రయ విక్రయాల్లో వారిదే కీలకం. అధికారులకు, భూముల క్రయ విక్రయాల్లో వారిదే కీలకం. అధికారులకు, క్రయవిక్రయదారులకు వారదిగా ఉంటూ అడ్డగోలుగా దోపిడీ చేస్తున్నారన్న విమర్శలు వస్తున్నాయి. భూ భారతి పోర్టల్ ద్వారా అక్రమాలకు పాల్పడ్డ వైనం జిల్లాలో వెలుగుచూడగా స్లాట్ బుకింగ్ కేంద్రాలు, మీ సేవా కేంద్రాల్లో వసూళ్లు, వారి పని తీరుపై పెద్ద ఎత్తున విమర్శలు వస్తున్నాయి. భూముల క్రయ విక్రయాలకు వచ్చే అమాయకులు, అవసరార్హులే లక్ష్యంగా కొందరు డాక్యుమెంట్ రైటర్లు, - మిగతా3లో

మీడియా సంస్థలు అలా చేయడం సరికాదు

- రాముడి పేరును వాడుకునే హక్కు బీజేపీకి ఎక్కడిది?
- శ్రీరాముడికి బీజేపీలో సభ్యత్వం ఉందా?
- రాజకీయాల్లోకి దేవుడిని లాగడం మంచిది కాదని హితవు
- కేసీఆర్ పదేళ్ల పాలనలో తెలంగాణ యువతకు ఎన్ని ఉద్యోగాలు ఇచ్చారో బీఆర్ఎస్ నేతలు శ్వేతపత్రం విడుదల చేయాలి.
- టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్

హైదరాబాద్
 తెలంగాణకు చెందిన మహిళా ఐఏఎస్ అధికారిపై ఓ మీడియాలో తప్పుడు కథనాలు ప్రసారమవడాన్ని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నట్లు టీపీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ పేర్కొన్నారు. వ్యక్తుల ప్రైవేట్ జీవితాలపై చర్చ చేయడం బాధాకరమని అన్నారు. వాస్తవానికి దూరంగా కథనాలు వస్తున్నాయని అగ్రహించారు. ఎంతో కష్టపడితే తప్ప మంత్రులు ఈ స్థాయికి చేరుకోరని.. అలాంటి వారిపై మీడియా సంస్థలు నిరాధారమైన వార్తలను ప్రచురించడం మానేయాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. శనివారం గాంధీభవన్లో మీడియాతో మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ మాట్లాడారు. - మిగతా3లో



శక్తి తరగతుండా ఉండాలంటే ఈ డైట్ పాటించండి!



సలభై ఏళ్లు దాటిన మహిళల శరీరంలో ఆనేక ముఖ్యమైన మార్పులు చోటు చేసుకుంటాయి. హార్మోన్ల సమతుల్యతలో మార్పులు, జీవక్రియ (మెటబాలిజం) మందగించడం, ఎముకల సాంద్రత తగ్గడం వంటి కారణాల వల్ల గతంలో ఉన్నంత ఉత్సాహం, శక్తి తరచుగా తగ్గిపోతుంటాయి. ఎంత సమయానికి తింటున్నా కొన్నిసార్లు నీరసం, అలసట చుట్టుముట్టవచ్చు. ఈ దశలో, కేవలం ఆహారం తీసుకోవడం సరిపోదు. శరీరానికి తగిన పోషకాలు అంది, శక్తిని కాపాడుకోవడానికి సమతుల్యమైన (బ్యాలెన్స్డ్) ఆహార విధానాన్ని అనుసరించడం చాలా ముఖ్యం. నిపుణులు కూడా దీనినే గట్టిగా సూచిస్తున్నారు. శరీరానికి అవసరమైన అన్ని రకాల విటమిన్లు, ఖనిజాలు సమృద్ధిగా అందాలంటే, ఆహారంలో తాజా పండ్లు, కూరగాయలకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇవ్వాలి. వివిధ రంగుల్లో ఉండే పండ్లు, ఆకుకూరలు యాంటీఆక్సిడెంట్లను అందించి కణాల ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి. ముఖ్యంగా, ఎముకల బలం కోసం కాల్షియం, విటమిన్ డి అవసరం. వీటితో పాటు రక్తహీనతను నివారించేందుకు ఐరన్ అధికంగా ఉండే ఆహార పదార్థాలను కూడా డైట్లో చేర్చుకోవాలి. ఈ పవర్ హౌస్ లాంటి ఆహారాలు రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి, దీర్ఘకాలిక వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడానికి సహాయపడతాయి. 40 ఏళ్లు పైబడిన తర్వాత, కండరాల క్షీణతను నివారించడానికి ప్రోటీన్ ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారం తీసుకోవడం తప్పనిసరి. అందుకే, ఆహారంలో పాల ఉత్పత్తులు (పాలు, పెరుగు, పప్పీర్), అలాగే మాంసాహారం, గుడ్లు వంటి వాటిని తగిన మోతాదులో చేర్చుకోవాలి. పాల ఉత్పత్తులు కాల్షియంను అందిస్తే, మాంసాహారం, గుడ్లు నాణ్యమైన ప్రోటీన్లను అందిస్తాయి. శాఖాహారులు పప్పులు, చిక్కుళ్లు, సోయా వంటి వాటిని తీసుకోవడం ద్వారా ప్రోటీన్ అవసరాలను తీర్చుకోవచ్చు. ఈ కీలకమైన పోషకాలు శరీరాన్ని దృఢంగా ఉంచి, రోజంతా శక్తివంతంగా ఉండేలా చేస్తాయి. శక్తి స్థాయిలను మెరుగుపరచుకోవడానికి, జీర్ణవ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవడానికి పీచు పదార్థాలు (ఫైబర్) ఉన్న ఆహారాన్ని డైట్లో పెంచాలి. తృణధాన్యాలు, పప్పులు, కూరగాయలలో పీచు పదార్థాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మలబద్ధకాన్ని నివారిస్తాయి. అన్నిటికంటే ముఖ్యంగా, ఎంత మంది ఆహారం తీసుకున్నా, శరీరం హైడ్రేటెడ్గా (సరిపడా నీటితో) ఉండటం చాలా అవసరం. అందుకే, తరచుగా, సరిపడా నీటిని తాగాలి. తగినంత నీరు తాగడం వల్ల నీరసం తగ్గుతుంది, జీవక్రియ సక్రమంగా పనిచేస్తుంది. ఈ మార్పులను పాటించడం ద్వారా 40 ష్టన్ మహిళల ఆరోగ్యంగా, ఉల్లాసంగా ఉండగలుగుతారు.

పాదాల తిమ్మిర్లు ఉంటే అనారోగ్యానికి సంకేతం

పాదాల వాపులు వస్తున్నాయంటే తప్పనిసరిగా జాగ్రత్తపడాల్సి ఉంటుంది. నిజానికి చాలా మంది ఈ లక్షణాలను పెద్దగా పట్టించుకోరు. వాపులు, తిమ్మిర్లు తగ్గడానికి తాత్కాలికంగా మందులు వేసుకుని అక్కడితో వదిలేస్తారు. కానీ ఈ చిన్న సమస్యలే చాలా పెద్ద ముప్పుగా మారే ప్రమాదం ఉంటుంది. అందుకే...వీలైనంత త్వరగా స్పందించాలి. మరి ఇలా పాదాల్లో జరిగే మార్పులు ఏయే రోగాలకు సంకేతాలు.

పాదాల ఆరోగ్యాన్ని చాలా మంది పట్టించుకోరు. నిర్లక్ష్యం చేస్తుంటారు. కానీ ఇవే క్రమంగా పెద్దవై ముప్పు తెచ్చి పెడతాయి. చర్మం రంగు మారడం సుంచి తిమ్మిర్లు ఎక్కువ వరకూ ఎన్నో రకాలుగా సమస్యలు వస్తాయి. నడిచేటప్పుడు కూడా ఈ మార్పులు స్పష్టంగా కనబడతాయి. అలాంటప్పుడే తప్పనిసరిగా వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది. ఏ మాత్రం అలస్యం చేసినా కండిషన్ సీరియస్ అయ్యే ముప్పు ఉంటుంది. నిజానికి పాదాల్లో ఇలాంటి మార్పులు వస్తున్నాయంటే ఎన్నో తీవ్ర అనారోగ్యాలకు ఇవి సంకేతాలు కావచ్చు అని పలు అధ్యయనాలు తేల్చి చెబుతున్నాయి. ముఖ్యంగా డయాబెటీస్, గుండె సంబంధిత వ్యాధుల లక్షణాలు ఇదే విధంగా ఉంటాయి. పాదాల్లో మంట, కురుపులు రావడం లాంటి లక్షణాలు రక్త సరఫరా సరిగ్గా లేనప్పుడు కనబడతాయి. ముఖ్యంగా నరాలు ద్వామేజ్ అయినప్పుడు కూడా పాదాల్లో ఇలాంటి మార్పులు కనిపించే అవకాశాలున్నాయి. ఇలాంటిప్పుడు గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. పాదాల్లో ఉష్ణోగ్రతల్లో మార్పులు వచ్చినప్పుడు కూడా రంగు మారేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. ముఖ్యంగా వాపులను మాత్రం తప్పనిసరిగా గమనించాలి. ధమనుల్లో కొవ్వు పేరుకుపోయినప్పుడు, వీటి ఆరోగ్యం సరిగ్గా లేనప్పుడు ఇలా పాదాల్లో వాపులు వస్తాయి. సరైన సమయానికి సరైన వైద్యం అందించకపోతే తీవ్ర సమస్యలు ఎదురౌతాయి వస్తుంది. తరచూ తిమ్మిర్లు ఉండడం, దురద లాంటి లక్షణాలు కనిపించాయంటే అది డయాబెటీస్ లక్షణం కావచ్చు. లేదా నరం ద్వామేజ్ అయినప్పుడు కూడా ఇలాంటి లక్షణాలే కనిపిస్తాయి. ఇన్ ఫుగర్ లెవెల్స్ అనలు కంట్రోల్ లో లేనప్పుడు ఇలా జరుగుతుంది. నరాలు ఒత్తిడికి గురైనప్పుడు లేదా ఇంకేదైనా స్వార్లో సమస్యలు తలెత్తినప్పుడు ఇలా పాదాల్లో తిమ్మిర్లు వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. అయితే...ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపించినప్పుడు చాలా త్వరగా స్పందించాల్సి ఉంటుంది. లేదంటే ఈ సమస్య కాస్త తీవ్ర ఇన్ ఫ్లెక్షన్ కి దారి తీసే ప్రమాదం ఉంది. పాదాల్లో విపరీతమైన నొప్పి, వాపులు వస్తుంటాయి. పాదాలు చాలా బరువెక్కినట్లుగా అనిపిస్తాయి. ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపించాయంటే గుండె సంబంధిత సమస్యలు ఉన్నట్లు తెల్సే ఎడీమా అంటారు. ముఖ్యంగా హార్ట్ ఫెయిల్యూర్ కండిషన్ లో ఈ సమస్య తలెత్తుతుంది. గుండె కండరాల్లో ఏమైనా ఇబ్బందులు ఉన్నా ఇలాంటి పాదాల్లో వాపులు కనిపిస్తాయి. పాదాల్లో ఎక్కువగా కదలికలు వచ్చే కొద్దీ ఈ వాపులు ఎక్కువవుతుంటాయి. ఎక్కువ సమయం పాటు నిలబడినా, ఎక్కువ సేపు కూర్చున్నా వాపులు మరీ ఎక్కువవుతాయి. ఇలాంటి సమయంలో సరైన చికిత్స తీసుకోకపోతే లక్షణాలు మరీ తీవ్రమవుతాయి. పాదాలపై చర్మం పొడిగా మారడం, చర్మం రంగు మారిపోవడం లాంటి లక్షణాలు కనబడతాయి. ఏదైనా గాయం అయినప్పుడు ఎక్కువ రోజుల పాటు మానకుండా అలాగే ఉన్నా అది డయాబెటీస్ లక్షణం కావచ్చు. కొన్ని సార్లు ఈ అల్సర్స్ చాలా తీవ్రమవుతాయి. త్వరగా చికిత్స తీసుకుంటే ఇబ్బంది లేకుండా ఉంటుంది.



గంధం ఆ చర్మ సమస్యలకు వరం..



ఆయుర్వేదంలో గంధాన్ని ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారన్న విషయం తెలిసిందే. మొఖంపై మొటిమలను నివారించడానికి, తళతళ మెరిసేందుకు గంధాన్ని ఉపయోగిస్తారు. గంధం పొడి, పేస్ట్ లేదా నూనె రూపంలో ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ప్రకృతి సహజసిద్ధమైన పదార్థం చర్మాన్ని సరక్తింది మెరిసేలా చేస్తుంది నిపుణులు అంటుంటారు. ఈ గంధం ఎన్నో ఉపయోగాలు ఉన్నాయి. మొటిమలను దూరం చేస్తుంది: గంధం చర్మ సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. చర్మాన్ని అలౌకీల నుంచి రక్షించి మొటిమలను దూరం చేస్తుంది. ఒక టీస్పూన్ గంధం నూనె, చిటికెడు పసుపు, కర్పూరం కలిపి ముఖానికి ప్యాక్ లాగా రాసుకోవాలి. రాత్రంతా అలాగే ఉంచి ఉదయాన్నే గోరువెచ్చని నీటితో కడిగేస్తే మొటిమలు, నల్లమచ్చలు తపోతాయి. చర్మాన్ని మెరిసేలా చేస్తుంది: తేలికపాటి ఎక్స్ ఫోలియేటింగ్ లక్షణాల వల్ల చందనం.. చర్మాన్ని మెరిసేలా చేస్తుంది. ఇది మీ చర్మంపై నల్ల మచ్చలను పోగొట్టడానికి సహాయపడుతుంది. టాన్ తొలగించడానికి ఇది సమర్థవంతమైనది. ఒక గిన్నెలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ గంధం పొడి, కొబ్బరి నూనె కలపాలి. దీన్ని ముఖానికి పూసుకుని.. మసాజ్ చేసి రాత్రంతా అలాగే ఉంచాలి. దార్మ్ స్పాట్స్ వదిలించుకోవడానికి, రెగ్యులర్ టాన్ పొందడానికి దీన్ని రెగ్యులర్ గా ఉపయోగిస్తే మచ్చలు పోయి.. ముఖం తళతళ మెరుస్తుంది. వృద్ధాప్యానికి చెక్: గంధపు చెక్కలో యాంటీఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉన్నాయి. ఇవి ప్రీ రాడికల్స్ వల్ల కలిగే నష్టాన్ని ఎదుర్కోవడంలో సహాయపడతాయి. ఇది చర్మ ముదురతను నివారించి వృద్ధాప్యాన్ని నివారిస్తుంది. దీంతోపాటు చర్మాన్ని కాంతివంతంగా అయస్కాని కనిపించేలా చేస్తుంది. దీని కోసం, 2 టేబుల్ స్పూన్ ముల్లూనీ మట్టి, 2 టేబుల్ స్పూన్ గంధం కలపి రాయాలి. 15-20 నిమిషాలు అలాగే ఉంచి నీటితో కడిగితే చాలు. పొడి చర్మం నివారణ: చాలా మంది పొడి, నిర్లీపమైన చర్మంతో బాధపడుతుంటారు. అలాంటివారు చందనం ఫేస్ ప్యాక్ వేసుకోవడం వల్ల పొడి, నిర్లీపమైన చర్మానికి చెక్ పెట్టవచ్చు. ఒక గిన్నెలో ఒక టేబుల్ స్పూన్ పాలపొడి, కొన్ని చుక్కల గంధం నూనె, రోజ్ వాటర్ కలిపి ముఖానికి రాయాలి. 15 నిమిషాలు ఉంచి నీటితో కడిగితే చర్మం నిగారింపుగా మారుతుంది. జిడ్డుగల చర్మం: జిడ్డుగల చర్మంపై తరచుగా ధుమ్ము, ధూళి పేరుకుపోతుంది. అలాంటివారికి చందనం దివ్య ఔషధంలా పనిచేస్తుంది. ఒక గిన్నెలో అర టీస్పూన్ గంధం పొడి, కొంచెం టమాటా రసం, అర టీస్పూన్ ముల్లూనీ మట్టి వేసి బాగా కలపాలి. ఈ పేస్ట్ ని ముఖంపై పూసుకొని..15 నిమిషాల తర్వాత క్లీన్ చేసుకోవాలి. ఇలా చేస్తే చర్మం మెరుస్తూ ఉంటుంది.

చర్మస్థం (చలి అన్నం లేదా మిగిలిపోయిన అన్నం) తినడం చాలా మందికి ఇష్టం ఉండదు. కొందరు చర్మస్థాన్ని ఇష్టంగా తింటే మరికొంత మంది మాత్రం అన్నంలే దానిని తినడానికి ఆసక్తి చూపరు. కానీ చర్మస్థం తినడం వలన కూడా బోలెడు లాభాలు ఉన్నాయంటున్నారు నిపుణులు. భారతీయల్లో చాలా మంది తమ ఇంట్లో అప్పటికప్పుడు వండిన వేడి వేడి అన్నం తినడానికే ఎక్కువ ఇంట్రస్ట్ చూపిస్తుంటారు. ఎందుకంటే ఇది రుచిని పెంచడమే కాకుండా, ఆరోగ్యానికి మంచిది. అయితే వేడి వేడి అన్నం కాదండోయ్, మిగిలిపోయిన అన్నం తినడం వలన కూడా ఆనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నాయంటుంది. చర్మస్థం రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. ఎలా అంటే? బియ్యాన్ని ఉడికించి, దానిని చల్లబరిచినప్పుడు అందులో ఉండే కొంత పిండి పదార్థం, స్టార్చ్ రిక్లెగ్రేడ్ చేసే ప్రక్రియ ద్వారా నిరోధక పిండి పదార్థంగా మారి, జీర్ణక్రియ నిరోధకతను కలిగి ఉంటుందంటుంది. అందువలన ఇది రక్తంలోకి గ్లూకోజ్ ను చాలా మెల్లగా విడుదల చేయడం వలన అప్పటికప్పుడు వండిన అన్నం కంటే, చలి అన్నం తినడం వలన డయాబెటీస్ కంట్రోల్ లో ఉంటుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు. దీనిపై పరిశోధకులు తాజాగా ఓ సర్వే కూడా జరపగా, చర్మస్థం రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను తగ్గిస్తున్నట్లు వారు కనుగొన్నారు. 15 మంది ఆరోగ్యకరమైన పెద్ద వారిని తీసుకొని, తెల్ల బియ్యాన్ని ఉడికించి, 4% వద్ద 24 గంటలు రిఫ్రీజిరేటర్ లో ఉంచి, ఆపై మళ్లీ వేడి చేసి తినడం వలన, అప్పటికప్పుడే వండి తినే అన్నం కంటే, చర్మస్థం రక్తంలోని చక్కెర స్థాయిలను గణనీయంగా తగ్గేలా చేసిందంటుంది. అందువలన చర్మస్థం తినడం వలన ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుందంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ముఖ్యంగా ఇది ప్రీ బయోటిక్ గా పని చేయడమే కాకుండా, గట్ బ్యాక్టీరియాను ప్రోత్సహిస్తుంది. పెద్ద పేగు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. అదే విధంగా ఇన్ ఫ్లూనెన్ సెన్సిటివిటీకి సంబంధించిన హార్మోన్స్ ను ప్రభావితం చేస్తుందంటుంది. ఆకలిని తగ్గించి, పొట్టలోని బ్యాక్ కొలెస్ట్రాల్ తగ్గేలా చేస్తుంది. బరువు తగ్గాలి అనుకునే వారికి, మధుమేహం సమస్యతో బాధపడే వారికి ఇది మంచి ప్రయోజనం. చల్లగా మిగిలిపోయిన అన్నం తినడం మంచిది ఎందుకంటే ఇందులో అధిక మొత్తంలో రెసిస్టెంట్ స్టార్చ్ ఉంటుంది, ఇది పేగు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో, రక్తంలో చక్కెర పెరుగుదలను తగ్గించడంలో, కడుపు నిండిన అనుభూతిని ప్రోత్సహించడంలో సహాయపడుతుంది.

మిగిలిన అన్నం లాభాలు తెలిస్తే నోరెళ్లబెడతారు!



తెల్లజుట్టు సమస్యకు వంటింటి చిట్కా

జుట్టు తెల్లబడటం అనేది నేటి కాలంలో వయసుతో సంబంధం లేకుండా చాలా మందిని బాధిస్తున్న ఒక సాధారణ సమస్య. మార్కెట్లో లభించే రసాయనాలతో కూడిన ఉత్పత్తులు తాత్కాలిక ఉపశమనాన్ని ఇస్తున్నప్పటికీ, వాటి దీర్ఘకాలిక ప్రభావాల గురించి ఆందోళనలు ఉన్నాయి. అయితే, ఈ సమస్యకు మన వంటింట్లోనే ఒక అద్భుతమైన మరియు సహజసిద్ధమైన పరిష్కారం ఉందని ఆయుర్వేద నిపుణులు చెబుతున్నారు. అదే, సారకాయ ఉపయోగించి తయారుచేసే ప్రత్యేకమైన నూనె. ఈ పురాతన చిట్కా జుట్టుకు పోషణనిచ్చి, దాని సహజసిద్ధమైన నలుపు రంగును తిరిగి తీసుకురావడానికి సహాయపడుతుంది. జుట్టు నల్లబడటానికి సారకాయ నూనెను తయారుచేసే పద్ధతి చాలా సులభం. ముందుగా, సారకాయను చిన్న ముక్కలుగా కత్తిరించుకోవాలి. ఈ ముక్కలను కనీసం వారం రోజుల పాటు బాగా ఎండబెట్టుకోవాలి. ఈ ప్రక్రియ వల్ల సారకాయలోని తేమ పూర్తిగా తొలగిపోయి, దాని పోషక విలువలు నూనెలోకి చేరడానికి సిద్ధమవుతాయి. ఇలా ఎండిన ముక్కలను ఒక మందపాటి పాత్రలో తీసుకోవాలి. తరువాత, ఈ ఎండిన సారకాయ ముక్కలను సరిపడా మంచి నాణ్యత గల కొబ్బరి నూనెను (అత్యంత అజిషిటెడ్ నాణ్యతను వాడటం ఉత్తమం) వేడిచాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని మంటపై ఉంచి, సారకాయ ముక్కలు రంగు మారే వరకు లేదా ముక్కలు పూర్తిగా నూనెలో కలిసిపోయినట్లు అయ్యే వరకు తక్కువ మంటపై బాగా మరిగించాలి. ఇలా మరిగించడం వల్ల సారకాయలోని కీలకమైన పోషకాలు మరియు సహజ వర్ణకాలు నూనెలోకి పూర్తిగా విడుదలవుతాయి. అనంతరం, ఆ నూనెను చల్లార్చి, ఒక శుభ్రమైన పదపోత గుడ్డ సహాయంతో పదపోత, గాలి చొరబడని గాజు సిసాలో నిల్వ చేసుకోవాలి. ఈ ఇంట్లో తయారుచేసిన సారకాయ నూనెను వారానికి కనీసం ఒకసారి తలకు పట్టించి, వేళ్ళతో



సున్నితంగా మసాజ్ చేసుకోవాలి. రాత్రంతా ఉంచి, మరుసటి రోజు ఉదయం మైల్డ్ షాంపూతో తలస్నానం చేయడం వల్ల ఉత్తమ ఫలితం ఉంటుంది. ఇలా తరచుగా చేయడం వలన జుట్టు కుదుళ్లు బలం పుంజుకుంటాయి, జుట్టు నల్లబడటం ప్రారంభమవుతుంది. రసాయనాల లేని ఈ సహజసిద్ధమైన చికిత్స జుట్టు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడమే కాకుండా, తెల్లజుట్టు సమస్యకు దీర్ఘకాలిక పరిష్కారాన్ని చూపడంలో సహాయపడుతుంది.

బజినెస్

త్వరలో జియో మెగా పబ్లిక్ ఇష్యూ..

ఈ ఏడాదే ఐపీఎఫ్ కు రానున్న సంస్థ

అమెరికాకు ఏడీహెచ్డీ మాత్రం: గ్రాన్యూల్స్
దీర్ఘ: అమెరికన్ డెఫెన్స్ హైవర్ యాక్టివిటీ డిజిటల్ (ఏడీహెచ్డీ) చికిత్సలో ఉపయోగించే జనరల్ యాంఫిటమెన్ట్ ఎక్స్టెండ్డ్ రిలీజ్ మాత్రం అమెరికా ఔషధ నియంత్రణ సంస్థ యూఎస్ఎఫ్డీఏ నుంచి తాత్కాలిక అనుమతులు దక్కినట్లు గ్రాన్యూల్స్ ఇండియా తెలిపింది.

విమాన తయారీలోకి అదానీ గ్రూప్!
బ్రెజిల్ విమాన తయారీ సంస్థ ఎంబ్రాయర్, మనదేశంలో విమానాల రూపకల్పనకు సన్నాహాలు చేస్తోంది. ఇందుకు సహకారం అందిస్తూ లైన్ ఏర్పాటు చేయడం కోసం, అదానీ గ్రూప్తో ఎంబ్రాయర్, ప్రాథమిక ఒప్పందం కుదుర్చుకున్నట్లు తెలుస్తోంది.



సూప్రీమ్ : భారతీయ స్టాక్ మార్కెట్లలోనే అతిపెద్ద ఇన్వెస్టర్ పబ్లిక్ ఆఫర్ (ఐపీఎఫ్)కు రిలయన్స్ జియో సిద్ధమవుతున్నది. ముకేష్ అంబానీ నేతృత్వంలోని ఈ టెలికాం సంస్థ.. ఈ ఏడాది ఎలాగైనా పబ్లిక్ ఇష్యూకు రావాలన్న అంశాన్ని సీరియస్ గా పరిశీలిస్తున్నది.



రూ.16.2 లక్షల కోట్లు..
ఇన్వెస్ట్మెంట్ బ్యాంక్ జెఫ్రీస్.. గత ఏడాది నవంబర్లో రిలయన్స్ జియో విలువను రూ.16.2 లక్షల కోట్లు (180 బిలియన్ డాలర్లు)గా అంచనా వేసింది.

శాఖ నుంచి అనుమతులు రావాల్సి ఉన్నదని అంటున్నారు.
ఇప్పటికే హ్యూందాయ్ టాప్
దేశంలో ఇప్పటికే టాప్ రికార్డు దక్షిణ కొరియా ఆటో రంగ దిగ్గజం హ్యూందాయ్ పేరిటనే ఉన్నది.

సంపదలో 75% సమాజానికి ఇచ్చేస్తా
కుమారుడి హతాస్పరణం వేళ వేదాంతా అగర్వాల్ పునరుద్ధాపన
వేదాంతా గ్రూప్ చైర్మన్ అనిల్ అగర్వాల్, తన సంపదలో 75% కంటే ఎక్కువ మొత్తాన్ని సమాజానికి విరాళంగా ఇస్తానని పునరుద్ధాపించారు.

ఇన్నోవా క్రిస్టా మరింత ప్రీయం

సూప్రీమ్ : వాహన కొనుగోలుదారులకు టయోటా షాకిచ్చింది. ప్రీమియం ఎన్యూవీలైన ఫార్చ్యూనర్, ఇన్నోవా క్రిస్టా, హైక్రాస్ మాడళ్ల ధరలను రూ.74 వేల వరకు పెంచుతున్నట్లు తాజాగా ప్రకటించింది.



ఈ ఐదుగురు ఫ్లేయర్లపైనే కళ్లన్నీ.. గొంగడి త్రిషకు మంచి రోజులు వచ్చినట్లేనా?



మహిళల ప్రీమియర్ లీగ్ (డబ్ల్యూపీఎల్)-2026 టోర్నమెంట్ కు కుక్రవారం తెరలేచింది. సీజన్ ఆరంభ మ్యాచ్ లో రాయల్ చాలెంజర్స్ బెంగళూరు.. ముంబై ఇండియన్స్ పై గెలుపొంది చుభారంభం అందుకుంది.



గొంగడి త్రిష
తెలంగాణ ఆల్ రౌండ్, టీమిండియా అండర్-19 స్టార్ గొంగడి త్రిష, అండర్-19 ప్రపంచకప్ టోర్నీలో మొట్టమొదటి సెంచరీ చేసిన మహిళా క్రికెటర్ ఆమె చరిత్రకెక్కింది.

టాప్ గెలిచి బౌలింగ్ ఎంచుకున్న యూపీ..
అనుష్క అరంగేట్రం
డబ్ల్యూపీఎల్-2026లో భాగంగా నవీ ముంబై వేదికగా జరగుతున్న రెండో మ్యాచ్ గుజరాత్ జెయింట్స్, యూపీ వారియర్స్ జట్ల తలపడతున్నాయి.



వేరహమ్, అనుష్క శర్మ, కనికా అపూజా, భారతీ పుల్యార్, కష్మీ గౌతమ్, తనూజా కన్నర్, రాజేశ్వర్ గయ్యాన్, రేణూకా సింగ్ రాకూర్ యుపీ వారియర్స్, మెగ్ లానింగ్ (కెప్టెన్), ఫోబ్ లివ్స్ట్రీట్, హార్దీ దియాల్, దియాంధ్రా దావీస్, కిరణ్ ప్రభు నవ్ గెర్, దీప్తి శర్మ, శ్వేతా సెహ్రావత్ (వికెట్ కీపర్), సోఫీ ఎక్సెన్సెన్, ఆశా శోపన్, క్రాంతి గౌడ్, శిఖా పాండే

సంజూ శాంసన్ కోసం రంగంలోకి యువీ!

టీమిండియా దిగ్గజ ఆల్ రౌండ్ గా యువరాజ్ సింగ్ కు పేరుంది. టీ20 ప్రపంచకప్-2007, వన్డే వరల్డ్ కప్-2011 టోర్నీల్లో భారత్ చాంపియన్ గా నిలవడంలో అతడిది కీలక పాత్ర. పదిహేడేళ్లకు పైగా అంతర్జాతీయ క్రికెట్లో కొనసాగిన యువీ.. తన కెరీర్లో 40 టెస్టులు, 58 టీ20 మ్యాచ్లు.. అత్యధికంగా 304 వన్డేలు ఆడాడు. టెస్టుల్లో 1900, టీ20లో 1177 పరుగులు చేసిన ఈ లెఫ్టాండర్ బ్యాటర్.. వన్డేల్లో 14 శతకాల సాయంతో 8701 పరుగులు సాధించాడు.



'రాజా సాబ్' టీం క్రేజీ నిర్ణయం.. నేటి నుంచి సినిమాలో 8 నిమిషాల అదనపు సీన్లు!

పాన్ ఇండియా స్టార్ ప్రభాస్ హీరోగా, మారుతి దర్శకత్వంలో రూపొందిన భారీ చిత్రం 'ది రాజా సాబ్' బాక్సాఫీస్ వద్ద తన సత్తా చాటుతోంది. పీపుల్స్ మీడియా ఫ్యాక్టరీ బ్యానర్ పై టీజీ విశ్వప్రసాద్ నిర్మించిన ఈ చిత్రం శుక్రవారం ప్రపంచవ్యాప్తంగా గ్రాండ్గా విడుదలైంది. తొలి రోజు ఈ సినిమాకు మిక్స్డ్ టాక్ వచ్చినప్పటికీ, వసూళ్ల విషయంలో మాత్రం ప్రభాస్ స్టామిన్ సృష్టంగా కనిపిస్తోంది. ముఖ్యంగా నైట్ షోల నుంచి పుంజుకున్న ఈ చిత్రం, శనివారం నాటి అడ్వాన్స్ బుకింగ్స్ లోనూ అదరగొడుతోంది. ఫాంటసీ, హార్లర్ కామెడీ మరియు సైకలాజికల్ థ్రిల్లర్ అంశాల కలయికతో రూపొందిన ఈ మూవీకి ఫ్యామిలీ ఆడియన్స్ నుంచి అనూహ్య స్పందన లభిస్తోంది. కేవలం అభిమానుల అంచనాల వల్లే కొంత నెగిటివిటీ వినిపించినా, సాధారణ ప్రేక్షకులు మాత్రం మారుతి మార్క్ వినోదాన్ని బాగా ఎంజాయ్ చేస్తున్నారని ట్రేడ్ వర్గాలు వెల్లడిస్తున్నాయి. వింటేజ్ ప్రభాస్ ను గుర్తు చేస్తూ ఆయన పండించిన కామెడీ టైమింగ్ సినిమాకు ప్రధాన ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఈ నేపథ్యంలో ప్రేక్షకులకు మరో సర్ప్రైజ్ ఇచ్చేందుకు చిత్ర యూనిట్ సిద్ధమైంది. థియేటర్లలో నేటి నుంచి ప్రభాస్ 'ఓల్డ్ గెటప్' కు సంబంధించిన 8 నిమిషాల నిడివి గల అదనపు సన్నివేశాలను జోడిస్తున్నట్లు దర్శకుడు మారుతి ప్రకటించారు. టీజర్లలో చూసిన ఓల్డ్ లుక్ సినిమాలో లేకపోవడంతో కొంత అసంతృప్తిగా ఉన్న అభిమానుల కోసం ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. పండుగ వాతావరణం, తోడుగా ఈ కొత్త సీన్స్ యాడ్ కావడంతో ఈ వీకెండ్ లో 'రాజా సాబ్' బాక్సాఫీస్ వద్ద ప్రభంజనం సృష్టించడం ఖాయంగా కనిపిస్తోంది. మాళవిక మోహన్, నిధి అగర్వాల్, రిద్ది కుమార్లు హీరోయిన్లుగా నటించిన ఈ చిత్రంలో సంజయ్ దత్ కీలక పాత్రలో నటించాడు.



వెంకటేశ్-త్రివిక్రమ్ మ్యాజిక్ మళ్లీ మొదలైంది.. జెట్ సీడ్ తో షూటింగ్ పూర్తి

టాలీవుడ్ ప్రస్తుతం అత్యంత ఆసక్తిని రేకెత్తిస్తున్న కాంటోలలో విక్టర్ వెంకటేశ్ దర్శకుడు త్రివిక్రమ్ శ్రీనివాస్ జోడీ ఒకటి అనే విషయం ప్రత్యేకంగా చెప్పనక్కర్లేదు. చాలా ఏళ్లుగా ఈ ఇద్దరూ కలిసి సినిమా చేస్తారని వార్తలు వినిపించినప్పటికీ, ఇప్పటివరకు అది కార్యరూపం దాల్చలేదు. అయితే ఇప్పుడు ఆ నిరీక్షణకు ముగింపు పలుకుతూ వెంకటేశ్, త్రివిక్రమ్ కలిసి 'ఆదర్శ కుటుంబం 47' అనే సినిమాతో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుండటం సినీ వర్గాల్లో హాట్ టాపిక్ గా మారింది. ఈ కాంటోపై ప్రేక్షకుల్లో ఇంతటి అంచనాలు ఏర్పడటానికి ప్రధాన కారణం వీరి గత అనుబంధమే. వెంకటేశ్ హీరోగా తెరకెక్కిన 'సుష్మ నాకు నచ్చావ్', 'మల్లీశ్వరి' వంటి సినిమాలకు త్రివిక్రమ్ కథ, మాటలు అందించి అవి ఎవర్ గ్రీన్ ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా నిలిచాయి. విడుదలైన ఇన్నేజ్ తర్వాత కూడా టీవీలో వస్తే తప్పక చూసే సినిమాలూ అవి ప్రేక్షకుల హృదయాల్లో నిలిచిపోయాయి. ఆ కామెడీ టైమింగ్, భావోద్వేగాలు, కుటుంబ విలువలు కలిసి వచ్చిన మ్యాజిక్ మళ్లీ తెరపై చూడాలని ఫ్యాన్స్ ఎప్పటి నుంచో కోరుకుంటున్నారు. ఇప్పుడు అదే కోరికను నెరవేర్చేలా 'ఆదర్శ కుటుంబం' ప్రాజెక్ట్ పట్టాలెక్కింది. ఇటీవలే ఈ సినిమా షూటింగ్ కూడా ప్రారంభమైంది. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఈ సినిమాను దర్శకుడు త్రివిక్రమ్ అత్యంత వేగంగా పూర్తి చేయాలని గట్టి ఫ్యాన్లో ఉన్నట్లు తెలుస్తోంది. సాధారణంగా త్రివిక్రమ్ సినిమాలు షూటింగ్ పూర్తయ్యాకానికి ఎక్కువ సమయం పడుతాయనే అభిప్రాయం ఉన్నా, ఈ సినిమాతో ఆ ఇమేజ్ ను మార్చాలనే ఉద్దేశంతో ఆయన ముందుకెళ్తున్నారు. మే నెల కల్లా షూటింగ్ మొత్తం పూర్తి చేసి, నవంబర్ లోనే సినిమాను విడుదల చేయాలనే లక్ష్యంతో షెడ్యూల్ ను కట్టుదిట్టంగా ప్లాన్ చేస్తున్నారని టాక్.



మహేశ్ ఫ్యామిలీలో మరో హీరో

సూపర్ స్టార్ మహేశ్ బాబు కుటుంబం నుంచి మరో హీరో వస్తున్నాడు. కొన్నిరోజుల క్రితమే ఈ ప్రాజెక్టుకి సంబంధించిన అధికారిక ప్రకటన రాగా ఇప్పుడు మహేశ్ చేతుల మీదుగానే ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్ చేశారు. అలానే చిత్రబృందానికి ఆల్ ది బెస్ట్ చెప్పకొచ్చారు. మహేశ్ కుటుంబం నుంచి త్వరలో చాలామంది వారసులు.. ఇండస్ట్రీలోకి రాబోతున్నారు. వాళ్లలో తొలుత జయకృష్ణ లాంఛ్ కాబోతున్నాడు. ఇతడు మహేశ్ అన్న రమేష్ బాబు కొడుకు. 'ఆర్ఎక్స్ 100' ఫేమ్ అజయ్ భూపతి తీస్తున్న 'శ్రీనివాస మంగాపురం' మావీతో జయకృష్ణ హీరోగా పరిచయం కానున్నాడు. రషా తదానీ హీరోయిన్. కొన్నాళ్ల క్రితమే షూటింగ్ మొదలు కాగా తాజాగా ఫస్ట్ లుక్ రిలీజ్ చేశారు. బుల్ టిపై గన్ పట్టుకుని ఉన్న లుక్ బాగుంది. ఇందులోనే మోహన్ బాబు కూడా కీలక పాత్ర పోషిస్తున్నారనే రూమర్ కొన్నిరోజుల క్రితం వచ్చింది గానీ గ్రింప్స్, టీజర్, ట్రైలర్ లాంటివి వస్తే ఆయన ఉన్నారా లేదా అనేది క్లారిటీ రానుంది. ఈ ఏడాదిలో మూవీ థియేటర్లలోకి రానుంది. ఎప్పుడు ఏంటనేది త్వరలో చెబుతారు.



చిరంజీవి మూవీ.. ఒక్కో టికెట్ రూ.600

ప్రభాస్ 'రాజాసాబ్' చిత్రానికి తెలంగాణలో టికెట్ ధరలు పెంచినందుకే హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. దీంతో చిరంజీవి 'మన శంకరవరప్రసాద్ గారు'కి పెంపు ఉంటుందా లేదా అని అందరూ మాట్లాడుతున్నారు. కానీ తెలంగాణ ప్రభుత్వం నుంచి జీవో వచ్చింది. ఈ మేరకు అధికారిక ప్రకటన చేశారు. 11వ తేదీన వేసే ప్రీమియర్డ్ ఒక్కో టికెట్ రూ.600గా నిర్ణయించారు. అలానే 12వ తేదీ నుంచి ఏడు రోజుల పాటు ఒక్కో టికెట్ పై సింగిల్ స్ట్రీప్ లో రూ.50, మల్టీప్లెక్స్ లో రూ.100 పెంచుకునేందుకు తెలంగాణ ప్రభుత్వం అనుమతి ఇచ్చింది. 'రాజాసాబ్' లానే దీనిపై కూడా ఎవరైనా న్యాయవాది పిటిషన్ వేసే అవకాశముంది. కాకపోతే ఈ రెండు రోజుల కోర్టు సెలవులు కాబట్టి సోపానం నాడు ఇలాంటిది ఏమైనా ఉండే అవకాశముంది. 'మన శంకరవరప్రసాద్ గారు' సినిమాలో చిరంజీవి, నయనతార జంటగా నటించారు. వెంకటేశ్ కీలక పాత్ర పోషించారు. భీష్మ సంగీతమందించగా అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వం వహించారు. ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా దీన్ని తెరకెక్కించారు. ఏపీలో జారీ చేసిన జీవో విషయానికొస్తే ముందు రోజు వేసే స్పెషల్ ప్రీమియర్ టికెట్ ధరని జీవెస్టీతో కలిపి రూ.500గా నిర్ణయించారు. జనవరి 11న రాత్రి 8గంటల నుంచి 10లోపు ఈ షోలు ఉంటాయి. ఆపై తొలి పదిరోజులపాటు టికెట్ ధరలను పెంచుకోవచ్చని ప్రభుత్వం అనుమతి వచ్చింది. సింగిల్ స్ట్రీప్ లో టికెట్ ధరపై రూ.100, మల్టీప్లెక్స్ లో రూ.125 జీవెస్టీతో కలిపి పెంచుకునేందుకు ఏపీ ప్రభుత్వం అనుమతి ఇచ్చింది. విడుదల మొదటిరోజు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 5 షోల ప్రదర్శించవచ్చని జీఓలో పేర్కొంది.

మలయాళ రిపోర్టర్ అడిగిన ప్రశ్నకు సిగ్గుపడిన శ్రీలీల..

టాలీవుడ్ సెన్సేషన్ శ్రీలీల ప్రస్తుతం తన కోలీవుడ్ డెబ్యూ మూవీ 'పరశక్తి' ప్రమోషన్స్ లో బిజీగా ఉన్న విషయం తెలిసిందే. సుధా కొంగర దర్శకత్వంలో శివకార్తికేయన్ సరసన ఆమె నటించిన ఈ చిత్రం నేడు (జనవరి 10) ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చింది. అయితే ఈ చిత్ర ప్రమోషన్స్ కోసం కేరళలోని కొచ్చికి శ్రీలీల వెళ్లగా.. అక్కడ జరిగిన ప్రెస్ మీట్ లో ఒక ఆసక్తికరమైన ఘటన చోటుచేసుకుంది. సినిమా ప్రమోషన్స్ సందర్భంగా ఒక మలయాళ రిపోర్టర్ శ్రీలీలను ఫ్లర్ట్ చేస్తూ సరదాగా అడిగిన ప్రశ్నలు, దానికి ఆమె ఇచ్చిన క్యూట్ రియాక్షన్స్ ఇప్పుడు సోషల్ మీడియాలో వైరల్ అవుతున్నాయి. ఒక మలయాళ రిపోర్టర్ శ్రీలీలను పలకరిస్తూ మీకు తమిళం వచ్చా అని అడగగా, ఆమె అవును వచ్చు అని సమాధానమిస్తుంది. అనంతరం ఆ రిపోర్టర్ శ్రీలీల అందాన్ని పొగుడుతూ.. మిమ్మల్ని మొదటిసారి నేరుగా చూస్తున్నాను, మీరు చాలా అందంగా ఉన్నారు అని చెప్పడంతో ఆమె ఒక్కసారిగా సిగ్గుపడుతూ నవ్వేశారు. అయితే వెంటనే ఆ రిపోర్టర్ ట్వీట్స్ ఇస్తూ.. మీరు నాకు ఒక సిస్టర్ (సోదరి) లాగా అనిపిస్తున్నారు అని అనడంతో, శ్రీలీల తనదైన శైలిలో.. తాను మెడికల్ స్టూడెంట్ అన్న విషయాన్ని గుర్తు చేస్తూ.. నేను డాక్టర్ ను, సిస్టర్ ను (సర్దును) కాదు అంటూ చమత్కరించారు. శ్రీలీల ఇచ్చిన ఈ ఫన్నీ కౌంటర్ తో అక్కడ నవ్వులు పూశాయి. ప్రస్తుతం ఈ క్యూట్ వీడియో సోషల్ మీడియాలో వైరల్ గా మారింది.



పని హక్కుపై బిజెపి ప్రభుత్వం చేస్తున్న దాడిని ప్రతి వ్యక్తి ఖండించాలి

ఉపాధి హామీ చట్టాన్ని రద్దుచేసే మోడి చర్యలను వ్యతిరేకించండి
డిసిసి అధ్యక్షులు గుడిపాటి నర్సయ్య

ధర్మ శుంఠ జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినీధి : ప్రధాని మోడి ప్రభుత్వం మహాత్మాగాంధీ జాతీయ గ్రామీణ ఉపాధి హామీ చట్టం 2005 ను రద్దు చేసి జి రాం జి 2025 పేరుతో 197 బిల్లును తీసుకురావడాన్ని తీవ్రంగా ఖండిస్తున్నట్లు, ఈ ప్రతిపాదనను విరమించుకోవాలని, పని హక్కుపై బిజెపి ప్రభుత్వం చేస్తున్న దాడిని ప్రతి వ్యక్తి ఖండించాలని డిసిసి అధ్యక్షులు గుడిపాటి నర్సయ్య అన్నారు. శనివారం జిల్లా కాంగ్రెస్ కార్యాలయంలో జరిగిన విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ జాతీయ స్వతంత్ర పోరాటంలో అహింసా మార్గంలో పోరాటం చేసి సత్యాగ్రహమే అయిదంగా బ్రిటిష్ పాలనపై పోరాటం చేసిన జాతిపిత మహాత్మా గాంధీ పేరును ఉపాధి హామీ పథకం నుండి తొలగించి విజి రాంజీ అనే కొత్త పేరు పెట్టడమే కాకుండా పథకం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం దెబ్బతీసే విధంగా చేస్తూ బిజెపి ప్రభుత్వం కుట్రలకు పాల్పడుతుందని ఆయన అన్నారు. యూపీఏ ప్రభుత్వంలో సోనియాగాంధీ ఉపాధి హామీ పథకాన్ని ప్రవేశపెట్టారని, గ్రామీణ ప్రాంతాల ప్రజలు పట్టణాలకు వలసలు పోకుండా, వారు నివసించే గ్రామంలోనే పని కల్పించే విధంగా పారమెంట్లో చట్టం చేసి ప్రతి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం కూడా అమలు చేసే విధంగా అప్పటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఈ పథకాన్ని తీసుకొని వచ్చిందని ఆయన అన్నారు. కానీ బీజేపీ ప్రభుత్వం కేంద్రం 60శాతం రాష్ట్ర



40శాతం నిధులు భరించాలనే మార్పులు చేయడం వల్ల ఈ పథకాన్ని రాష్ట్రాలకు భారంగా మారి రద్దు చేసే అవకాశం ఉందని అన్నారు. కార్పొరేటు సంస్థలకు మేలు చేసే విధంగా గ్రామీణ కూలీలు పట్టణాలకు వలస పోయే విధంగా కేంద్రం పథకంలో మార్పులు చేసిందని ఆయన అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఆదేశాల మేరకు పిసిసి ఆదేశాల మేరకు జనవరి 20 నుంచి మోడి ప్రభుత్వం యొక్క కుట్రలకు వ్యతిరేకంగా సూర్యాపేట జిల్లాలో పెద్ద ఎత్తున కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ధర్మా కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తామని ఆయన

అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు గ్రామీణ కూలీలు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని పథకాన్ని తిరిగి తీసుకొని వచ్చేవరకు ఈ పోరాటాన్ని కొనసాగించాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో పిసిసి ప్రధాన కార్యదర్శి చకిలం రాజేశ్వర్ రావు, కాంగ్రెస్ పార్టీ పట్టణ అధ్యక్షుడు అంజద్ అంజలి, మాజీ ఛీఫ్ లీడర్ కక్కీలేటి శ్రీనివాస్, ఎస్సీ సెల్ రాష్ట్రనాయకులు వింతపల్ల రమేష్, నాగుల వాసు, కుమ్మరికుంట్ల వేణుగోపాల్, రావుల రాంబాబు, అక్కినపల్లి జానయ్య, పిడమర్తి నాగరాజు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయంలో మున్సిపల్ ఎన్నికల సందడి



ధర్మ శుంఠ జనవరి 10, సూర్యాపేట : సూర్యాపేట మున్సిపాలిటీలో 24 వార్డు కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున కౌన్సిలర్ గా పోటీ చేయాలనుకునే అభ్యర్థి అన్నమయ్య రాము శనివారం జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయానికి వచ్చి దరఖాస్తును అందజేసారు. దీంతో డిసిసి కార్యాలయం రెడ్ హాల్ లో సందడి వాతావరణం నెలకొన్నది. జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు గుడిపాటి నరసయ్య విలేకరులతో మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ తరపున పోటీ చేసే నాయకులు కేవలం జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆఫీసులోనే దరఖాస్తు చేసుకోవాలని, బయట ఎవ్వరికీ ఇవ్వవద్దని అన్నారు.

శివసాయి రైస్ మిల్ హక్కుదారులం మేమే
- ఆర్థిక నేరస్తుడు రాజేష్ ఆరోపణలు అవాస్తవం.
- మాకు ప్రాణహాని ఉంది రక్షణ కల్పించాలి.



ధర్మ శుంఠ, జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినీధి : సూర్యాపేట జిల్లా కేంద్రంలోని శివసాయి రైస్ మిల్ అసలైన హక్కుదారులం మేమేనని ఆర్థిక నేరస్తుడు రాజేష్ చేస్తున్న ఆరోపణల్లో వాస్తవం లేదని రాజేష్ నుంచి మాకు ప్రాణహాని ఉంది రక్షణ కల్పించాలని శివసాయి రైస్ మిల్ హక్కుదారులు ఇన్స్టాగ్రామ్, ట్విట్టర్, ఫేస్ బుక్ వంటి సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫామ్లలో రిపోర్ట్ ఆఫ్ లైన్ 1930 లేదా వెబ్ సైట్: ఎంఎవెటిఎటిఎవెటిఎవెటి.అల అల చీజుకా పోర్టల్ ద్వారా లేదా సోషల్ మీడియా ప్లాట్ ఫామ్లలో రిపోర్ట్ ఆఫ్ లైన్ ఉపయోగించండి. పిల్లలను రక్షించండి, తల్లిదండ్రులు, ఉపాధ్యాయులు, స్నేహితులు పిల్లలకు ఆన్ లైన్ సేఫ్టీ గురించి తెలియజేయండి. ఓపెన్ ఇంటర్నెట్ ఉపయోగంపై నియంత్రణ ఉంచండి. "ఒక చిన్నారి బాధను చూసి మౌనంగా ఉండటం కూడా ఒక నేరమే!"

అవుతుందని తెలుసుకోండి.
ఇక ఈ కేసులో బాధ్యతగా చురుకుగా పనిచేసే ఖమ్మం సైబర్ క్రైమ్ టీమ్ (డిఎస్సీ) ఫణిందర్, ఇన్ స్పెక్టర్ కె.నరేష్, ఎన్ఐబిలు రంజిత్ కుమార్, విజయకుమార్ మరియు సిబ్బందికి పూర్వపురస్కారం అభినందనలు. వీరి అవిరళ కృషి వల్ల మన పిల్లల భవిష్యత్తు కాస్త మెరుగవుతోంది. ప్రతి ఒక్కరూ ఈ పోరాటంలో భాగమవ్వండి. ఎస్సాప్ చైర్మన్ అబ్దుల్ హమీద్, ఎస్సీ సెల్ నాయకులు సీఎస్ ఈఎంఎం ప్రొటెక్ట్ అవరు చిల్డ్రన్ ఎన్ఫోర్స్ మెంట్ అంట్ యాజ్మాక్ లతో అవేర్ నెస్ కల్పించండి. మనం ఇచ్చే ఒక్క రిపోర్ట్ కూడా ఒక చిన్నారి జీవితాన్ని కాపాడగలదు.

ఖమ్మం సైబర్ క్రైమ్ ఘటన ఓ హెచ్చరిక, బాధ్యత

ఖమ్మం సైబర్ క్రైమ్ పోలీస్ చైల్డ్ పోర్నోగ్రఫీ కేసులో చేసిన కీలక అరెస్ట్ తో ఒక ముఖ్యమైన విజయాన్ని సాధించింది. సోషల్ మీడియాలో (ముఖ్యంగా ఫేస్ బుక్ లో) చిన్న పిల్లల అశ్లీల వీడియోలను (చైల్డ్ సెక్యూరిటీ) ఎక్స్ ప్లయిట్ చేసే అండ్ అబ్యూస్ వెబ్ సైట్ లలో - జూజూవా/చైల్డ్ పోర్నోగ్రఫీ) చూసి, షేర్ చేసిన కేసులో ఖమ్మం పట్టణం శ్రీనివాస నగర్ కు చెందిన వి.నిరంజన్ కుమార్ (40)ను అరెస్టు చేశారు. ఈ కేసు తెలంగాణ సైబర్ సెక్యూరిటీ బ్యూరో (టీజీసీఎస్సీ), నేషనల్ సైబర్ క్రైమ్ రిపోర్టింగ్ పోర్టల్ (ఎన్సీఆర్ఓ) మరియు నేషనల్ సెంటర్ ఫర్ మిస్సింగ్ అండ్ ఎక్స్ ప్లయిట్ చిల్డ్రన్ (ఎన్సీఎంఈసీ) ఆధ్వర్యంలో జరిగిన మానిటరింగ్ ద్వారా గుర్తించబడిందని తెలుస్తోంది. ఖమ్మం పోలీస్ కమిషనర్ సునీల్ దత్ మాట్లాడుతూ ఈ అరెస్టును స్వాగతిస్తూ సైబర్ స్పేస్ లో ఎవరైనా చైల్డ్ పోర్నోగ్రఫీ సెర్చ్ చేసినా, చూసినా, డౌన్ లోడ్ చేసినా, షేర్ చేసినా లేదా స్టోర్ చేసినా ఫోన్ కు చట్టం సెక్షన్ 15 మరియు ఐటీ చట్టం సెక్షన్ 67బి కింద కఠిన శిక్షలు ఎదుర్కోవాల్సి ఉంటుందని స్పష్టం చేశారు. నిందితుడిని ని రిమాండ్ కు తరలించారు. ఖమ్మం నగరంలో వెలుగు చూసిన ఈ ఘటన మన సమాజానికి ఒక హెచ్చరిక మాత్రమే కాదు, ఇది మన సమాజానికి ఒక బాధ్యతగా గుర్తించాలి. ఎందుకు ఇది చాలా ముఖ్యమైనది? చిన్న పిల్లల అశ్లీల చిత్రాలు/వీడియోలు చూడటం లేదా షేర్ చేయడం అనేది కేవలం "పర్సనల్ వ్యవహారం" కాదు. అది పిల్లలపై జరిగిన లైంగిక



గంట సోమన్న, సీనియర్ జర్నలిస్ట్.

దుర్వినియోగానికి మద్దతు ఇవ్వడమే అవుతుంది. ప్రతి వీక్షణ, ప్రతి షేర్ ఆ చిన్నారిల బాధను మరింత పెంచుతుంది. వారి జీవితాలను శాశ్వతంగా దెబ్బతీస్తుంది. తెలంగాణ పోలీసులు (ముఖ్యంగా టీజీసీఎస్సీ) ఇలాంటి కేసులపై గత కొన్ని నెలలుగా కఠిన చర్యలు తీసుకుంటున్నారు. 2025లోనే వందలాది మంది రిపిట్ ఆఫ్ డెండర్లను అరెస్టు చేశారు. ఇది

విద్యార్థులు బాగా చదివి ఉన్నత శిఖరాలు అదిరోహించాలి



ధర్మ శుంఠ, జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినీధి : విద్యార్థులు జీవితంలో లక్ష్యాన్ని ఎంచుకొని ఆ లక్ష్య సాధన దిశగా బాగా చదివి ఉన్నత శిఖరాలు అదిరోహించాలని శ్రీ భాష్యం ఓకేషన్ లో జూనియర్ కళాశాల చైర్మన్ లెనిన్, కరస్పాండెంట్ శ్రీనాథలు అన్నారు. శనివారం సానిక జె గార్డెన్స్ ఏర్పాటు చేసిన కళాశాల ప్రథమ వార్షికోత్సవ కార్యక్రమంలో వారు పాల్గొని మాట్లాడారు. ప్రస్తుత సమాజంలో ఒకేషన్ లో విద్యార్థులకు అనేక రకాల అవకాశాలున్నాయని అన్నారు. విద్యార్థులు బాగా చదివి వచ్చిన అవకాశాలను సద్వినియోగం చేసుకొని జీవితంలో రాణించాలన్నారు. అనంతరం కళాశాల విద్యార్థి విద్యార్థుల సాంస్కృతిక ప్రదర్శనలు అలరించాయి. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల అధ్యాపకులు మాస్టింగ్, నాగేశ్వరావు, నరేష్, వీరబాబు, లచ్చూనాయక్, అనిత, రాజేష్, ఉదయూమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సంక్రాంతి సందర్భంగా రద్దీగా 65వ జాతీయ రహదారి

హైదరాబాద్-విజయవాడపై ట్రాఫిక్ ను పరిశీలించిన జిల్లా ఎస్పీ వాహనాల రద్దీ నేపథ్యంలో ట్రాఫిక్ అంక్షలు రూట్ డైవర్షన్ డ్రాన్ కెమెరాతో హైవేపై నిరంతర నిఘా ఏర్పాటు చేశాం వాహనదారులు జాగ్రత్తలు పాటించాలి రహదారి వెంట ఎక్కడపడితే అక్కడ వాహనాలు నిలపవద్దు జిల్లా పరిధిలో ఎన్ హెచ్ 65 రహదారి విస్తరణ పనులు జరుగుతున్నాయి వాహనాల డైవర్షన్ బోర్డులు గమనించాలి సురక్షితంగా గమ్యం చేరుకోవాలని పూలు అందించి సూచనలు రహదారి వెంట గ్రామాల రైతుల అప్రమత్తత అవసరం సూర్యాపేట జిల్లా ఎస్పీ కె.నరసింహ



ధర్మశుంఠ జనవరి 10 సూర్యాపేట: సంక్రాంతి పండుగ సందర్భంగా సూర్యాపేట పట్టణ పరిధిలోని ఎస్పీఐ గోదాం వద్ద 65వ హైవే పై వాహనాల రద్దీ తనివారం జిల్లా ఎస్పీ కె.నరసింహ సంబంధిత పోలీస్ అధికారులతో కలిసి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా డ్రాన్ కెమెరాతో రహదారిపై వాహనాల యొక్క మోన్సిటరింగ్ పర్యవేక్షణ చేసి, పండుగకు వెళ్లే వాహనదారులు, ప్రజలు సురక్షితంగా గమ్యానికి చేరుకోవాలని, సంతోషంగా పండుగ జరుపుకోవాలని తెలుపుతూ పుష్పాలు అందించి సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ సంక్రాంతి పండుగ సందర్భంగా ఆంధ్రా ప్రాంతానికి వెళ్ళే వాహనాల రద్దీ ఎక్కువగా ఉంటుందని, వాహనదారులు అత్యంత అప్రమత్తంగా వాహనాలు నడపాలన్నారు. అధికవేగంతో వాహనాలు నడవద్దని, నిద్ర మత్తులో వాహనాలు నడవవద్దని అన్నారు. దూర ప్రయాణం వల్ల అలసిపోవడం, నిద్ర మత్తు కారణంగా ప్రమాదాలకు జరిగే అవకాశం ఉన్నదని, తగు జాగ్రత్తలు పాటించాలని, వాహనాలు కండిషన్ లో ఉండాలని, చలి ప్రభావంతో పొగమంచు ఉంటుందని, రాత్రి సమయంలో ప్రయాణంలో డ్రైవర్ అప్రమత్తత అవసరమని కోరారు. అత్యవసర సమయంలో రహదారుల అధికారులను లేదా డయల్ 100 కు పాస్ చేసి

సహాయం పొందాలని, రోడ్డు ప్రక్కన అసంధికారికంగా ఎక్కడపడితే అక్కడ వాహనాలు నిలపవద్దని విజ్ఞప్తి చేశారు. భారీ వాహనాలు ఒక క్రమంలో వెళ్ళాలని, ఇతరులకు ఇబ్బంది కలిగించవద్దని, జిల్లా పరిధిలో జాతీయ రహదారి 65 పై విస్తరణ పనులు, మరమ్మత్తు పనులు జరుగుతున్నాయని, కాబట్టి అవసరమైన చోట పోలీసు డైవర్షన్స్ ఏర్పాటు చేసి గమనిక బోర్డులు పెట్టడం జరిగిందని, వాటిని పాటిస్తూ వాహనదారులు నెమ్మదిగా వెళ్ళాలన్నారు. పండగకు వెళ్లే సమయంలో, తిరుగు ప్రయాణం సమయంలో ఎలాంటి అవాంఛనీయ సంఘటనలు జరగకుండా పటిష్టమైన భద్రత కల్పిస్తున్నట్లు వివరించారు. ముఖ్యంగా భాక్ స్పాట్స్ వద్ద ప్రమాదాలు సంభవించకుండా సానిక ప్రజలను అప్రమత్తం చేశామని సూచించారు. రోడ్డు భద్రత కమిటీల ద్వారా అవగాహన కార్యక్రమాలు నిర్వహించామన్నారు. ట్రాఫిక్ రద్దీని, వాహనాలను పునరుద్ధరించడం కోసం ముఖ్యమైన మల్టిపులు చేపట్టడం జరిగిందన్నారు. హైదరాబాద్ నుండి గుంటూరు వెళ్ళేవారు నార్మల్ లైన్ నుండి మిర్యాలగూడ మీదుగా వెళ్ళాలని, రాజమండ్రి, వైజాగ్ వైపు వెళ్ళేవారు సకిరేకల్ వద్ద జాతీయ రహదారి వైపు తీసుకుని అర్బువల్లి, బంగ్లా ఖమ్మం మీదుగా వెళ్ళాలని, రాజమండ్రి, విజయనగరం, కాకినాడ, వైజాగ్, శ్రీకాకుళం

వైపు వెళ్లే వాహనాలను తోకుమట్ల వద్ద ఖమ్మం వైపు మల్లించామని, ఖమ్మం నుండి సూర్యాపేట వైపుగా హైదరాబాద్ వెళ్ళే వాహనాలు చివ్వెల మండలం వల్లిఖమ్మంపహాడ్ వద్ద సర్కిల్ రోడ్డు నుండి సూర్యాపేట పట్టణం మార్గంలోకి మళ్ళించి సూర్యాపేట పట్టణం మీదుగా హైదరాబాద్ ఇతర ప్రాంతాలకు వెళ్ళవచ్చని సూచించారు. ముఖ్యంగా జాతీయ రహదారి వెంట గల సూర్యాపేట రూరల్, చివ్వెల, మునగాల, కోదాడ మండలాల పరిధిలో గల గ్రామాల రైతులు, ప్రజలు వ్యవసాయ పనులకు వెళ్ళేటప్పుడు చాలా జాగ్రత్తగా ఉండాలని, తప్పుడు మార్గంలో వాహనాలు, పశువులను తీసుకువెళ్ళడం ప్రమాదమని గమనించాలన్నారు. పోలీసు సిబ్బంది రోడ్డుపై 24 గంటలు గస్తీ నిర్వహిస్తారని, సీబిల పర్యవేక్షణలో ఎన్ హెచ్ 65 పై ప్రెట్రోలింగ్ నిర్వహిస్తారని, భాక్ స్పాట్స్ వద్ద వాహనాలు నిలవకుండా చర్యలు తీసుకుంటున్నామని, రహదారి పనులు జరుగుతున్న ప్రాంతాల్లో పోలీస్ సిబ్బంది అందుబాటులో ఉంటారన్నారు. సిబ్బంది ఎల్లప్పుడూ అప్రమత్తంగా ఉండి, తప్పుడు మార్గంలో వాహనాలు నడిపినా, రోడ్డుపై న్యూస్ పేజీలు, ఎక్కడపడితే అక్కడ వాహనాలు ఆపినా కేసులు నమోదు చేయాలని ఆదేశించారు. నిత్యం వాహనాలు తనిఖీలు చేస్తూ మైనర్ డ్రైవింగ్, డ్రెస్సింగ్ డ్రైవ్, రాంగ్ రూట్ డ్రైవింగ్, ఓవర్ లోడింగ్ నిరోధించాలని సిబ్బందికి సూచించారు.

తెలంగాణ ఉద్యమ కారుల హామీలను వెంటనే అమలు చేయాలి

ఉద్యమకారులు సంఘటితంగా పోరాడాలి
టీజెఎన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ప్రాఫెసర్ కోదండరాం
టీ యు జెపిసి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు తుమ్మల ప్రవల్ రాం రెడ్డి



ధర్మశుంఠ జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినిధి: తెలంగాణ రాష్ట్ర ఏర్పాటు సాధనలో పాల్గొన్న తెలంగాణ ఉద్యమ కారులకు ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీల అమలుకు ఉద్యమకారులు సంఘటితంగా పోరాడాలని తెలంగాణ జన సమితి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ప్రాఫెసర్ కోదండరాం, తెలంగాణ ఉద్యమ కారుల జెపిసి రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు తుమ్మల ప్రవల్ రాం రెడ్డి, ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. శనివారం జిల్లా కేంద్రంలో ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాలలో తెలంగాణ ఉద్యమ కారుల జెపిసి అధ్యక్షులతో తెలంగాణ ఉద్యమ కారుల సంక్షేమ సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు, జెపిసి జిల్లా ఇంచార్జ్ పిడమర్తి లింగయ్య అధ్యక్షతన రాష్ట్ర మహాసభ జరిగింది. ఈ సందర్భంగా పలువురు మాట్లాడుతూ అమరుల త్యాగాల పునాదులపై తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పాటు అయిందని ఏ ఒక్కరి పలనో ఏర్పాటు కాలేదని తెలిపారు. తెలంగాణ ఉద్యమకారుల సంక్షేమ బోర్డు ను వెంటనే ఏర్పాటు చేయాలని, కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఇచ్చిన హామీలు వెంటనే అమలు చేయాలని ప్రభుత్వం కమిటీ వేయాలని ప్రభుత్వానికి విజ్ఞప్తి చేశారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనలో 1200 మంది అమరులైతే 400 మందినే గత ప్రభుత్వం ఆదుకుందని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. సూర్యాపేట ప్రాంతం ఎంతో వైతన్యవంతమైందని పేర్కొన్నారు. ఉద్యమకారుల హామీలను అమలు చేయకపోతే అసెంబ్లీ ను ముట్టడించాలని హెచ్చరించారు. తెలంగాణ సాయుధ పోరాటం తరహాలో ఉద్యమించాలని తెలంగాణ ఉద్యమ సాధనలో పాల్గొన్న ఉద్యమకారులను జంగు సిపాయి ఉద్యమకారులుగా గుర్తించాలని, ఉద్యమకారులపై ఉన్న కేసులను వెంటనే ఎత్తివేయాలని, కేంద్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న నిరంకుశ ఉపా చర్యల్ని వెంటనే రద్దు చేయాలని, తెలంగాణ ఉద్యమ చరిత్రను పాఠ్యాంశం చేర్చాలని, మారోజు వీరన్న స్మృతి పంపనం ఏర్పాటు చేయాలని, కేజీ నుంచి కేజీ వరకు ఉచిత విద్య, వైద్యం ను, ఖాయిలపడ పరిశ్రమలను పునరుద్ధరించాలని మహాసభలో తీర్మానించారు. కార్యక్రమంలో టీ యు జెపిసి రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి చంద్రన్న ప్రసాద్, రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి కంచర్ల బద్రి, చారువాక, జర్నలిస్ట్ ప్రంట్ రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు మోహన్ బెర్గా, తెలంగాణ కళాకారుల వేదిక రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వెమల యాదగిరి, తెలంగాణ ఉద్యమ కారులు చెరుకు సుధాకర్, బహుజన గాయకురాలు విమలకృ, ఆర్యా ఫౌండేషన్ చైర్మన్ డాక్టర్ తాడోజు వాణి, సిఐఎ తాడోజు శ్రీకాంత్ రాజు, డాక్టర్ పృథ్వి రాజ్ యాదవ్, తెలంగాణ జన సమితి రాష్ట్ర నాయకులు కె, ధర్మారావు, సిఐఐ ఎంఎల్ న్యూడెమోక్రసీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి వర్గ సభ్యులు గోవర్ధన్, ఆర్యా ఫౌండేషన్ రాష్ట్ర అధికార ప్రతినిధి పొడుగు శ్రీధర్, ఉద్యమకారుల మహిళా వేదిక రాష్ట్ర కన్వీనర్ బాకారం లావణ్య, టీఎస్ జెపిసి జిల్లా కన్వీనర్ భద్ర బోయిన సైదులు, ఉద్యమకారుల జెపిసి నాయకురాలు గోనే విజయ, కల్ప రాజన్న, యూసుఫ్ పరీఫ్, దయాకర్, ఎన్ కే నయ్యర్, గాయకులు దరువు అంజన్న, సురేష్ మహాజన్, సుక్ర రామనర్సయ్య, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జయ పాఠశాలలో ఘనంగా సంక్రాంతి సంబరాలు



ధర్మశుంఠ జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినిధి జిల్లా కేంద్రంలోని జయ ఒలింపియాడ్ పాఠశాలలో శనివారం సంక్రాంతి సంబరాలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన ముగ్గుల పోటీలలో పాఠశాల స్టూడెంట్స్ ఉత్సాహంగా పాల్గొని వివిధ రంగాలలో విభిన్నమైన ముగ్గులను వేశారు. పండలాదిమంది విద్యార్థులు ముగ్గుల పోటీలో పాల్గొన్నారు. ఈ పోటీల అనంతరం సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలతో సంక్రాంతి సంబరాలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా సూర్యో కరస్పాండెంట్ జయ వేణుగోపాల్, సూర్య డైరెక్టర్లు జిల్లా పద్మ, బింగి జ్యోతి మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతోపాటు మన

సంస్కృతి సంప్రదాయాలపై అవగాహన కలిగి ఉండాలని అన్నారు. మన పండగల గొప్పతనాన్ని, విశిష్టతను తెలుసుకోవాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో

ఉపాధ్యాయులు, సిబ్బంది, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా డిసిసి వైస్ ప్రెసిడెంట్ పుట్టినరోజు వేడుకలు

ధర్మశుంఠ జనవరి 10, సూర్యాపేట జిల్లా ప్రతినిధి సూర్యాపేట జిల్లా కేంద్రంలో డిసిసి వైస్ ప్రెసిడెంట్, జిల్లా కాంగ్రెస్ నాయకులు అన్నమయ్య రాము పుట్టినరోజు వేడుకలు అభిమానుల నడుమ ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా అభిమానులు మాట్లాడుతూ ఇలాంటి పుట్టినరోజు వేడుకలు మరెన్నో జరుపుకోవాలని, అక్షయశ్రద్ధలు ఆయురారోగ్యాలతో ఉండాలని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో 25 వ వార్డు కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కోడి శివ, కాసం యాదవ్, నల్లమర్ల సైదులు యాదవ్, నంకటి గౌతం యాదవ్, గజ్జి గోపి యాదవ్, మణికంఠ, విజయ్, దిలీప్ యాదవ్, ఉపేందర్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.





మతోన్మాద భావజాల వ్యాప్తి సమాజానికి హానికరం



ఎదుర్కోవడం కోసం సామాజిక, ఆర్థిక, సాంస్కృతిక రంగంలో కృషి పెరగాలి
కేంద్ర బీజేపీ ప్రభుత్వ ప్రజా, కార్మిక, విద్యార్థి, యువజన, మహిళా వ్యతిరేక విధానాలు సిపి(ఐ)ఎం పాలిటి బ్యూరో సభ్యులు బీవీ రాఘవులు

ధర్మశుంఠ జనవరి 10 భవనగిరి
గ్రామాల్లో బీజేపీ మతోన్మాద భావజాల వ్యాప్తి రోజురోజుకూ పెరుగుతున్నదని, దీనిని అణిచివేయడం కోసం గ్రామీణ స్థాయిలో సాంస్కృతిక రంగంలో మన కృషి పెరగాలని సిపి(ఐ)ఎం పాలిటి బ్యూరో సభ్యులు బీవీ రాఘవులు అన్నారు. శనివారం యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లా కేంద్రంలో రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు కొండమడుగు నరసింహ అధ్యక్షతన జరిగిన జిల్లా విస్తృత సమావేశంలో ఆయన ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొని మాట్లాడుతూ దేశంలో బీజేపీ అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత మతోన్మాద భావజాల వ్యాప్తి అడ్డు అడుపు లేకుండా పెరుగుతుందని, కులం పేరుతో మతం పేరుతో మనుషుల మధ్య విషయాన్ని నింపి చీలికలు తీసుకొస్తుందని మూడోసారి అధికారులకు వచ్చిన

తర్వాత మతోన్మాద భావజాలం గ్రామీణ స్థాయిలో పెట్టిగోతుందని గుర్తు చేశారు. అదేవిధంగా బడా కార్పొరేట్ శక్తులకు ఊడిగం చేసే విధంగా గతంలో రైతుల పొట్టగొట్టే నల్ల చట్టాలను తీసుకురావడం, అనేక పోరాటాలు చేసే సాధించుకున్న లేబర్ కోడ్ లను నాలుగు చట్టాలుగా సవరణ చేయడం, ఉపాధి హామీ చట్టాన్ని నిర్మూలన చేసే విధంగా పేరు మార్పుతూ చట్టాన్ని పూర్తిగా వ్యవసాయ కూలీలకు దూరం చేయాలని చూస్తుందని అదేవిధంగా విత్తన చట్టాన్ని తీసుకురావడం, విద్యుత్ సవరణ బిల్లును తీసుకురావడం, ప్రభుత్వ రంగ సంస్థలను ప్రైవేటువరం చేయాలని ఆలోచనలు చేయడంతో పాటు అనేక రకాల ప్రజా వ్యతిరేక విధానాలను తీసుకురావాలనే కుట్ర చేస్తుందని, బీజేపీ విధానాలు రాష్ట్రాల హక్కులను కాలరాసే విధంగా ఉన్నాయని గ్రామీణ స్థాయిలో రాష్ట్రాల హక్కులను కేంద్రం గుప్పిట్లో పెట్టుకుని పరిపాలన సాగిస్తుందన్నారు. ఈ సందర్భంగా బీజేపీ చేస్తున్న మతోన్మాద రాజకీయాలను ఎండగడుతూ ఎప్పటికప్పుడు సాంస్కృతిక రంగంలో కృషి పెరిగి బీజేపీ మతోన్మాద భావజాల వ్యాప్తికి అడ్డుకట్ట వేయాలని వారు పిలుపునిచ్చారు. పార్టీ కేంద్ర కమిటీ సభ్యులు ఎస్. వీరయ్య మాట్లాడుతూ కేంద్రంలో బీజేపీ మతోన్మాద భావజాలాన్ని పెంచుతూ మరోకవైపు కార్మిక ప్రజా, రైతు వ్యతిరేక విధానాలను తీసుకొస్తూ పరిపాలన సాగిస్తుందని, రానున్న కాలంలో బీజేపీ ప్రజావ్యతిరేక విధానాలకు వ్యతిరేకంగా పోరాడవలసిన అవసరం అంతైనా ఉందన్నారు. మాజీ కేంద్ర కమిటీ సభ్యులు

చెరుపల్లి సీతారాములు మాట్లాడుతూ మతం పేరుతో కులం పేరుతో బీజేపీ చేస్తున్న రాజకీయాలను సిపి(ఐ) గ్రామీణ స్థాయిలో ఎప్పటికప్పుడు ఎండగట్టాలని పార్టీ క్రేణులకు పిలుపునిచ్చారు. సిపి(ఐ) జిల్లా కార్యదర్శి ఎం.డి. జహంగీర్ మాట్లాడుతూ బీజేపీ, ఆర్.ఎస్.ఎస్, సేవా, మహానీయుల జయంతులు, వందగల ముసుగులో చావకింద నీరుల గ్రామాల్లో పాకుతూ, ప్రజల ఆలోచనలను మతోన్మాద భావజాలాన్ని పెంచుతుందని, ఇది దేశానికి ప్రమాదకరంగా మారుతుందని, మతోన్మాద భావజాలాన్ని తిప్పి కొట్టాలన్న బాధ్యత ప్రతి ఒక్కరిపై ఉందన్నారు. ఈ సమావేశంలో పార్టీ రాష్ట్ర కమిటీ సభ్యులు బట్టుపల్లి అనురాధ, జిల్లా కార్యదర్శి వర్మ సభ్యులు మాటూరి బాలరాజు, కల్లూరి మల్లేశం, దాసరి పాండు, బూరుగు కృష్ణారెడ్డి, గుంటోజు శ్రీనివాసాచారి, జిల్లా కమిటీ సభ్యులు కోమలిరెడ్డి చంద్రారెడ్డి, సిర్సింగి స్వామి, దయ్యాల నరసింహ, మాయ కృష్ణ, బొమ్మ యాదగిరి, ఎం.డి. పాప, బొడ్డుపల్లి వెంకటేశ్వర్లు, గుండు వెంకటనర్సూ, దోడ యాదిరెడ్డి, మల్లెపూరం రాజు, బోలగాని జయరాములు, అవ్వూరు రామేశ్వర్, రావకొండ రామలక్ష్మి, ఎం.డి. ఇక్బాల్, వనం ఉపేందర్, గడ్డం వెంకటేశ్వర్లు, మల్లెపల్లి లలిత, బల్లూరి అంజయ్య, కోట రామచంద్రారెడ్డి, గోశిక కరుణాకర్ మండల కార్యదర్శులు ధూపటి వెంకటేశ్వర్లు, పల్లెర్ల అంజయ్య పోతరాజు జహంగీర్, వేముల భీకర్, ర్యాకల శ్రీశైలం, ప్రజాసంఘాల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

కాలుష్య నివారణకు 7 నిరూపితమైన వ్యూహాలు..!

నగరాల్లో వాయు కాలుష్యం ఒక నిశ్చల శత్రువు లాంటిది. ఇది మన ఆరోగ్యాన్ని, పర్యావరణాన్ని మరియు ఆర్థిక వ్యవస్థను నిరంతరం దెబ్బతీస్తుంది. ప్రపంచవ్యాప్తంగా మిలియన్ల మంది ప్రజలు ఈ సమస్యతో పోరాడుతున్నారు. ముఖ్యంగా భారతదేశం వంటి దేశాల్లోని పట్టణాల్లో ఇది మరింత తీవ్రంగా ఉంది. అయితే, సమస్య ఉన్న చోటే పరిష్కారాలు కూడా ఉన్నాయి. నగరాల్లో గాలి నాణ్యతను మెరుగుపరచడానికి 7 నిరూపితమైన వ్యూహాలను పరిచయం చేస్తున్నాము. ఇవి సరళమైనవి, అచరణాత్మకమైనవి మరియు ప్రపంచవ్యాప్తంగా అనేక నగరాల్లో విజయవంతంగా అమలు చేయబడినవి. ఈ వ్యూహాలు మన నగరాలను మరింత ఆరోగ్యకరమైన, సుస్థిరమైన మరియు జీవించడానికి అనుకూలమైన ప్రదేశాలుగా మార్చడానికి సహాయపడతాయి. మరి ఆ వ్యూహాలు ఏమిటో చూద్దాం.

మొదటగా తెలివిగా ప్లాన్ చేయండి మెరుగైన నిర్మాణం
ఇక్కడ, దుకాణాలు మరియు సేవలు అన్నీ దగ్గరగా ఉండే కాంపాక్ట్, మిశ్రమ-వినియోగ పరిసరాలపై దృష్టి సారించే నగరాలు (ఇక్కడ, దుకాణాలు మరియు సేవలు అన్నీ దగ్గరగా ఉండేవి) ప్రజలు నడవడానికి, సైకిల్ తోకాడానికి లేదా ప్రజా రవాణాను ఉపయోగించడానికి సులభతరం చేస్తాయి. ఇది భారీ ప్రభావంతో కూడిన సరళమైన మార్పు, తక్కువ కాలుష్యం, పరిశుభ్రమైన గాలిని ఇస్తుంది.

రెండవది శుభ్రమైన, సమృద్ధిగా ప్రజా రవాణాలో పెట్టుబడి పెట్టండి
ఎలక్ట్రిక్ బస్సులు, మెట్రో వ్యవస్థలు మరియు బాగా అనుసంధానించబడిన, రవాణా నెట్వర్క్లు కాలుష్యాన్ని తగ్గించడమే కాదు, అవి నగరాలను మరింత జీవించడానికి అనుకూలంగా మారుస్తాయి. రవాణా స్టాప్ల దగ్గర కొత్త గృహాలు నిర్మించడం చేబ ఇది ప్రయోజనకరమైనది.

మూడవది మరన్ని ఆకుపచ్చ మరియు నీలం రంగు ప్రదేశాలను తీసుకురండి
పార్కులు, చెట్లు, ఆకుపచ్చ పైకప్పులు, చిత్తడి నేలలు ఇవన్నీ వాయు కాలుష్య కారకాలను ఫిల్టర్ చేయడానికి మరియు నగరాలను చల్లబరచడానికి సహాయపడతాయి. అవి కూడా గొప్ప ప్రదేశాలుగా వెలుగొందుతాయి. ప్రకృతి ఆధారిత పరిష్కారాలు కేవలం అందంగా ఉండవు, అవి అచరణాత్మకమైనవి.

నాలుగవది భవనాలు మరియు ఇంధన వ్యవస్థలను పరిశుభ్రంగా చేయండి
పట్టణ మౌలిక సదుపాయాలలో భవన నియమాలను కఠినతరం చేయడం మరియు పునరుత్పాదక శక్తికి మారడం వల్ల మూలం వద్ద ఉద్గారాలను తగ్గిస్తుంది. ఇంధన-సమర్థవంతమైన భవనాలు వాతావరణానికి మంచి మాత్రమే కాదు, అవి దుబ్బును ఆదా చేస్తాయి మరియు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.



ఐదవది వ్యర్థ వ్యవస్థలను సరిచేయండి
చాలా చోట్ల వ్యర్థాలను బహిరంగంగా కాల్చడం ఇప్పటికీ ఒక ప్రధాన సమస్య. సేకరణను మెరుగుపరచడం, రీసైకింగ్ను పెంచడం మరియు వృత్తాకార ఆర్థిక వ్యవస్థ వైపు మారడం వల్ల హానికరమైన ఉద్గారాలను నాటకీయంగా తగ్గించవచ్చు.

ఆరవది పారిశుధ్యం కాలుష్యాన్ని నియంత్రించండి
కఠినమైన ప్రమాణాలు మరియు మెరుగైన జోనింగ్ నివాస ప్రాంతాలను కలుపితం చేయకుండా భారీ పరిశ్రమలను నిరోధించవచ్చు. ఇది కర్మాగారాలను తరలించడం గురించి మాత్రమే కాదు, ఇది క్లీన్ టెక్, స్మార్ట్ ప్లానింగ్ మరియు మెరుగైన అమలు గురించి.

ఏడవది వాతావరణ కార్యకరణ ప్రణాళికలలో గాలి నాణ్యతను చేర్చండి
చాలా నగరాలు ఇప్పుడు తమ విస్తృత వాతావరణ వ్యూహాలలో క్లీన్ ఎయిర్ లక్ష్యాలను కలుపుతున్నాయి. ఉదాహరణకు అమ్మన్, దాని కైమెట్ యాక్షన్ ప్లాన్లో వాయు కాలుష్యాన్ని కీలక భాగంగా చేసింది. ఇక బోస్నిస్ బిల్గా మన పిల్లలు శుభ్రమైన గాలిని పీల్చుకునే రోజు దూరంలో లేదు.

మండలాల నుండి అధిక-కాలుష్య వాహనాలను నియంత్రించడం వరకు, నగరాలు సుదీర్ఘకాలం క్లీన్ గాలిని లక్ష్యం చేయడానికి పాలనను ఉపయోగించవచ్చు. చివరగా చెప్పాల్సివేయటంలేదు నగరాల్లో వాయు కాలుష్యాన్ని తగ్గించడం కేవలం ఒక లక్ష్యం మాత్రమే కాదు. అది మన భవిష్యత్తు తరాలకు మనం ఇవ్వగలిగే అతి పెద్ద బహుమతి. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా బీజింగ్, న్యూయార్క్ వంటి నగరాలు ఈ 7 వ్యూహాలను అమలు చేసే గ్రామీణీ సాయం 50% వరకు తగ్గించాయి. బోగోటాలో ఎలక్ట్రిక్ బస్సులు, గ్రీన్ స్పేస్లు పెంచడం వల్ల రవాణా కాలుష్యం గణనీయంగా తగ్గింది. సింగపూర్, ఓస్లో

వంటి నగరాలు మిశ్రమ-వినియోగ ప్లానింగ్, పునరుత్పాదక శక్తి కఠిన చట్టాలతో పరిశుభ్రమైన గాలిని సాధించాయి. మన దేశంలోనూ మార్పు సాధ్యమే. ముందై వంటి మహానగరాలు ఈ వ్యూహాలను స్థానికంగా అనుసరిస్తే, మెట్రో విస్తరణ, ఎక్కువ పచ్చదనం, వ్యర్థాల మెరుగుపరచడం ద్వారా మన పిల్లలు శుభ్రమైన గాలిని పీల్చుకునే రోజు దూరంలో లేదు. “పర్యావరణం ఎవరి ఆస్తి కాదు అది అందరి బాధ్యత” మరో మాటలో చెప్పాలంటే “శుభ్రమైన గాలి లేకుండా ఏ జీవితమూ పూర్తి కాదు.” అందుకే ఇప్పుడే మార్పు ప్రారంభించండి. మన నగరాలను మళ్లీ ఆకలిపి పీల్చుకోగలిగేలా చేయడానికి మనమందరం కలిసి పనిచేద్దాం. ఎందుకంటే, శుభ్రమైన గాలి కేవలం హక్కు కాదు అది మన జీవన హక్కు.





రేషన్లైజేషన్ పేరుతో పాఠశాలల మూసివేతకు కుట్ర

టేకులపల్లి

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం రేషన్లైజేషన్ పేరుతో ప్రభుత్వ పాఠశాలల మూసివేతకు కుట్ర వస్తుతున్నదని తెలంగాణ విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ రాష్ట్ర కార్య నిర్వహణ కార్యదర్శి ప్రొఫెసర్ కె.లక్ష్మీనారాయణ అభిప్రాయపడ్డారు. శనివారం స్థానిక సిద్ధార్థ ఒకేషన్ జూనియర్ కళాశాలలో డిపిఐఎఫ్ జిల్లా అధ్యక్షులు గుగులోత్ హరిలాల్ అధ్యక్షతన జరిగిన భద్రాద్రి కొత్తగూడెం జిల్లా విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ కౌన్సిల్ సమావేశమునకు ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన లక్ష్మీనారాయణ మాట్లాడుతూ.. ప్రభుత్వ విద్యారంగానికి నిధుల కేటాయింపులో కోత పెడుతూ, ఉపాధ్యాయుల ఖాళీ పోస్టులను నింపకుండా, పాఠశాలల భౌతిక పరిస్థితులు మెరుగుపరచకుండా, ప్రభుత్వ విద్యను ప్రభుత్వం ప్రజలకు దూరం చేస్తున్నదని అన్నారు. కేంద్ర ప్రభుత్వం నూతన విద్యా విధానంలో భాగంగా వికసిత భారత్ శిక్షా అధ్యక్షాన్ 2025 బిల్లును పార్లమెంట్లో ప్రవేశపెట్టిందని, నిలబడ్డో మతాన్ని చొప్పించి విద్యను కాపాడకపోతే చేయటం పూనుకున్నదని, దీన్ని వ్యతిరేకించాలని పిలుపునిచ్చారు. దేశంలో విద్యను ప్రైవేటు శక్తులకు అప్పగిస్తూ, బడుగు బలహీనవర్గాలకు విద్యను



అందకుండా చేస్తున్న ప్రభుత్వ విధానాలకు వ్యతిరేకంగా ప్రజలు ఉద్యమించాలని, అందరికీ సమానమైన నాణ్యమైన విద్యను సాధించుకోవాలని కోరారు. ఈ సమావేశంలో తెలంగాణ విద్యా పరిరక్షణ కమిటీ రాష్ట్ర అసోసియేట్ ప్రెసిడెంట్ వై.అశోక్ కుమార్, రాష్ట్ర కార్యదర్శి ఎం.సోమయ్య, రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు కె.రవిచంద్ర, కార్యవర్గ సభ్యులు వి.మనోహర్ రాజు, డిపిఐఎఫ్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి జోగ రాంబాబు, పివైఎల్ జిల్లా అధ్యక్షులు వి.మంగయ్య, పిడిఎస్యూ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శిలు డి.ప్రణయ్ కుమార్, ఎం.శివ



ప్రశాంత్, డి.ప్రణయ్ కుమార్, డిపిఐఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి వై.ప్రశాంత్ తదితరులు ప్రసంగించారు. అనంతరం జిల్లా నూతన కమిటీని ఎన్నికున్నారు. జిల్లా గౌరవాధ్యక్షులుగా ఎం.రామచారి, అధ్యక్షులుగా జి.హరిలాల్, అసోసియేట్ అధ్యక్షులుగా డి.శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యక్షులుగా వహీం బాద్య, వి.మంగయ్య, పి.రవి, ఎం.అంతోని, పి.సత్యనారాయణ, ఎం.డి.మౌలానా, సిహెచ్.వెంకన్న, ప్రధాన కార్యదర్శిగా వి.వినోదినీ, అసోసియేట్ ప్రధాన కార్యదర్శిగా బి.బ్రహ్మచారి, కార్యదర్శులుగా ఎం.శివ ప్రశాంత్, డి.ప్రణయ్ కుమార్, సిహెచ్.రమేష్, కె.వెంకటేశ్వర్లు, పి.నాగభూషణం తదితరులు ఎన్నికయ్యారు.

సేవాలాల్ ఉత్సవ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో నూతన సర్పంచ్లకు సన్మానం



టేకులపల్లి

టేకులపల్లి మండలంలో నూతనంగా ఎన్నికైన పలు పంచాయతీల సర్పంచులకు శనివారం జగదాంబ దేవి సేవాలాల్ ఆలయ ప్రాంగణంలో సేవాలాల్ ఉత్సవ కమిటీ ఆధ్వర్యంలో సన్మాన కార్యక్రమం నిర్వహించారు. వివిధ రాజకీయ పార్టీల నాయకులు, ప్రజా ప్రతినిధులు, సేవాలాల్ ఉత్సవ కమిటీ సభ్యులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా పలువురు మాట్లాడుతూ.. దేశాభివృద్ధి గ్రామాల అభివృద్ధితోనే సాధ్యం కావునా నూతన సర్పంచులు ప్రజా సమస్యల సత్వర పరిష్కారానికి, అలాగే అర్ధులకు కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాల అభివృద్ధి, సంక్షేమం అందేలా కృషి చేయాలని కోరారు. రాజకీయ పార్టీలకు అతీతంగా సర్పంచ్ అభ్యర్థల వని చేయాలని సేవాలాల్ కమిటీ వారు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఆలయ ఉత్సవ కమిటీ, లక్ష్మణ్ నాయక్, పుణ్య నాయక్, డ్రీమ్ చంద్ నాయక్, కిషోర్ సింగ్, లాలు నాయక్, హుస్సేన్ నాయక్, రవి ఠాకోర్, మరుయి టేకులపల్లి మండల సర్పంచ్ లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిరుపేదల సేవే మా మార్గం..!



సేవ చేయడమే తమ మార్గమని కొత్తగూడెంకి చెందిన నారి శక్తి సేవా సంఘం అధ్యక్షులు పద్మ పేర్కొన్నారు. సంఘం ఆధ్వర్యంలో తెలంగాణ, ఛత్తీస్ గడ్ సరిహద్దుల్లోని చర్ల మండలం, రామచంద్రపురం గ్రామంలో ఆదివాసీలకు శనివారం రూ 20 వేల విలువైన నిత్యవసర సరుకులను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. జిల్లాలో తమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఎన్నో సేవా కార్యక్రమాలు చేపట్టామని వివరించారు. జీవితంలో సేవ చేయడం ద్వారానే సార్వకాలిక చేకూరుతుందన్నారు. తమ సంఘంలో 600 మంది మహిళలే గ్రూపుగా ఏర్పడి సమాజ సేవ కోసం పునరంగీకరణ పని చేస్తున్నామన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో వికాస తరంగిణి అధ్యక్షులు గుంజి పురుషోత్తం, లత , మంజు, మాధవి, మదకం చంద్ర, ప్రశాంత్, మణికంఠ, లవన్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజల సమస్యలను వెలికితీయటంలో జర్నలిస్టుల పాత్ర కీలకం

సమాజానికి మార్గదర్శకులుగా జర్నలిస్టులు ఉండాలి మన తెలంగాణ క్యాలెండర్ ఆవిష్కరణ కార్యక్రమంలో సీబి రాజావర్మ వెల్లడి.



చర్ల ప్రజా సమస్యలను వెలికి తీస్తూ, సమాజ శ్రేయస్సు కోసం కృషి చేస్తున్న జర్నలిస్టులు సమాజానికి మార్గదర్శకులుగా ఉండాలని చర్ల సీబి రాజావర్మ సూచించారు. శనివారం మండల కేంద్రంలోని స్థానిక పోలీస్ స్టేషన్ లో మన తెలంగాణ దినపత్రిక నూతన సంవత్సర (2026) క్యాలెండర్ ను ఎన్వైలు ఆర్ నర్సిరెడ్డి, పి కేశవ్ లతో కలిసి సీబి ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా సీబి రాజావర్మ మాట్లాడుతూ జర్నలిస్టులు సమాజ శ్రేయస్సు కోసం కృషిచేస్తూ, ప్రజా సమస్యల పరిష్కారాలలో ప్రభుత్వాలను జవాబుదారీగా చేయడం, అవినీతిని బయట పెట్టడం ద్వారా సమాజానికి మార్గదర్శకులుగా ఉంటారని అన్నారు. ప్రజలకు ముఖ్యమైన వార్తలు సంక్షిప్త సమస్యలను అర్థమయ్యేలా వివరించి సరైన నిర్ణయాలు తీసుకునేలా సమాచారం అందించడంలో జర్నలిస్టుల పాత్ర కీలకమని అన్నారు. అలాగే ప్రభుత్వ విధానాలను ప్రజలకు చేరవేయడం, ప్రజల అభిప్రాయాలను ప్రభుత్వానికి తెలియజేయడం ద్వారా సమాజంలో జర్నలిస్టులు ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందుతారని గుర్తు చేశారు. ప్రభుత్వ

డ్రైవర్ల పేరంటం ఫలితమే సీఎం పీఎఫ్ చిట్టెలు



ఇల్లందు సింగరేణి కన్వెయన్స్ 79 మంది డ్రైవర్ల సీఎం పీఎఫ్, సుమారు ఒక కోటి పాతిక లక్షలు, రూపాయలు ప్రతి నెల జీతం నుండి కట్ చేసిన పైనెలను వారి ఆకౌంట్లో యాజమాన్యం జమ చేయకపోవడం వలన, ప్రగతిశీల సింగరేణి కాంట్రాక్టు వర్కర్ల యూనియన్ డియూసీబి ఆధ్వర్యంలో, అనేక దఫాలుగా వినతి పత్రాలు ఇచ్చినా పరిష్కారం కాకపోగా సెప్టెంబర్ 22న, డ్రైవర్లు విధులు బహిష్కరించి నమ్మే చేయడం జరిగిందన్నారు. ఈ పోరాటం వల్లనే శనివారం వారి యొక్క సీఎం పీఎఫ్ చిట్టెలను అందజేయడం జరిగిందని, యూనియన్ రాష్ట్ర అధ్యక్షులు షేక్ యాకుల్ షాఫి అన్నారు. శనివారం జిఎం ఆఫీస్ వద్ద జరిగిన డ్రైవర్ల సమావేశంలో పాల్గొని మాట్లాడుతూ.. ఇల్లందు జిఎం ఆఫీస్, హాస్పిటల్స్, సిఎస్సీ, వర్క్ షాప్ జైట్ ఓసి కె ఓ లో పనిచేస్తున్న డ్రైవర్ల సీఎంపీఎఫ్ సమస్య ఏటవేలకు పరిష్కారం అయిందని అన్నారు. 2023, 24 ఒక సంవత్సరం సీఎం పీఎఫ్ యాజమాన్యం చేసినందు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కన్వెయన్స్ డ్రైవర్లు అసైం మహేష్, వెంకట్, వేణు, రవి, నాగరాజు, కిషోర్, గనీ, రాజేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఇంజనీర్స్ అసోసియేషన్ జాతీయ ఉపాధ్యక్షుడిగా డా సంజయ్ నాయక్



డా. బాబాసాహెబ్ అంజేద్ సేషన్ అసోసియేషన్ ఆఫ్ ఇంజనీర్స్ బిఎన్ఎన్ఎకా జాతీయ ఉపాధ్యక్షుడిగా టేకులపల్లి మండలం బోడు గ్రామానికి చెందిన డా. బానోత్ సంజయ్ నాయక్ ఏకగ్రీవంగా ఎన్నికయ్యారు. శుక్రవారం నవీ ముంబై లోని బిఎన్ఎన్ఎకా భవనంలో జాతీయ అధ్యక్షుడు , ఓ ఎన్ జి సి మాజీ డిప్యూటీ చైర్మన్ ఎన్ కే సోనాద్రి అధ్వర్యంలో జరిగిన జాతీయ కమిటీ ఎన్నికల్లో మొత్తం 36 మందితో వేసిన కమిటీలో దక్షిణ భారత్ పిపీ, తెలంగాణ, కర్ణాటక, కేరళ, తమిళనాడు నుంచి డా. సంజయ్ ని ఎన్నిక చేయడం విశేషం. ఈ మేరకు శనివారం ఆయన వివరాలు వెల్లడించారు. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్ లోని ఏ ఐ ఎం ఎల్



వాక్యాన్ యూనివర్సిటీ లో అధ్యాపక విభాగాధిపతి హెచ్ ఓ డి గా పనిచేస్తున్న సంజయ్ బబట్ ధన్బాద్ నుండి కంప్యూటర్ సైన్స్ , ఇంజనీరింగ్లో పి హెచ్ డి , ఉస్మానియా యూనివర్సిటీ నుండి ఎం టెక్ , జే ఎన్ డి యూ హైదరాబాద్ నుండి బీ టెక్ పూర్తిచేసిన ఆయన, విద్యా రంగంలో ప్రతిభను సామాజిక న్యాయ ఉద్యమంతో మేళవించిన వ్యక్తిగా గుర్తింపు పొందారు. ప్రస్తుతం ఆయన ప్రాఫెసర్, సామాజిక సంస్కర్త , గిరిజన నాయకుడు, విద్యార్థులు, గిరిజనులు, వెనుకబడిన వర్గాల హక్కుల కోసం చురుకైన పాత్ర పోషిస్తున్నారు. 2023 లో తెలంగాణ శాసనసభ ఎన్నికల్లో ఇల్లందు నియోజకవర్గం నుంచి ఎమ్మెల్యేగా, 2024 లోకసభ ఎన్నికల్లో మహబూబాబాద్

భారీగా రేషన్ బియ్యం పట్టివేత..!



టేకులపల్లి మండలంలోని దాన్ తండా గ్రామ పంచాయతీ పరిధిలోని మంగళ్ తండా గ్రామం పాయం వారి గుంపులో సుమారుగా 200 క్వింటాల రేషన్ బియ్యాన్ని పట్టుకున్నట్లు సీఎల్ సపై ఎన్ఫోర్స్మెంట్ అధికారి జి వెంకటకృష్ణ తన బృందంతో పట్టుకున్నట్లు వెల్లడించారు. కేసు నమోదు చేసి రేషన్ బియ్యాన్ని తరలించడం జరుగుతుందని, ఈ రేషన్ బియ్యం ఎవరిది అనేది తెలియల్సి ఉందని పూర్తి సమాచారాన్ని సేకరిస్తున్నామని తెలియపరిచారు. పేద ప్రజలకు అందించవలసిన రేషన్ బియ్యాన్ని పక్కదారి పట్టిస్తున్న వారిపై కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీఎల్ సపై ఆర్ఐఐ ఎన్ వెంకటేశ్వర్లు పాల్గొన్నారు.

లాండ్రి స్టూడియోస్ ప్రారంభోత్సవంలో పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే దంపతులు

నూతన ప్రారంభోత్సవంలో పాల్గొన్న డాక్టర్ దంపతులు అనపర్తి మండలం అనపర్తి గ్రామంలో +డి= కాలేజీదగ్గర, ఖం= హోమ్ టౌన్ ఎదురుగా అనపర్తి నియోజకవర్గ వైయస్ఆర్ కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు తేతలి బుద్దిరెడ్డి నూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన లాండ్రి స్టూడియోస్ వ్యాపార సుముదాయం ప్రారంభోత్సవంలో ముఖ్య అతిథులుగా అనపర్తి మాజీ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సత్తి సూర్యనారాయణ రెడ్డి, శ్రీమతి ఆదిలక్ష్మి దంపతులు, తేతలి సత్యనారాయణ రెడ్డి శ్రీమతి మస్తాన్ము హాజరయ్యారు.