నిజం మా నైజం...!

RNI NO:TELTEL/2022/81794

వాస్తవ తెలంగాణ

VASTHAVA TELANGANA DAILY

తెలుగు దినపత్రిక

PUBLISHED FROM: TELANGANA & ANDHRAPRADESH

www.vasthavatelangana.com

ఎడిటర్ : చింతల రామక్రిష్ణ సంపుటి: 3 సంచిక: 230 గురువారం, 12 డిసెంబర్, 2024 పేజీలు - 4 వెల : 3/-

నేటి నుంచే సచివాలయంలో

'ఫేషియల్ రికగ్నైజేషన్ అటెండెన్స్' అమలు

హైదరాబాద్

ఈ నెల 12వ తేదీ నుంచి డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్ సచివాలయంలో ఫేషియల్ రికగ్నైజేషన్ అటెండెన్స్ విధానాన్ని అమలు చేయనున్నారు. ఈ మేరకు ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి శాంతి కుమారి ఉత్తర్వులు జారీ చేశారు. సచివాలయంలో పని చేసే అన్ని శాఖల అధికారులు, సిబ్బందికి ఈ అటెండెన్స్ వర్తించనున్నట్లు ఉత్తర్వుల్లో పేర్కొన్నారు. ఔట్ సోర్సింగ్, సచివాలయం హెడ్ నుంచి వేతనాలు పొందే ప్రతి ఉద్యోగికి వర్తించనున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

ఢిల్లీ కేంద్రంగా రేవంత్ మంత్రాంగం!

ఏడాది పాలన పూర్తి చేసుకున్న రేవంత్ జైపూర్ వెళ్లారు

అక్కడ వివాహానికి హాజరైన తరువాత ఢిల్లీ వెళ్లనున్నారు

రాష్ట్రానికి సంబంధించిన ప్రాజెక్టుల పైన చర్చించనున్నారు

ఆ తరువాత పార్టీ అధినాయకత్వంతోనూ రేవంత్ భేటీ కానున్నారు.

హైదరాబాద్

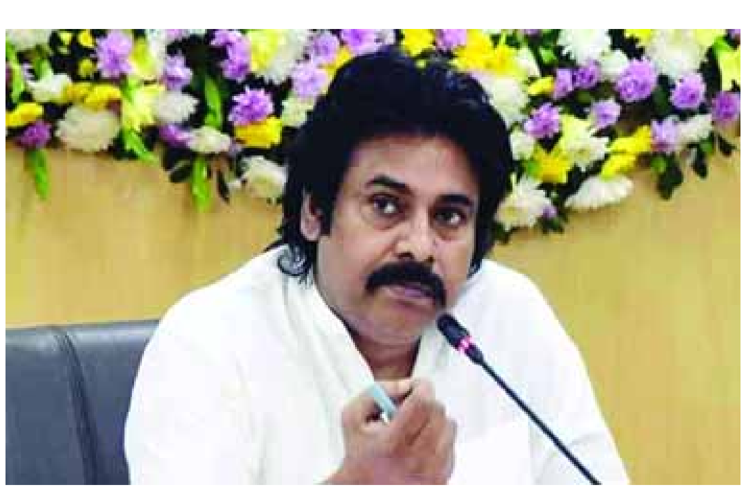
ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ ఢిల్లీ పర్యటన ఆసక్తి కరంగా మారుతోంది. ఏడాది పాలన పూర్తి చేసుకున్న రేవంత్ జైపూర్ వెళ్లారు. అక్కడ వివాహానికి హాజరైన తరువాత ఢిల్లీ వెళ్లనున్నారు. కేంద్ర మంత్రు లను కలవనున్నారు. రాష్ట్రానికి సంబంధించిన ప్రాజెక్టుల పైన చర్చించనున్నారు. ఆ తరువాత పార్టీ అధినాయకత్వంతోనూ రేవంత్ భేటీ కానున్నారు. మంత్రివర్గ విస్తరణ పైన మరోసారి చర్చ మొదలైంది. అదే విధంగా నామినేటెడ్ పోస్టుల భర్తీ అంశం చర్చించనున్నట్లు తెలుస్తోంది. రేవంత్ ఢిల్లీ టూర్ తరువాత రాష్ట్రంలో కీలక నిర్ణయాలు తీసుకునే అవకాశం ఉంది. కేంద్ర మంత్రులతో భేటీ సీఎం రేవంత్ ఢిల్లీ పర్యటనలో కీలక అంశాల పైన నిర్ణయాలు జరిగే ఛాన్స్ ఉంది. ప్రస్తుతం పార్లమెంట్ సమావేశాలు జరుగుతుండటంతో రేవంత్ అక్కడే కేంద్ర మంత్రులను కలవనున్నారు. కేంద్రం నుంచి

జగ్‌దీప్ ధన్‌ఖడ్ ప్రభుత్వ ప్రతినిధి

- ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణకే అవిశ్వాసం
- చైర్మన్ రాజ్యసభ సమావేశాలు జరక్కుండా అడ్డుకుంటారు
- ఆయన ప్రవర్తన దేశ గౌరవానికి భంగం కలిగిస్తోంది
- ప్రజాస్వామ్య పరిరక్షణ కోసం తప్పనిసరై ఆయనపై అవిశ్వాస తీర్మానానికి నిర్ణయం తీసుకున్నాం
- కాంగ్రెస్ అధ్యక్షుడు మల్లికార్జున్ ఖర్గే

సోషల్ మీడియా వేధింపులపై చర్యలు తీసుకోవచ్చు

- రాష్ట్రాలకు కేంద్రం క్లారిటీ..
- సామాజిక మాధ్యమాలను దుర్వినియోగం చేస్తూ ఇతరులను దూషించటం సహా సైబర్ నేరాలకు పాల్పడే వారిపై చట్ట ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవచ్చు
- కేసుల విషయంలో సంబంధిత చట్టంలోని సెక్షన్ ప్రకారం ఆయా రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు కూడా చర్యలకు ఉపక్రమించవచ్చు.
- వ్యక్తుల డేటా, వ్యక్తిగత స్వేచ్ఛ, హక్కులను కాపాడేందుకు డిజిటల్ పర్సనల్ డేటా ప్రొటెక్షన్ యాక్టివ్ 2023 కూడా అమలులో ఉంది



చంద్రబాబు నాయకత్వంలో

ఏపీ అభివృద్ధి

క్షేత్రస్థాయిలో సమర్థవంతంగా అమలు చేయాల్సింది ఐఏఎస్‌లే

కలెక్టర్ల సమావేశంలో ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కల్యాణ్

స్మగ్లింగ్‌పై విజిలెన్స్ అధికారులు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

ఆఖరికి పెట్రోల్‌లో కూడా కల్తీ పెరిగిపోతోంది

అధికారులకు పవన్ స్ట్రాంగ్ వార్నింగ్..

పాలనలో వేగం పెంచాలి

- ఫలితాలు ఆలస్యమైనా కర్తవ్యం మరవొద్దు
- మనం ప్రజాసేవకులం అని గుర్తుంచుకోవాలి
- వైసీపీ హయాంలో పోర్టులు, సెజ్‌లు కూడా కబ్జా
- గూగుల్‌తో ఎంవోయూ గేమ్ చేంజర్
- కలెక్టర్ల సమావేశంలో ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు

అమరావతి

పాలనలో మరింత వేగం పెంచాలని ముఖ్యమంత్రి ఎన్.చంద్రబాబు నాయుడు జిల్లా కలెక్టర్లకు సూచించారు. ప్రజలతో మన ప్రవర్తన మర్యాద పూర్వకంగా ఉండాలని, మనం మంచి పనులు చేస్తే ప్రజలు కచ్చితంగా అభినందిస్తారని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. బుధవారం సచివాలయంలో అన్ని శాఖల కార్యదర్శులు, విభాగాధిపతులు, 26 జిల్లాలకు చెందిన కలెక్టర్లతో రెండవ జిల్లా కలెక్టర్ల సమావేశం నిర్వహించిన ముఖ్యమంత్రి గడిచిన 6 నెలల పాలనపైనా, భవిష్యత్ ప్రణాళికలపైనా చర్చించారు. ఈ సందర్భంగా చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ.. రాష్ట్రంలో ప్రతి అధికారి పెత్తందారులా కాకుండా ప్రజాసేవకుడిలా పనిచేయాలని, 'పీపుల్ ఫస్ట్' అనేది మన విధానమని, 'హెల్తీ-వెల్తీ-హ్యాపీ' మన నినాదం కావాలని ముఖ్యమంత్రి నారా చంద్రబాబు నాయుడు జిల్లాల కలెక్టర్లతో అన్నారు. ప్రజా సమస్యలను ఒక అధికారిలా కాకుండా.. మానవతా కోణంలో చూడాలని చెప్పారు. ప్రజాభిప్రాయ సేకరణ ద్వారా సమస్యలు తెలుసుకోవడం, ప్రజల వినతుల వేగంగా పరిష్కరించడం అధికారుల ప్రథమ ప్రాధామ్యాలుగా ఉండాలన్నారు. ఆరు నెలల్లో మనమంతా రెండోసారి సమావేశం అయ్యామని అయితే మొదటి సమావేశానికి రెండవ సమావేశానికి స్పష్టమైన పురోగతి కనిపిస్తోందని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. మొదటి సమావేశం నాటికి రాష్ట్రంలో చీకట్లు నెలకొనగా, అవి మెల్లిగా పోయి రెండో సమావేశం కల్లా వెలుగు

పాఠశాలకు రాని విద్యార్థులను పాఠశాలకు వచ్చే విధంగా చూడాలని ఎన్ శంకర్ మండల విద్యాధికారి

సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట మండలంలోని కేజీబీవీ పాఠశాల, జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల నిజాంపూర్,ప్రాథమిక పాఠశాలలు నిజాంపూర్ మరియు మార్కండేయనగర్ పాఠశాలలను ఆకస్మికంగా సందర్శించడం జరిగిందని మండల విద్యాధికారి ఎన్.శంకర్ తెలిపారు. ముందుగా కేజీబీవీ పాఠశాలలో విద్యార్థులకు అందించే అల్పాహారం పరిశీలించి రుచి చూడడం జరిగిందని,అల్పాహారం రుచికరంగా ఉండాలని, విద్యార్థులకు వడ్డించే కూరగాయలు తాజాగా లేవని,తాజా కూరగాయలు వండనట్లయితే చర్యలు తీసుకోవడం జరుగుతుంది తెలిపారు. నిజాంపూర్ ఉన్నత పాఠశాలలో 10వ తరగతి విద్యార్థులకు మాట్లాడడం జరిగిందని, మార్కండేయ నగర్ పరిసరాలలో గల ఇటుక బట్టీల వద్దకు వెళ్లి, బడికి పేర్లు లేని విద్యార్థులను బడిలో చేర్పించాలని తెలుపడం జరిగిందని,నిజాంపూర్ మరియు మార్కండేయ నగర్ ప్రాథమిక పాఠశాలల్లో ఎఫ్.ఎల్.ఎన్ లో భాగంగా తెలుగు మరియు ఆంగ్లం చదివించి,వ్రాయడం జరిగిందని,గణితంలో చతుర్విధ ప్రక్రియలు చేయించడం జరిగిందని తక్కువ సామర్థ్యం కలిగిన విద్యార్థులపై ప్రత్యేక పెట్టి, వారికి కూడా కనీస సామర్థ్యాలు వచ్చే విధంగా చూడాలని తెలపడం జరిగిందని, బడికి చాలా రోజులుగా రాని విద్యార్థులు వివరాలు తెలుసుకొని, తల్లిదండ్రులకు వద్దకు వెళ్లి ప్రతిరోజు విద్యార్థులను పాఠశాలకు పంపించాలని తెలపడం జరిగిందని మండల విద్యాధికారి ఎన్.శంకర్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాలల హెచ్.ఎం లు అరుణ, పుష్పలత,అక్బర్ ఇంచార్జి హెచ్.ఎం అశోక్, ఎస్.ఓ లలిత మరియు ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారని మండల విద్యాధికారి ఎన్ శంకర్ తెలిపారు.

బతుకమ్మ లేని కాంగ్రెస్ తల్లీ విగ్రహం ఏర్పాటు చేయడం దుర్మార్గం ఎమ్మెల్యే కృష్ణారావు

కూకట్ పల్లీ డిసెంబర్ 11(వాస్తవ తెలంగాణ) తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి కార్పొరేటర్ శిరీష బాబురావు , రాగిడి లక్ష్మమ రెడ్డి తో కలసి పాలాభిషేకం చేసిన ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 1969 నుండి తెలంగాణ రాష్ట్రానికి వెన్నుపోటు పొడిచిందని శ్రీకాంత్ చారి, యాదగిరి రెడ్డి, లాంటి ఎందరో అమరవీరుల త్యాగాలు, కెసిఆర్ అమరణ నిరాహార దీక్ష, ఉద్యమకారుల పోరాటం వల్లే తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించామని ఎమ్మెల్యే అన్నారు. తెలంగాణ అంటే బతుకమ్మ అలాంటి బతుకమ్మను తీసివేసి అమ్మ వారి కిరటాన్ని తీసివేసి బతకమలేని కాంగ్రెస్ తల్లి విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయడం దుర్మార్గమన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కెసిఆర్ చేసిన అభివృద్ధి పనులకు పేర్లు మార్చడమే తప్ప ప్రజలకు సంక్షేమ పథకాలలో అభివృద్ధిలో గుండు సున్న పెట్టారని అన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో కేసీఆర్ ప్రభుత్వం ఏర్పడగానే కాంగ్రెస్ తల్లిని వాళ్ల గాంధీభవన్ కి పంపించి మళ్లీ బతకమ్మ ఉండే మా తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసుకుంటామని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో డివిజన్ అధ్యక్షులు ప్రభాకర్ గౌడ్, రాజేష్ రాయ్, సురేష్ రెడ్డి, పవన్, నాగరాజు, సాయి, లక్ష్మి రాజు భవాని, భారతి, తదితరులు

పటాన్ చెరు జాతీయ రహదారిపై జర్నలిస్టుల రాస్తారోకో, నిరసన

పటాన్ చెరు,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:సంగారెడ్డి జిల్లా పటాన్ చెరు నియోజకవర్గంలోని పటాన్చెరువు పట్టణంలో అంబేద్కర్ విగ్రహం ముందున్న జాతీయ రహదారిపై నిరసన. సినీ నటుడు మోహన్ బాబు జర్నలిస్టులపై చేసిన దాడులను వ్యతిరేకిస్తూ జర్నలిస్టుల పటాన్ చెరు ఐక్యవేదిక ఆధ్వర్యంలో ఐదు మండలాలకు సంబంధించిన జర్నలిస్టులు నిరసన వ్యక్తం చేశారు.తదనంతరం డిఎస్పి రవీందర్ రెడ్డి కి వినతి పత్రం ఇచ్చారు.మీడియాపై దాడులను ముక్తకంఠంతో ఖండించారు.ప్లకార్డులు పట్టుకొని మోహన్ బాబుపై హత్యాయత్నం కేసు నమోదు చేయాలని,అట్లాగే తను బహిరంగంగా క్షమాపణ చెప్పాలని, తనను వెంటనే అరెస్టు చేసి రిమాండ్ కు తరలించాలని. పలువురు జర్నలిస్టులు డిమాండ్ చేశారు జర్నలిస్టులపై దేశవ్యాప్తంగా దాడులు చేస్తున్న చట్టాలు ఎన్ని ఉన్నా అమలకు నోచుకోవడం లేదని మండిపడ్డారు.మోహన్ బాబును వెంటనే అరెస్టు చేసి రిమాండ్ కు తరలించి ప్రభుత్వం యొక్క చిత్తశుద్ధిని నిరూపించుకోవాలని అన్నారు.

కొనసాగుతున్న వాలీబాల్ పోటీలు

గుమ్మడిదల,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్: సంగారెడ్డి జిల్లా పటాన్చెరు నియోజకవర్గం గుమ్మడిదల మండలం అన్నారం గ్రామంలోని పుల్లారెడ్డి ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ ఫార్మసీ కళాశాలలో 63వ, నేషనల్ ఫార్మసీ వీక్ వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. ఇందులో భాగంగా 3వ, రోజు బుధవారం విద్యార్థులకు వాలీబాల్ పోటీలను నిర్వహించారు. బీఫార్మసీ, ఫార్మ. డి తదితర విద్యార్థులకు పోటీలను ఉత్సాహంగా పాల్గొన్నారు.

గోనెగండ్ల పోలీస్ స్టేషన్ ను తనిఖీ చేసిన డి.ఎస్.పి

గోనెగండ్ల, డిసెంబర్ 11 : గోనెగండ్ల పోలీస్ స్టేషన్ వార్షిక తనిఖీలో భాగంగా ఎమ్మిగనూరు సబ్-డీవిజినల్ పోలీస్ అధికారి యం.ఉపేంద్ర బాబు బుధవారం గోనెగండ్ల పోలీస్ స్టేషన్ ను సందర్శించి స్టేషన్ రికార్డులు మరియు స్టేషన్ పరిసరాలు తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా సిబ్బందికి విధులకు సంబందించిన తగు సూచనలు చేశారు. స్టేషన్ కు వచ్చే పిర్యాదులు పరిష్కరించాలని, ఫిర్యాది తో మర్యాదగా ప్రవర్తించి చట్ట ప్రకారం న్యాయం చేయాలన్నారు. ఈ కార్యక్రమములో గోనెగండ్ల ఇన్స్పెక్టర్ ఎ.గంగాధర్, స్టేషన్ రైటర్ వై.వెంకటేశ్వర్లు, అసిస్టెంట్ రైటర్ బ్రహ్మయ్య, గోనెగండ్ల పోలీస్ స్టేషన్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పోలీసుల విచారణలో దిమ్మతిరిగే నిజాలు..!

ఆంధ్రా-తెలంగాణ సరిహద్దు సమీపంలోని చింతూరు-భద్రాచలం రహదారిపై కారుకు గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు నిప్పు పెట్టారు. ఈ ఘటన అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా చింతూరు పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలోని సిరివెళ్ల గ్రామంలో సోమవారం తెల్లవారుజామున చోటుచేసుకుంది. ఈ దాడికి సీపీఐ(మావోయిస్ట్) సభ్యులే కారణమని మొదట పోలీసులు తెలిపారు. ఆరుగురు ప్రయాణికులతో వెళ్తున్న కారును కొంతమంది వ్యక్తులు ఆపి అందరినీ బలవంతంగా బయటకు వచ్చేలా చేశారు. అనంతరం దాడి చేసిన వ్యక్తులు కారులో కట్టెలు నింపి నిప్పంటించారు. వాహనం పూర్తిగా ధ్వంసమైంది. స్థానికులు అందించిన సమాచారం మేరకు ఘటనాస్థలికి చేరుకున్న పోలీసు బృందం ఘటనపై విచారణ ప్రారంభించింది. అయితే ఈ కేసులో ఊహించని ఓ ట్విస్టు వచ్చింది. ఎటపాక గ్రామానికి చెందిన కార్పెంటర్ గుంటుపల్లి మనోజ్, గణేష్ అనే వ్యక్తులు కలప కోసం నెల్లిపాక నుండి కారు తీసుకొని చింతూరు మండలం పేగ గ్రామానికి వెళ్లారు. సుమారు 5 దుంగలను వేసుకొని వారు తిరుగు ప్రయాణంలో సరివేల గ్రామం దాటిన తర్వాత కారుని ఆపారు. అయితే అనూహ్యంగా సీసాల్లో ఉన్న పెట్రోల్ లీకై భగ్గుమని మంటలు లేచి వాహనం దగ్ధం అయింది. ఈ ఘటనలో వారికి కూడా గాయాలైనట్లు తెలుస్తుంది. పోలీసులు దగ్ధం అయిన కారు చాసిస్ నెంబర్ ఆధారంగా విచారణ చేపడుతున్నారు. ఈ విషయంపై చింతూర్ సీఐ దుర్గప్రసాద్ స్పందించాడు. కారు దగ్ధం చేసింది మావోయిస్టులు కాదని ఆయన స్పష్టం చేశాడు. దర్యాప్తు ఇంకా పూర్తి కాలేదని, దర్యాప్తు పూర్తి అయిన తర్వాత వివరాలు వెల్లడిస్తామని సీఐ తెలిపారు.

క్రీడాకారులను ప్రోత్సహిస్తూ జెర్సీలను అందజేసిన మున్సిపల్ చైర్ పర్సన్

మేడ్చల్ మల్కాజ్గిరి జిల్లా ఘట్కేసర్ మున్సిపల్ పరిధిలోని గురుకుల కళాశాల మైదానంలో ఏర్పాటు చేసిన సీఎం కప్ టోర్నమెంట్ రెండవ రోజు సెమీ ఫైనల్స్ కి వెళ్తున్న క్రీడకారులను ప్రోత్సహిస్తు జెర్సీ లు లేని వారికి జెర్సీలను అందజేస్తున్న ఘట్కేసర్ మున్సిపల్ చైర్పర్సన్ ముల్లి పావని జంగయ్య యాదవ్.ఈ సంధర్భంగా చైర్పర్సన్ ముల్లి పావని జంగయ్య యాదవ్ మాట్లాడుతూ సీఎం కప్ టోర్నమెంట్ క్రీడా పోటీలో రెండవ రోజు సెమి ఫైనల్స్ కి వెళ్తున్న క్రీడాకారులను ప్రోత్సహిస్తు జెర్సీ లు లేని క్రీడా కారులకు జెర్రీ లు అందజేశామని తెలిపుతూ, యువ క్రీడాకారుల్లో ఉన్న నైపుణ్యాలను బయటకు తీసేందుకు క్రీడలు ఎంతగానో దోహదం చేస్తాయని, ఘట్కేసర్ మున్సిపాలిటీలో పెద్ద సంఖ్యలో క్రీడా కారులు ఉన్నారని, వారిలోని నైపుణ్యాలను ప్రోత్సహించడం కోసం మునిసిపల్ పాలక వర్గం ఎల్లపుడు తోడుగా ఉంటుందని, యువకులు క్రీడలు మానసిక ఉల్లాసానికి తోడ్పడతాయని అన్నారు. శరీర దారుఢ్యానికి క్రీడలు ఎంతో అవసరమన్నారు. క్రీడాకారులు తమ నైపుణ్యాలను ప్రదర్శించి రాష్ట్ర, జాతీయ స్థాయిలో మంచి పేరు తీసుకురావాలని ఆకాంక్షించారు.ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన కార్యదర్శి బర్ల రాధ కృష్ణ ముదిరాజ్ , పి టి సార్, క్రీడాకారులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ధర్మం ను పాటించండి....దయార్ధ హృదయం తో జీవించండి.

పరమాత్ముడు అర్జునునికి బోధించిన భగవద్గీత మానవుల జీవితం విధానాలను గురించి పాటించవలసిన విద్యుక్త ధర్మాల గురించి యావత్ ప్రపంచ మానవాళి ప్రతి దినము ప్రతిక్షణం పాటించవలసిన అపూర్వ అద్వితీయ గ్రంథము అని వరిదేల గౌడ సంఘ నాయకులు విశ్రాంత ఉపాధ్యాయులు తమటం వెంకటస్వామి గౌడ్ ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. గీతా జయంతి సందర్భం గా కొల్లాపూర్ మున్సిపాలిటీ లోని 1వ వార్డు లోని శ్రీ మాధవస్వామి దేవాలయ కాలనీ లో బుధవారం రోజు గీత జయంతి ఉత్సవాలను పూజా కార్యక్రమం లను భక్తులు ఆ కాలనీ వాసులు ఘనం గా జరుపు కొన్నారు. గీతా జయంతి సందర్భం గా పూజా కార్యక్రమం నిర్వహించి భగవద్గీత యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశ్యం , శ్లోకాలు మరియు ధర్మం పట్ల ఆచరించవలసిన పలు సూచనల గురించి శ్రద్ధ ఉపాధ్యాయులు తమటం వెంకటస్వామి భక్తులకు తెలియజేసారు ఈ కార్యక్రమం లో కాలనీవాసులు, హిందూ బంధువులు కలిసి పూజా కార్యక్రమం లో పాల్గొని గీతా పారాయణం చేశారు. స్వామి వారి తీర్థ ప్రసాదాలు స్వీకరించారు. ఈ కార్యక్రమం లో పాల్గొన్న హిందూ బంధువులందరికి శ్రీ మాధవ స్వామి దేవాలయ యువక బృందం సభ్యులు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు , కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు

తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి పాలాభిషేకం చేసి ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు, రాగిడి లక్ష్మమ రెడ్డి

ప్రతి తెలంగాణ బిడ్డ పోరాటం, ఉద్యమకారుల పోరాటం కెసిఆర్ ఉద్యమంతో పాటుగా అమరణ నిరాహార దీక్ష చేయడం వల్లే తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించామని ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు అన్నారు. కార్పొరేటర్ శిరీష బాబురావు గారు, రాగిడి లక్ష్మమ రెడ్డి గారు తో కలిసి తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి పాలాభిషేకం చేసి పూలమాలలు వేశారు.ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం 1969 నుండి తెలంగాణ రాష్ట్రానికి వెన్నుపోటు పొడిచిందని శ్రీకాంత్ చారి, యాదగిరి రెడ్డి, లాంటి ఎందరో అమరవీరుల త్యాగాలు, కెసిఆర్ అమరణ నిరాహార దీక్ష, ఉద్యమకారుల పోరాటం వల్లే తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని సాధించామని ఎమ్మెల్యే అన్నారు. తెలంగాణ అంటే బతుకమ్మ అలాంటి బతుకమ్మను తీసివేసి అమ్మ వారి కిరటాన్ని తీసివేసి బతకమలేని కాంగ్రెస్ తల్లి విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేయడం దుర్మార్గమన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కెసిఆర్ చేసిన అభివృద్ధి పనులకు పేర్లు మార్చడమే తప్ప ప్రజలకు సంక్షేమ పథకాలలో అభివృద్ధిలో గుండు సున్న పెట్టారని అన్నారు. రాబోయే ఎన్నికల్లో కేసీఆర్ ప్రభుత్వం ఏర్పడగానే కాంగ్రెస్ తల్లిని వాళ్ల గాంధీభవన్ కి పంపించి మళ్లీ బతకమ్మ ఉండే మా తెలంగాణ తల్లి విగ్రహాన్ని ఏర్పాటు చేసుకుంటామని ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు అన్నారు.

పోలీసుల విచారణలో దిమ్మతిరిగే నిజాలు..!

ఆంధ్రా-తెలంగాణ సరిహద్దు సమీపంలోని చింతూరు-భద్రాచలం రహదారిపై కారుకు గుర్తు తెలియని వ్యక్తులు నిప్పు పెట్టారు. ఈ ఘటన అల్లూరి సీతారామరాజు జిల్లా చింతూరు పోలీస్‌స్టేషన్ పరిధిలోని సిరివెళ్ల గ్రామంలో సోమవారం తెల్లవారుజామున చోటుచేసుకుంది. ఈ దాడికి సీపీఐ(మావోయిస్ట్) సభ్యులే కారణమని మొదట పోలీసులు తెలిపారు. ఆరుగురు ప్రయాణికులతో వెళ్తున్న కారును కొంతమంది వ్యక్తులు ఆపి అందరినీ బలవంతంగా బయటకు వచ్చేలా చేశారు. అనంతరం దాడి చేసిన వ్యక్తులు కారులో కట్టెలు నింపి నిప్పంటించారు. వాహనం పూర్తిగా ధ్వంసమైంది. స్థానికులు అందించిన సమాచారం మేరకు ఘటనాస్థలికి చేరుకున్న పోలీసు బృందం ఘటనపై విచారణ ప్రారంభించింది. అయితే ఈ కేసులో ఊహించని ఓ ట్విస్టు వచ్చింది. ఎటపాక గ్రామానికి చెందిన కార్పెంటర్ గుంటుపల్లి మనోజ్, గణేష్ అనే వ్యక్తులు కలప కోసం నెల్లిపాక నుండి కారు తీసుకొని చింతూరు మండలం పేగ గ్రామానికి వెళ్లారు. సుమారు 5 దుంగలను వేసుకొని వారు తిరుగు ప్రయాణంలో సరివేల గ్రామం దాటిన తర్వాత కారుని ఆపారు.

గుప్పెడు ఈ గింజలు తింటే చాలు గుండె పదిలం..!

శీతాకాలం అంటేనే జలుబు, దగ్గుతో చాలా మంది ఇబ్బంది పడుతుంటారు. దీంతో పాటు వివిధ రకాల వ్యాధులు చుట్టుముడుతుంటాయి. ఇందుకు ప్రధాన కారణం శరీరంలో ఇమ్యూనిటీ లోపించడమే. అందుకే చలికాలంలో బలవర్ధకమైన ఆహారం తీసుకోవాలి అంటుంటారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఈ సీజన్‌లో బెస్ట్ ఫుడ్ అంటే పిస్తా అని చెబుతున్నారు పోషకాహార నిపుణులు. చలకాలంలో క్రమం తప్పకుండా పిస్తా తినడం వల్ల ఊహించని అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు పొందుతారని అంటున్నారు. అవేంటో చూద్దాం రండి..! పిస్తాలో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ, ఐరన్, కాల్షియం, ప్రొటీన్, ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. పిస్తాలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో ఉండే చెడు కొలెస్ట్రాల్ బయటకు పంపి గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. పిస్తా పప్పు తినడం వల్ల మీ చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే ఇందులో విటమిన్ ఇ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, కొవ్వు ఆమ్లాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. పిస్తాలో విటమిన్ సి, విటమిన్ ఎ, ఐరన్, కాల్షియం, ప్రొటీన్, ఒమేగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ వంటి పోషకాలు ఉంటాయి. పిస్తాలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో ఉండే చెడు కొలెస్ట్రాల్ బయటకు పంపి గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. పిస్తా పప్పు తినడం వల్ల మీ చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఎందుకంటే ఇందులో విటమిన్ ఇ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, కొవ్వు ఆమ్లాలు పుష్కలంగా ఉంటాయి. పిస్తాపప్పులో విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటుంది. ప్రతిరోజూ తినడం వల్ల మీ ఇమ్యూనిటీ బలంగా ఉంటుంది. పిస్తాపప్పులో బయోటిన్ పుష్కలంగా లభిస్తుంది. ఇది జుట్టు రాలడం, చుండ్రు, పొడిబారడం వంటి అనేక సమస్యల నుంచి ఉపశమనం కలిగించడంలో సహాయపడుతుంది. పీచు, నీరు పుష్కలంగా ఉండే పిస్తా పప్పు తినడం వల్ల పొట్ట చాలా కాలం పాటు నిండుగా ఉంటుంది. దీని కారణంగా బరువు తగ్గుతారు. ఆరోగ్యవంతమైన వయోజన వ్యక్తి రోజూ కనీసం 4 నుంచి 4 పిస్తాపప్పులు తినడం మంచిది. వీటి కంటే ఎక్కువగా తినకూడదు. ఇందులో హెల్తీ కొలాజెన్ ఉంటుంది. తగిన మోతాదులో తీసుకుంటూ ఆరోగ్యంతో పాటు అందానికి కూడా మేలు చేస్తుంది. పిస్తాలో గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ చాలా తక్కువ. దీంతో బ్లడ్ షుగర్ లెవెల్స్ తగ్గించడంలో అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందులో ఫెనోలిక్ కాంపౌండ్, కెరోటినాయిడ్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి.

చపాతీలు నేరుగా గ్యాస్ మంటపై కాలుస్తున్నారా..!

ఈ రోజుల్లో చాలా మంది రోటీ, పుల్కా వంటివి ఎక్కువగా తింటున్నారు. ఎందుకంటే.. వరి అన్నంతో కలిగే సైడ్ ఎఫెక్ట్‌పై చాలా మంది అవగాహన పెంచుకుంటున్నారు. అయితే, చపాతీ, రోటీలు తయారు చేసేందుకు ఎక్కువ మంది వాటిని నేరుగా గ్యాస్ మంట మీద కాల్చటం చేస్తున్నారు. కానీ, ఇది సరైనది కాదు అంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు. ఇలా కాల్చిన రోటీలు తింటే ఆరోగ్యం డేంజర్‌లో పడుతుందని హెచ్చరిస్తున్నారు. రొట్టెలు భారతీయ ఆహారంలో భాగం. దక్షిణాదిలో కొంత తక్కువగానే తీసుకున్నా.. ఉత్తరాదిలో మాత్రం రొటీలను ఎక్కువగా తింటారు. అయితే.. వీటిని చాలా మంది పెనంపై కాకుండా నేరుగా మంటపైనే కాల్చుతుంటారు. ఇది చాలా ప్రాంతాల్లో సాధారణమే అయినప్పటికీ ఇలా రొట్టెలను నేరుగా మంటపై కాల్చడం వల్ల క్యాన్సర్? వచ్చే అవకాశాలు ఉన్నట్టు పరిశోధనలో తేలింది. చపాతీ, రోటీ వంటివి ఏదైనా సరే నేరుగా గ్యాస్ మంటపై అధిక ఉష్ణోగ్రతల వద్ద కాల్చడం వల్ల పెను ప్రమాదం ఉంచివుందని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. దీని వల్ల కొన్ని హానికరమైన పదార్థాలు ఉత్పత్తి అవుతాయని, ఇవి మానవ శరీరానికి ప్రమాదమని చెబుతున్నారు. రోటీలను నేరుగా స్టౌ పై పెట్టి కాల్చడం వల్ల క్యాన్సర్ వస్తుందని చెబుతున్నారు. ఎక్కువ మంటపై వంట చేయడం వల్ల క్యాన్సర్ కారకాలను ఉత్పత్తి చేస్తుందని సూచిస్తున్నారు. అధిక ఉష్ణోగ్రతపై వండడం వల్ల క్యాన్సర్?కు కారణమయ్యే అకిలామైడ్, హెటెరోసైక్లిక్ అమైన్‌లు, పాలీసైక్లిక్ ఆరోమాటిక్ హైడ్రోకార్బన్‌లు కూడా ఉత్పత్తి అవుతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు. నల్లగా మారిన భాగాలలో హానికరమైన కార్బన్ సమ్మేళనాలు ఉండే అవకాశం ఉంది. వీటి వల్ల శ్వాసకోశ సమస్యలు , గుండె సమ్యలతో పాటు క్యాన్సర్లు వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. జీర్ణ సమస్యలు, లేదంటే ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు ఇలా నేరుగా గ్యాస్ మంటపై కాల్చిన చపాతి, రోటీ తినడం వల్ల వారి పరిస్థితి మరింత దిగజారిపోయే అవకాశం ఉందని చెబుతున్నారు. జీర్ణ సమస్యలు లేదా ఇతర ఆరోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు వైద్యుని సలహా మేరకు తినండి.

అరటిపండును ఖాళీ కడుపుతో తింటున్నారా..?

అయితే.. అరటిపండును పరిమిత పరిమాణంలో తింటే అది ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది.. అటువంటి పరిస్థితిలో చాలా మంది ఈ పండుతో రోజును ప్రారంభిస్తారు. ముఖ్యంగా పాలు – అరటిపండు కలిపి తినడం అల్పాహారంలో ఒక భాగం.. ఇది ప్రతి ఒక్కరి ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది. కానీ.. కొన్ని సమస్యలున్న వారు అరటి పండును ఉదయాన్నే తినడం మానుకోవాలి. ఎక్కువమంది ఇష్టంగా తినే పండ్లలో అరటి పండు ఒకటి. అరటి పండులో ఎన్నో పోషకాలున్నాయి.. రోజూ ఒక మీడియం అరటిపండు తీసుకోవడం వల్ల విటమిన్.. రోజువారీ విలువలో 33% వరకు కవర్ చేయవచ్చు. అరటిపండ్లలో పొటాషియం, మెగ్నీషియం, భాస్వరం, కాల్షియం, ఇతర విటమిన్లు వంటి కీలక పోషకాలున్నాయి.. అరటి జీర్ణక్రియ, గుండె ఆరోగ్యానికి మంచిది.. అరటి పండ్లలో ఎక్కువగా ఉండే పెక్టిన్ పేగు పనితీరును మెరుగుపరుస్తుంది. పేగులోని ఆహారం త్వరగా జీర్ణమయ్యేందుకు సహకరిస్తుంది. అందులో ఉండే కరిగిపోయే గుణమున్న ఫైబర్ శరీరంలో కొలెస్ట్రాల్‌ను అదుపులో ఉంచడంతోపాటు గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. అయితే.. అరటిపండును పరిమిత పరిమాణంలో తింటే అది ఆరోగ్యానికి చాలా మేలు చేస్తుంది.. అటువంటి పరిస్థితిలో చాలా మంది ఈ పండుతో రోజును ప్రారంభిస్తారు. ముఖ్యంగా పాలు– అరటిపండు కలిపి తినడం అల్పాహారంలో ఒక భాగం.. ఇది ప్రతి ఒక్కరి ఆరోగ్యానికి మద్దతు ఇస్తుంది. అయితే.. కొందరు ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో అరటిపండును తినకూడదని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.. ఖాళీ కడుపుతో ఎలాంటి వారు అరటి పండు తినకూడదో ఇప్పుడు తెలుసుకోండి. అరటిపండు చాలా సరసమైన ధరకు లభించే పోషకాహార పండు.. ఇది అన్నికాలలో సులభంగా లభిస్తుంది. ఇది ఆకలిని తీర్చడమే కాకుండా శరీరానికి శక్తిని అందిస్తుంది. బరువు పెరగాలనుకునే వారు ఈ పండును ఎక్కువగా తీసుకుంటారు. అయితే, చాలా మంది ఆరోగ్య నిపుణులు ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తినడానికి నిరాకరిస్తారు. పొట్ట సమస్యలతో బాధపడేవారు: ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో అరటిపండు తినడం వల్ల ఎసిడిటీ లేదా గ్యాస్ వస్తే, దానికి దూరంగా ఉండటం మంచిది.. లేకుంటే కడుపు సమస్యలు పెరిగే అవకాశం ఉంది. వాస్తవానికి, ఇది కార్బోహైడ్రేట్లకు గొప్ప మూలం.. కాబట్టి కొన్నిసార్లు ఇది జీర్ణక్రియలో సమస్యలను కలిగిస్తుంది. అటువంటి పరిస్థితిలో, వాంతులు, కడుపు నొప్పి, అనేక ఇతర సమస్యలు సంభవించవచ్చు. మీరు దానిని తినవలసి వస్తే, ఇతర ఆహారాలతో కలిపి తినండి.

ఖాళీ కడుపుతో అంజీర్ పండ్లను తింటున్నారా?

తియ్యటి రుచితో ఉండే అంజీర్ పండ్లలో ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు పుష్కలంగా నిండివున్నాయి. అంజీర్ పండ్లను ఉదయం, సాయంత్రం ఏ సమయంలోనైనా తీసుకోవచ్చు. లేదా రెండు పూటలూ తక్కువ మోతాదుతో తీసుకోవచ్చు. అయితే ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో అంజీర పండ్లను తీసుకుంటే ఏమవుతుందో తప్పక తెలుసుకోవాలంటున్నారు ఆరోగ్య నిపుణులు..అదేంటో ఇక్కడ తెలుసుకుందాం. ఉదయాన్నే ఖాళీ పొట్టతో అంజీర్ తినడం వల్ల దాని సహజ చక్కెరల కారణంగా త్వరగా శక్తిని పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా శరీరంలో శక్తిని అందించే కార్బోహైడ్రేట్లు. అత్తి పండ్లతో పాలు తీసుకోవడం మంచి శక్తి వనరు. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో దీన్ని తీసుకోవడం ద్వారా రోజంతా శక్తివంతంగా ఉంటారు. అంజీర్ పండ్లలో కాల్షియం ఎక్కువ శాతం ఉంటుంది. దీంతో అంజీర్ పండ్లు తింటే ఎముకలకు ఎంతో మేలు చేస్తుంది. నిత్యం అంజీర్ పండ్లు తింటే ఎముకలు ధృడంగా ఉంటాయి. ఎముకల బలహీనత సమస్య ఉన్నవారు రోజు 2–3 పండ్లను తింటే ఆ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు. శరీరంలో ఉన్న మలినాలను తొలగించడంలో అంజీర్ పండ్లు సమర్థవంతంగా పనిచేస్తాయి. అంజీర్ పండ్లలో పొటాషియం, సోడియం, ఫాస్పోరిక్ ఆమ్లం, ఐరన్, విటమిన్లు వంటి అనేక పోషకాలు కూడా సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఖాళీ కడుపుతో అంజీర పండ్లను తినడం వల్ల రక్తపోటు సమస్యలు రావు. రక్తపోటును ఇది అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇందులో ఉండే పొటాషియం మరియు యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని రక్తపోటును నియంత్రిస్తాయి. అలాగే గుండెకు చాలా ఉపయోగకరంగా ఉంటుంది. అంజీర్‌తో పొట్టకు చాలా మేలు జరుగుతుంది. ఇందులో ఎక్కువ మొత్తంలో ఫైబర్ ఉంటుంది. ఇది మలబద్ధకం వంటి సమస్యలకు చెక్ పెడుతుంది. అంతేకాకుండా జీర్ణక్రియ సరిగా ఉండడానికి బాగా పనిచేస్తుంది. అసిడిటీ, అజీర్ణం, గ్యాస్ మొదలైన సమస్యల నుంచి విముక్తి పొందుతారు. ప్రతి రోజు 2–3 అంజీర్ పండ్లను తేనెతో కలిపి తీసుకుంటే కడుపు ఖాళీ అవుతుంది. గ్యాస్, ఎసిడిటీ వంటి సమస్యలు కూడా దరి చేరవు. అంజీర్ పండ్లు తింటే ఆరోగ్యమే కాకుండా అందంగా మారతారు. మొటిమలతో ఇబ్బందులు పడుతున్నవారికి అంజీర్ పండ్లతో ఆ సమస్యకు చెక్ పెట్టవచ్చు. అంజీర్ పండ్లను మెత్తగా నూరి ఆ పేస్ట్‌ను మొటిమలకు అప్లై చేయాలి. ఆకులు కూడా వాడవచ్చు. 20 నిమిషాల తర్వాత ముఖాన్ని శుభ్రంగా వాష్ చేసుకోవాలి. ఇలా కొన్ని రోజుల పాటు చేస్తే ముఖంపై మొటిమలు, మచ్చలు మాయం అవుతాయి.

పిజ్జా, బర్గర్లు తెగ లాగించేస్తున్నారా?

నేటి కాలంలో అధిక మంది ఫాస్ట్ ఫుడ్ కి అలవాటు పడుతున్నారు. ముఖ్యంగా పిజ్జాలు, బర్గర్లు వేళా పాళా లేకుండా లాగించేవారు మన చుట్టూ చాలా మందే ఉన్నారు. అయితే ఇలాంటి వారికి పరిశోధకులు షాకింగ్ న్యూస్ చెప్పారు. పిజ్జా, బర్గర్లు, మోమోస్ వంటి అనారోగ్యకరమైన ఫాస్ట్ ఫుడ్ తీసుకోవడం వల్ల 50 ఏళ్లు లేదా అంతకంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారిలో జీర్ణ క్యాన్సర్, పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని తాజా అధ్యయనం వెల్లడించింది. ఇటీవల ఆస్ట్రేలియాలోని ఫ్లిండర్స్ యూనివర్సిటీలో రెడ్ మీట్, ప్రాసెస్డ్ మీట్, ఫాస్ట్ ఫుడ్, షుగర్ డ్రింక్స్, ఆల్కహాల్ వంటి అనారోగ్యకరమైన ఆహార పదార్థాల వల్ల కలిగే దుష్ప్రభావాలపై పరిశోధన నిర్వహించగా, వీటిని తీసుకోవడం వల్ల క్యాన్సర్ వస్తుందని తేలింది. పిజ్జా, బర్గర్లు, మోమోస్ వంటి ఫాస్ట్ ఫుడ్ తీసుకోవడం వల్ల శరీరంలో మంట పెరుగుతుందని, దీని వల్ల క్యాన్సర్ వచ్చే ప్రమాదం ఉందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం పెద్దప్రేగు క్యాన్సర్ కేసుల పెరుగుదల 50 సంవత్సరాలు లేదా అంతకంటే తక్కువ వయస్సు ఉన్నవారిలోనే ఎక్కువగా కనిపిస్తుంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం, వేయించిన ఆహారాలు, చక్కెర పానీయాలు క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. ఎందుకంటే ఈ ఆహారాలలో కొవ్వు, చక్కెర అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో మంట, క్యాన్సర్ కారకాలను పెంచుతాయి.

ఈ ఫాస్ట్ ఫుడ్స్ రసాయనాలు, కృత్రిమ సంకలితాలను కలిగి ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలోని జీవక్రియను అసమతుల్యత చేస్తాయి. ఇవి ఆరోగ్యకరమైన కణాలను దెబ్బతీయడం ద్వారా క్యాన్సర్ కణాలను పెంచుతాయి. అటువంటి పరిస్థితిలో ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, కూరగాయలు అధికంగా ఉండే ఆహారం తీసుకోవడం, తక్కువ చక్కెర, ఆల్కహాల్ తీసుకోవడం ద్వారా క్యాన్సర్ ప్రమాదాన్ని తగ్గించవచ్చని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు.

డయాబెటిస్ రోగులు పల్లీలు తింటే ఏమవుతుంది?

వేరుశెనగల్లో ప్రోటీన్, ఫైబర్, అవసరమైన కొవ్వులు పుష్కలంగా ఉంటాయి.. వాస్తవానికి.. ఇంట్లో ఖాళీగా ఉన్నా.. బోర్ కొడుతున్నా.. టీవీ చూస్తున్నా.. లేదా ప్రయాణంలో ఉన్నప్పుడు.. మనం వేరుశెనగలు తినడానికి ఇష్టపడతాము.. అయితే ఈ సూపర్‌ఫుడ్ డయాబెటిక్ రోగులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందా..? హాని చేస్తుందా..? నిపుణులు ఏం చెబుతున్నారంటే.. మధుమేహం కేసులు పెరుగుతున్నాయి.. లక్షలాది మంది డయాబెటిస్ తో బాధపడుతున్నారు.. ఒకప్పుడు వృద్ధులలో కనిపించే ఈ వ్యాధి .. చిన్న వయస్సు వారిని కూడా వదిలిపెట్టడం లేదు.. ఇలాంటి పరిస్థితుల్లో షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు ఎప్పుడు ఏం తినాలి.. ఏమి తినకూడదు అనే సందిగ్ధంలో ఉంటారు. ఎందుకంటే ఇందులో చిన్న పొరపాటు జరిగినా రక్తంలో చక్కెర స్థాయి ఒక్కసారిగా పెరిగిపోతుంది. మధుమేహంలో కిడ్నీ వ్యాధి, గుండె జబ్బులు, కంటిచూపు బలహీనపడే ప్రమాదం ఉంది. కొంతమందికి ఈ సంక్లిష్ట వ్యాధి సమయంలో వేరుశెనగలు తినవచ్చా లేదా..? తింటే ఏమవుతుంది అనే ప్రశ్న తలెత్తుతుంది. వేరుశనగల్లో ప్రోటీన్, ఫైబర్, అవసరమైన కొవ్వులు పుష్కలంగా ఉంటాయి.. వాస్తవానికి.. ఇంట్లో ఖాళీగా ఉన్నా.. బోర్ కొడుతున్నా.. టీవీ చూస్తున్నా.. లేదా ప్రయాణంలో ఉన్నప్పుడు.. మనం వేరుశెనగలు తినడానికి ఇష్టపడతాము.. అయితే ఈ సూపర్‌ఫుడ్ డయాబెటిక్ రోగులకు ప్రయోజనకరంగా ఉంటుందా..? హాని చేస్తుందా..? డయాబెటిస్ రోగులు వెరుశనగలు తింటే ఏమవుతుందో ఇప్పుడు తెలుసుకోండి.. బ్రిటీష్ జర్నల్ ఆఫ్ న్యూట్రిషన్‌లో ప్రచురితమైన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం.. ఉదయాన్నే వేరుశెనగ తినడం వల్ల రక్తంలో చక్కెర నియంత్రణలో ఉంటుంది. అదనంగా, మెగ్నీషియం వేరుశెనగలో ఉంటుంది.. ఇది డయాబెటిస్‌లో ప్రయోజనకరంగా ఉంటుంది. దీనితో పాటు, డయాబెటిక్ రోగులకు ముఖ్యమైన వేరుశెనగ తినడం వల్ల అనేక ఇతర ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి. అవేంటో చూడండి.. కొలెస్ట్రాల్ తగ్గుతుంది: వేరుశెనగ తినడం వల్ల మన సిరల్లో పేరుకుపోయిన చెడు కొలెస్ట్రాల్‌ను తగ్గిస్తుంది.. ఎందుకంటే ఇందులో ఫైబర్, ప్రోటీన్, మోనోశాచురేటెడ్ కొవ్వు ఉంటుంది. డయాబెటిక్ రోగులకు గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది.. కాబట్టి, వారు తప్పనిసరిగా వేరుశెనగ తినాలి.

పాలనలో మరింత వేగం పెంచాలి

-మొదటిపేజీ తరువాయి

రావడం మొదలైందని చెప్పారు. సాధారణ పరిస్థితులు నెలకొన్న రాష్ట్రాన్ని నడిపించడం సులభంగానే ఉంటుందని, విధ్వంసం జరిగిన రాష్ట్రంలో పాలన సాగించాలంటే ఎన్నో సవాళ్లు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుందని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. గత ప్రభుత్వం రూ. పది లక్షల కోట్ల పైనే అప్పులు%–%బకాయిలు మిగిల్చి వెళ్లడమే కాదు, రెండేళ్ల పాటు రాష్ట్రానికి వచ్చే నిధులను ముందుగానే వాడేసిందని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. గత ప్రభుత్వంలో భూ అక్రమాలు, లిక్కర్ మాఫియా, ఇసుక దోపిడీ, గంజాయి సాగు, డ్రగ్స్ సరఫరా, ఎర్రచందనం స్మగ్లింగ్, రేషన్ బియ్యం విదేశాలకు అక్రమ రవాణా.. ఇలా అన్ని మూలాల్లోకి మాఫియా వెళ్లిపోయిందని.., ఇప్పుడు వాటిని కూకటి వేళ్లతో సహా తొలిగించాల్సిన బాధ్యత జిల్లాల కలెక్టర్లపైనే ఉందని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. ఎక్కడా గత ప్రభుత్వ పాలనకు సంబంధించిన ఆనవాళ్లు కనిపించకూడదని, ఏపీ బ్రాండ్‌ను దెబ్బతీసిన వారిని క్షమించొద్దని, విశ్వసనీయతను %–% నమ్మకాన్ని తిరిగి నిలబెట్టి రాష్ట్రానికి బ్రాండ్ ఇమేజ్ తీసుకురావాలని ముఖ్యమంత్రి మార్గదర్శనం చేశారు. కొన్నిసార్లు ఫలితాలు వెంటనే రాకపోవచ్చని, అలా అని నిరుత్సాహ పడకుండా పనిచేస్తే ఎప్పటికైనా అనుకున్నది సాధిస్తామని... ఇటీవల ఐటీ, మానవ వనరుల అభివద్ధి శాఖ మంత్రి నారా లోకేష్ అమెరికా పర్యటనను ముఖ్యమంత్రి ఇందుకు ఉదహరించారు. లోకేష్ అమెరికా పర్యటన ఫలితంగా ఇప్పుడు రాష్ట్రానికి గూగుల్ వంటి సంస్థ విశాఖపట్నం రావాలని నిర్ణయించిందని చెప్పారు. ఇందుకు సంబంధించి బుధవారం గూగుల్‌తో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఎంవోయూ చేసుకుందన్నారు. రాష్ట్రంలోని యువతతో సహా అందరికీ డిసెంబర్ 11 ఎప్పటికీ గుర్తుండిపోతుందని అన్నారు. గూగుల్‌తో ఎంవోయూ ద్వారా విశాఖపట్నం రూపురేఖలు మారి, రాష్ట్రానికి గేమ్ చేంజర్ అవుతుందన్నారు. డేటా సెంటర్‌తో పాటు ఆర్టిఫిషియల్ ఇంటిలిజెన్స్, సీ కేబుల్ వంటివి వస్తే ప్రపంచం చూపు విశాఖ వైపు ఉంటుందన్నారు. నాలెడ్జ్ సొసైటీగా రాష్ట్రాన్ని తీర్చిదిద్దాలి అనుకుంటున్నామని, ఆర్టీజీఎస్‌తో గూగుల్‌ని అనుసంధానం చేస్తున్నట్టు, ఇది ప్రభుత్వంలో పెద్ద మార్పు తీసుకువస్తుందని అన్నారు. ప్రజల నుంచి మనకు వచ్చే వినతుల్లో అత్యధికంగా 60 శాతం భూసంబంధితమైనవే ఉంటున్నాయని అందుకే భూ సమస్యలు పరిష్కరించేందుకు ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్ట్ రద్దు చేశామని, ల్యాండ్ గ్రాబింగ్ ప్రొహిబిషన్ యాక్టును తీసుకువచ్చామని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. దీనిని దష్టిలో పెట్టుకుని జిల్లాల కలెక్టర్లు రెవెన్యూ సదస్సులను నామమాత్రంగా కాకుండా, సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం చూపేలా నిర్వహించాలని ఆదేశించారు. ప్రజలు పదే పదే అర్జీలు పట్టుకుని తిరిగే పరిస్థితి పోవాలని, బాధిత వర్గాలకు ఎలా న్యాయం చేయాలనేది అధికారులు ఆలోచించి పనిచేయాలని ముఖ్యమంత్రి అన్నారు. రెవెన్యూ సమస్యల పరిష్కారంలో ప్రస్తుతం పని చేస్తున్న విధానంతో మార్పు రాదని, తనకు వచ్చిన అర్జీని ఆర్డీవో తాసీల్దార్‌కు పంపితే సమస్య పరిష్కరించినట్లు కాదన్నారు. సంతప్తికరమైన పరిష్కారం చూపితేనే ప్రజల నుంచి సానుకూలత వస్తుందని ముఖ్యమంత్రి చెప్పారు. ఎన్నిసార్లు తిరిగినా సమస్య పరిష్కారం కాకపోతే ప్రజల్లో వ్యతిరేకత మొదలు అవుతుందన్నారు.

ఏపీలో కూటమి ప్రభుత్వంపై నమ్మకం తగ్గుతుంది

ఏపీలో కూటమి ప్రభుత్వంపై ప్రజల్లో నమ్మకం తగ్గుతుందని ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు పేర్కొన్నారు. బుధవారం ఏపీ సచివాలయంలో కలెక్టర్, ఎస్పీలతో నిర్వహించిన సదస్సులో డిప్యూటీ సీఎం పవన్‌కల్యాణ్ మంత్రులు, సీఎస్ నీరబ్‌కుమార్, డీజీపీ ద్వారాకా తిరుమల రావు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వంపై ఉన్న నమ్మకం తగ్గటానికి ప్రజలకు సరైన పరిష్కారం చూపించటం లేదని అర్థం అవుతుందని అన్నారు. అధికారులు ప్రజలకు సమాధానం చెప్పేటప్పుడు నిర్లక్ష్య ధోరణి ఉండకూడదని సూచించారు. సమస్యలను మానవత్వంతో ఆర్థిక, ఆర్థికేతర అంశాలుగా వేరుచేసి పరిష్కరించాలన్నారు.

సీఎం, మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలకు ఇచ్చిన ఫిర్యాదులన్నీ ఒకేచోట నమోదు చేయాలన్నారు. గడిచిన ఆరు నెలల్లో ప్రజల నుంచి 1,29, 963 ఫిర్యాదులు రాగా రెవెన్యూశాఖకు 78,700 ఫిర్యాదులు , పోలీసుశాఖకు 14,119 ఫిర్యాదులు, మున్సిపల్ శాఖకు 13,146 వచ్చాయని వెల్లడించారు. ఫిర్యాదులను 70శాతం పరిష్కరించినట్లు అన్ని విభాగాలు చెబుతున్నాయని తెలిపారు.

అటవీ భూములపై వివిధశాఖలు కలిసి చర్చించి పరిష్కారం చూపాలన్నారు. ఇంకా రాష్ట్రంలో 50 లక్షల మంది సమాచారం లేదని కలెక్టర్ల సదస్సులో ప్రభుత్వం ప్రకటించింది. 5.4 కోట్ల మంది జనాభాకు 4.9 కోట్ల మంది వివరాలే ఉన్నాయని, మిగతా 50 లక్షల మంది పౌరుల సమాచారం ప్రభుత్వం వద్ద లేదని స్పష్టం చేసింది. గతంలో చేసిన సర్వేల్లో వివరాలు ఇవ్వకే ఈ పరిస్థితి వచ్చిందని , కలెక్టర్లు దృష్టి పెట్టి జనవరి 31లో వివరాలు సేకరించాలని సూచించారు.

ఇంటింటి సర్వే ద్వారా అందరి వివరాలు నమోదు చేయాలన్నారు. నేషనల్ పేమెంట్స్ సంస్థతో ప్రజల బ్యాంకు వివరాలు అనుంధానించాలని, ప్రతి ఇంటినీ జియోట్యాగింగ్‌తో అనుసంధానించి ఫొటోలు తీయాలని పేర్కొన్నారు . గ్రామాలు, హ్యాబిటేషన్ల వారీగా కుటుంబాలను మ్యాపింగ్ చేయాలని సూచించారు.

చంద్రబాబు వచ్చాడు.. బాదుడే బాదుడు మొదలైంది

-మొదటిపేజీ తరువాయి

విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొచ్చామని జగన్ తెలిపారు. ఎన్నికల మేనిఫెస్టోను పూర్తిగా అమలు చేసి మన చరిత్ర మార్చామని.. బడ్జెట్ సమయంలో సంక్షేమ క్యాలెండర్‌ను ప్రవేశపెట్టామని పేర్కొన్నారు. లంచాలు లేకుండా ప్రభుత్వ పథకాలు ఇచ్చే పరిస్థితులను తీసుకొచ్చామని చెప్పారు. అవినీతి లేని పాలనను అందించామని.. అయినప్పటికీ ఓటమి పాలయ్యామని చెప్పారు. దీనికి కారణమేంటని జగన్ ప్రశ్నించగా.. ఈవీఎంలే కారణమని సమావేశానికి వచ్చిన ప్రజాప్రతినిధులు సమాధానమిచ్చారు. దీనితో పాటు చంద్రబాబు ఇచ్చిన హామీలు కూడా వైసీపీ ఓటమికి మరో కారణమని జగన్ చెప్పారు. మనం ప్రతి ఇంటికి పులావ్ పెడితే.. చంద్రబాబు బిర్యానీ పెడతానని అన్నాడని.. కానీ ఇప్పుడు పులావ్ పోయింది.. బిర్యానీ పోయిందని ఎద్దేవా చేశారు. హామీల విషయంలో జగన్ చేసినట్లుగా చంద్రబాబు కూడా నెరవేరుస్తారని ప్రజలు భావించారని అన్నారు. ఎలాంటి కారణాలు చూపకుండా.. కొవిడ్ లాంటి సంక్షోభ సమయంలో కూడా ఇచ్చిన హామీలను నెరవేర్చామని గుర్తుచేశారు. మనకు ఉన్న వ్యక్తిత్వం, విశ్వసనీయత వల్లే రేపు మళ్లీ అధికారంలోకి వస్తామని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. అతి మంచితనం, అతి నిజాయితీతనం.. ఈ రెండింటీ వల్ల రాజకీయాల్లో తాను ఇబ్బంది పడుతున్నట్లు చాలామంది తనకుగురించి అంటారని చెప్పారు. బహుశా ఈ రెండే రేపు వైసీపీని అధికారంలోకి తీసుకురావడంలో తోడ్పడతాయని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. చంద్రబాబు వచ్చాడు.. బాదుడే బాదుడు మొదలైందని జగన్ ఎద్దేవా చేశారు. కరెంటు ఛార్జీలను రూ.15వేల కోట్లకు పైగా పెంచారని.. గ్రామీణ రోడ్లపై కూడా ట్యాక్స్ వేసే పరిస్థితి వచ్చిందని తెలిపారు. చంద్రబాబు సంపద సృష్టి అంటే.. బాదుడే బాదుడు అని విమర్శించారు. రామాయపట్నం పోర్టు దశాబ్దాల కల అని.. దాన్ని కట్టింది వైసీపీ ప్రభుత్వమే అని గుర్తుచేశారు. వైసీపీ హయాంలో దాదాపు పూర్తయ్యిందని.. షిప్‌లు కూడా వచ్చే పరిస్థితి ఉందని తెలిపారు. ఐదేళ్లలో నాలుగు పోర్టులు కట్టడం మొదలైందని.. కానీ ఇప్పుడు వాటిని శనక్కాయలకు, బెల్లాలకు అమ్మేస్తున్నాడని మండిపడ్డారు. మెడికల్ కాలేజీలు, పోర్టుల రూపంలో మనం సంపద సృష్టిస్తే.. పద్ధతి ప్రకారం వాటిని అమ్మే కార్యక్రమానికి చంద్రబాబు శ్రీకారం చుట్టాడని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు.

ప్రజలకు చేసిన మంచి చెప్పుకోవడానికి చంద్రబాబు దగ్గర ఏమీ లేదని జగన్ అన్నారు. అందుకే బురద జల్లడమే పనిగా పెట్టుకున్నారని చెప్పారు. అబద్ధాలు చెప్పడం, వక్రీకరించడం, దుష్ప్రచారం చేయడమే పనిగా పెట్టుకున్నారని అన్నారు. దాన్ని తిప్పికొట్టాల్సిన అవసరం ఉందని అన్నారు. పార్టీలో ప్రతి ఒక్కరికీ సోషల్‌మీడియా అకౌంట్ ఉండాలని.. అన్యాయం జరిగితే దాని ద్వారానే ప్రశ్నించాలని సూచించారు.

అందరూ వాళ్ల మనుషులే... మరి బియ్యం ఎలా వస్తున్నాయి?: జగన్

కాకినాడ పోర్ట్ నుంచి రేషన్ బియ్యం స్మగ్లింగ్ జరుగుతోందని, దీనికి మూలాలు వైసీపీ ప్రభుత్వ హయాంలోనే మొదలయ్యాయని కూటమి నేతలు ఆరోపిస్తుండడం తెలిసిందే. దీనిపై మాజీ సీఎం, వైసీపీ అధినేత జగన్ స్పందించారు. అధికారంలో ఉన్న ప్రభుత్వం వాళ్లదే, మంత్రులు వాళ్లే, అధికారులు వాళ్ల మనుషులే, వాళ్లే చెక్ పోస్టులు ఏర్పాటు చేసుకున్నారు, పోర్టులో కస్టమ్స్ సిబ్బంది వాళ్ల మనుషులే, భద్రతా సిబ్బంది కూడా వాళ్ల మనుషులే... అయినప్పటికీ బియ్యం తరలిపోతున్నాయంటే ఎవరు కారణం? ఆరు నెలలుగా కూటమి పాలన జరుగుతున్నా చెక్ పోస్టులు దాటుకుని మరీ బియ్యం వస్తున్నాయంటే దీని వెనుక ఎవరున్నారు? అని ప్రశ్నించారు. మంత్రి పయ్యావుల కేశవ్ వియ్యంకుడు బియ్యం ఎక్స్ పోర్ట్ లో నెంబర్ వన్ గా ఉన్నారు... ఇటీవల పోర్టులో డిప్యూటీ సీఎం తనిఖీలు చేశారంటున్నారు... కానీ పయ్యావుల వియ్యంకుడు ఎగుమతులు చేస్తున్న ఆ షిప్ ను మాత్రం తనిఖీ చేయలేదు అంటూ జగన్ ఆరోపించారు. ఉమ్మడి ప్రకాశం జిల్లా వైసీపీ ప్రజాప్రతినిధులతో జగన్ ఇవాళ తాడేపల్లిలో సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలోనే ఆయన పైవ్యాఖ్యలు చేశారు.

ఏపీలో ఇంటర్ పరీక్షల షెడ్యూల్ విడుదల

అమరావతి : ఆంధ్రప్రదేశ్ ఇంటర్ మీడియట్ బోర్డు ఇంటర్ పరీక్షల తేదీల షెడ్యూల్‌ను విడుదల చేసింది. పదో తరగతి పరీక్షల తేదీలను వెల్లడించిన కొద్ది నిమిషాల్లోనే ఇంటర్ పరీక్షల తేదీలను ప్రకటించారు. మార్చి 1 నుంచి 19 వరకు ఇంటర్ మొదటి సంవత్సర పరీక్షలు, మార్చి 3 నుంచి 20వ తేదీ వరకు ఇంటర్ రెండో సంవత్సర పరీక్షలను నిర్వహించనుంది. ఉదయం 9 నుంచి మధ్యాహ్నం 12 గంటల వరకు పరీక్షలు జరుగుతాయని మంత్రి నారా లోకేష్ వెల్లడించారు.

చదువుపై దృష్టిని సారించేందుకు సరైన సమయాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని విద్యార్థులకు సూచించారు. పరీక్షల భయంతో ఒత్తిడికి లోనుకాకుండా, ఆరోగ్యం కాపాడుకుంటూ మంచి ఫలితాలు సాధించాలని కోరారు. పరీక్షలు రాసే విద్యార్థులందరికీ ‘ ఆల్ ది బెస్ట్ ’అని ఆయన తెలిపారు.

పదవ తరగతి పరీక్షల తేదీలు ఖరారు

ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో పదో తరగతి పబ్లిక్ పరీక్షల (10%ష్త జుఇఖఎ%) షెడ్యూల్‌ను మంత్రి నారా లోకేష్ ప్రకటించారు. వచ్చే ఏడాది మార్చి 17 నుంచి 31 వరకు పరీక్షలు జరుగుతాయని మంత్రి ప్రకటించారు. 17న ఫస్ట్ లాంగ్వేజ్,19న సెకండ్ లాంగ్వేజ్, 21న ఇంగ్లిష్, 24న మ్యాథ్స్, 26న ఫిజిక్స్,28న బయోలజీ, 31న సోషల్ పరీక్షలు జరుగనున్నాయని వివరించారు.

కాగా ప్రభుత్వ పాఠశాలల్లో చదువుతున్న విద్యార్థులను పదో తరగతి పబ్లిక్ పరీక్షలకు సన్నద్ధం చేసేందుకు పాఠశాల విద్యాశాఖ వంద రోజుల ప్రణాళికను విడుదల చేసి పాఠశాలలకు పంపించింది. దీని ప్రకారం ప్రతిరోజూ ఉదయం 8 గంటల నుంచి సాయంత్రం 5 గంటల వరకు ఆరు సెషన్లలో విద్యార్థులకు తరగతులను నిర్వహించనున్నారు. ఈనెల1 నుంచి ప్రారంభమైన ప్రత్యేక తరగతులు మార్చి 10వరకు కొనసాగుతాయని అధికారులు వివరించారు.

కూటమి ప్రభుత్వం ఆరు నెలల విజయాలపై కరపత్రం విడుదల

అమరావతి, డిసెంబర్ 11: ఏపీ ఎన్నికల్లో వైసీపీని చిత్తుగా ఓడించి కూటమి ప్రభుత్వం విజయం సాధించి అధికారాన్ని చేతబట్టింది. అధికారంలోకి వచ్చినప్పటి నుంచి ఏపీ అభివృద్ధే లక్ష్యంగా ముఖ్యమంత్రి చంద్రబాబు నాయుడు దూసుకెళ్తున్నారు. ఎన్నికల్లో ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను ఒక్కొక్కటిగా నెరవేరుస్తూ వస్తున్నారు. పెన్షన్ల పెంపు, దీపం పథకాన్ని ఇప్పటికే అమలు అయ్యాయి. అలాగే మరిన్ని పథకాలను కూడా వీలైనంత త్వరగా పూర్తి చేసేందుకు ప్రభుత్వ సన్నాహాలు చేస్తోంది. ఇదిలా ఉండగా కూటమి ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చి ఆరు నెలలను పూర్తి అయ్యింది. ఈ సందర్భంగా కూటమి ప్రభుత్వం ఆరు నెలల విజయాలను టీడీపీ నేతలు మీడియాకు వివరించారు. ఆరు నెలల కాలంలో కూటమి ప్రభుత్వం సాధించిన టాప్ 20 కార్యక్రమాల వివరాల కరపత్రికను బుధవారం టీడీపీ నేతలు విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా తొండపూజ దశరథ జనార్ధన్ మాట్లాడుతూ.. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో కూటమి ప్రభుత్వ ఏర్పాటు అయ్యి ఆరు నెలలు పూర్తయిందన్నారు. ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో ప్రజలు వైసీపీ పాలనలో స్వేచ్ఛ స్వతంత్రాలను పోగొట్టుకున్నారని.. గడిచిన ఐదేళ్లలో ప్రజల ఆస్తులకు మానప్రాణాలకు కూడా భద్రత లేదన్నారు. ప్రజల ఆస్తులను బహిరంగంగా ల్యాండ్ టైటిలింగ్ యాక్టు పేరుతో దోచుకున్నారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. గడిచిన ఆరు నెలల నుంచి ప్రజలు స్వేచ్ఛ స్వతంత్రాలను అనుభవిస్తున్నారని తెలిపారు. గడిచిన ఆరు నెలల్లో ప్రజలు తమ సమస్యలను ప్రజాస్వామ్యబద్ధంగా ప్రభుత్వానికి చెప్పుకుంటున్నారన్నారు. రాబోయే ఐదేళ్లలో 1,60,000 కోట్ల రూపాయలు పెన్షన్ల రూపంలో ఇవ్వబోతున్నామని వెల్లడించారు. సంక్షేమ విషయంలో వైసీపీ ప్రభుత్వానికి టీడీపీకి నక్కకి నాగలోకానికి ఉన్నంత తేడా ఉందంటూ వ్యాఖ్యలు చేశారు.

అబద్ధాలు.. జగన్ కవల పిల్లలు: వర్ల

ఆరు నెలల కాలంలో టీడీపీ టాప్ 20 కార్యక్రమాలను వివరించిన ఆ పార్టీ నేత వర్ల రామయ్య వివరించారు. ఆరు నెలల్లో జరిగిన కూటమి పరిపాలనను ప్రజలు బేరీజు వేసుకోవాలన్నారు. గడిచిన ఐదేళ్లలో ప్రజా సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ఏనాడు కేంద్రం దృష్టికి తీసుకురాలేదన్నారు. రాష్ట్ర ఆర్థిక పరిస్థితులు సహకరించకపోయినా ఎక్కడా సంక్షేమానికి ఇబ్బంది కలగకుండా చూస్తున్నామని తెలిపారు. అబద్ధాలు.. జగన్మోహన్ రెడ్డి ఇద్దరూ కవల పిల్లలాంటివారని విమర్శించారు. అన్ని వర్గాల ఆకాంక్షలను కూటమి ప్రభుత్వం నెరవేరుస్తోందని వర్ల రామయ్య పేర్కొన్నారు.

చంద్రబాబు నాయకత్వంలో ఏపీ అభివృద్ధి

అమరావతి : చంద్రబాబు నాయకత్వంలో ఏపీ అభివద్ధి చెందుతుందనడంలో ఎటువంటి సందేహం లేదని ఉప ముఖ్యమంత్రి పవన్ కళ్యాణ్ అన్నారు. బుధవారం నిర్వహించిన కలెక్టర్ల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ.. ప్రజాస్వామ్యాన్ని పరిరక్షించాల్సిన బాధ్యత మనందరిపై ఉంది. రాష్ట్రానికి గూగుల్ వచ్చినందుకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తున్నాను. గత ప్రభుత్వం రాష్ట్రాన్ని సర్వనాశనం చేసింది. మూలాలనే పెకలించేసింది. భారీగా అవకతవకలకు పాల్పడింది. ప్రజలు మనపై బహత్తర బాధ్యత పెట్టారు. మేము పాలసీలు మాత్రమే తీసుకురాగలం. క్షేత్రస్థాయిలో సమర్థవంతంగా అమలు చేయాల్సింది ఐఏఎస్ లే. గత ప్రభుత్వంలో రెవెన్యూ సిబ్బందితో సినిమా టికెట్లు విక్రయం మొదలు.. ఎన్నో పనులు చేయించారు. ఇంతమంది ఐఏఎస్ లు ఉండీ ఏమీ చేయలేని నిస్సహాయ స్థితిలో ఉండిపోయారు. గత ప్రభుత్వం రూ. 10 లక్షల కోట్ల అప్పులు ఇచ్చింది. నేడు ప్రభుత్వం దగ్గర డబ్బు లేదు. ఇంతటి సంక్షోభంలోనూ సమర్థ పాలన అందించడం ఒక్క చంద్రబాబుకే సాధ్యమైంది. రాళ్లు, రప్పలున్న ప్రదేశంలో చంద్రబాబు సైబరాబాద్ లాంటి నగరాన్ని సష్టించారు . ఆయన నాయకత్వంలో పనిచేయడం మన అదష్టం. మీ అందరి సహకారంతో ప్రజా పాలన అందించాలని మేము కోరుకుంటున్నాం. కాకినాడ పోర్టు నుంచి మూడు చెక్ పోస్టులు పెట్టినా బియ్యం అక్రమ రవాణ ఆగడం లేదు. సముద్ర మార్గం ద్వారా పాకిస్తాన్ నుండి వచ్చిన ఉగ్రవాదుల వలన 300 మంది ప్రాణాలు పోయాయి. మంత్రి మనోహర్ తనిఖీలకు వెళితే సహకరించాల్సిన బాధ్యత అధికారులపై ఉందా లేదా? పాలన అంటే ఏపీలో లాగా ఉండాలని దేశమంతా అనుకోవాలి. అందుకు ఐఏఎస్ లే బాధ్యత తీసుకోవాలని సూచించారు. అధికారులు ఎప్పటికప్పుడు అప్రమత్తంగా ఉంటూ ఇలాంటి కల్తీలపై చర్యలు తీసుకోవాలని, లేదంటే సంబంధిత అధికారులపై చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. ఇసుకను స్ట్రీమ్ లైన్ చేసేందుకు సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు చర్యలు తీసుకుంటున్నారని చెప్పారు. ఇన్నేళ్ల వైసీపీ పాలనలో రాష్ట్రం 10 లక్షల కోట్ల అప్పులు పాలైందని, అధికారులకు కనీసం జీతాలు కూడా ఇచ్చే పరిస్థితి లేకుండా పోయిందన్నారు. చంద్రబాబు నాయుడు డైనమిక్ లీడర్ షిప్‌లో ఏపీలో సుస్థిర పాలనను అందిచేందుకు అంతా సహకారం అందించాలని పవన్ కళ్యాణ్ పిలుపునిచ్చారు.

రాష్ట్రంలోని 50 లక్షల మంది సమాచారమే లేదు..

-మొదటిపేజీ తరువాయి

వివరాలు మాత్రమే ఉన్నాయని తెలిపింది. మిగతా 50 లక్షల మంది ప్రజల సమాచారం ప్రభుత్వం వద్ద లేదని పేర్కొంది. పురపాలక, రెవెన్యూ, విద్యుత్ పంపిణీ సంస్థలకు చెందిన వివిధ శాఖల్లో ఈ 50 లక్షల మంది సమాచారమే లేదని ఏపీ ప్రభుత్వం తెలిపింది. గతంలో చేపట్టిన సర్వేల్లో వీరెవరూ వివరాలు ఇవ్వకపోవడం వల్లే ఈ పరిస్థితి వచ్చిందని పేర్కొంది. గ్రామ వార్డు సచివాలయాల శాఖ కార్యదర్శి, కలెక్టర్లు ఈ విషయంపై దృష్టి పెట్టాలని సీఎం చంద్రబాబు సూచించారు. జనవరి 31వ తేదీలోగా వారి వివరాలను సేకరించాలని ఆదేశించారు. నేషనల్ పేమెంట్స్ కార్పొరేషన్ ఆఫ్ ఇండియాతో రాష్ట్రంలోని పౌరుల బ్యాంకు వివరాలను అనుసంధానించాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలోని ప్రతి ఇంటినీ జియో ట్యాగింగ్ ద్వారా అనుసంధానించడంతో పాటు ఫొటోలు కూడా తీయాలని అధికారులకు సీఎం చంద్రబాబు సూచించారు. గ్రామాలు, హ్యాబిటేషన్ల వారీగా కుటుంబాల మ్యాపింగ్ చేయాలన్నారు. ప్రతి సంక్షోభంలో అవకాశాలు ఉంటాయని ఏపీ సీఎం చంద్రబాబు అన్నారు. సంక్షోభంలో అవకాశాలు సృష్టించుకోవడమే నాయకత్వమని తెలిపారు. విధ్వంసం తర్వాత ఏపీలో పునర్నిర్మాణం జరుగుతుందని అన్నారు. నాశనం జరిగాక దాన్ని తిరిగి నిర్మించినప్పుడు హార్డ్‌వర్క్ అవసరం అవుతుందని చెప్పారు. అయితే హార్డ్‌వర్క్ ముఖ్యం కాదని.. స్మార్ట్ వర్క్ కావాలని సూచించారు.

హెల్మెట్లు వాడకపోవడంపై హైకోర్టు సీరియస్..

-మొదటిపేజీ తరువాయి

వ్యక్తం చేసింది. ట్రాఫిక్ రూల్స్ అమలు చేయడంలో పోలీసులు నిర్లక్ష్యంగా వ్యవహరిస్తున్నారని వెల్లడించింది.

చలానా చెల్లించకుంటే వాటర్ బంద్?

హెల్మెట్లు వాడకపోవడంతో మరణాలు ఎక్కువవుతున్నాయని హైకోర్టు న్యాయవాది తాండవ యోగేష్ వేసిన పిటీషన్‌పై విచారణ జరిపిన నేపథ్యంలో ఈ మేరకు హైకోర్టు తెలిపింది. ట్రాఫిక్ నిబంధనలు అనుసరించకుంటే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటారనే భయం ప్రజల్లో కలగాలని ఈ సందర్భంగా గుర్తు చేసింది. ట్రాఫిక్ ఉల్లంఘనలకు పాల్పడే వారికి చలానాలు వేసి చేతులు దులుపుకోకుండా, కఠినంగా రూల్స్ అమలు చేయాలని హైకోర్టు పోలీసులకు సూచించింది. చలానాలను చెల్లించని వారి ఇళ్లకు విద్యుత్, నీటి సరఫరా నిలిపివేసేలా చర్యలు కూడా తీసుకోవాలని హైకోర్టు అభిప్రాయపడింది. అంతేకాదు చలానాలు చెల్లించని వారి వాహనాలను సీజ్ చేసే విధంగా చట్ట నిబంధనలు ఉన్నాయని హైకోర్టు గుర్తుచేసింది.

హైదరాబాద్‌లో మాత్రం

ఈ క్రమంలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఉన్న ట్రాఫిక్ పోలీసుల ఖాళీల భర్తీకి ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని ప్రభుత్వాన్ని హైకోర్టు ప్రశ్నించింది. హైదరాబాద్ వెళ్లే వారు తెలంగాణా సరిహద్దుకు వెళ్లగానే సీటు బెల్టు పెట్టుకుంటున్నారని హైకోర్టు వ్యాఖ్యానించింది. దీన్ని బట్టి రాష్ట్రంలో ట్రాఫిక్ రూల్స్ ఎలా అమలు చేస్తున్నారో అర్థం చేసుకోవచ్చని తెలిపింది. హైదరాబాద్‌లో బ్లాక్ ఫిల్మ్ ఉన్న కారు దాదాపు ఎక్కడా కనిపించదని హైకోర్టు అభిప్రాయం వ్యక్తం చేసింది. దీంతోపాటు హైదరాబాద్‌లో ట్రాఫిక్ రూల్స్ కూడా కఠినంగా అమలు చేస్తున్నారని హైకోర్టు ప్రస్తావించింది.

పోలీసులపై ఆగ్రహం

ఏపీలో ట్రాఫిక్ నిబంధనలను కఠినంగా అమలు చేయకపోవడం వల్లనే ఇలాంటి పరిస్థితి ఉందని హైకోర్టు వ్యాఖ్యానించింది. ఈ క్రమంలో వచ్చే విచారణకు కోర్టు ముందు హాజరు కావాలని ట్రాఫిక్ ఐజీని హైకోర్టు ఆదేశించింది. దీంతోపాటు రవాణాశాఖ కమీషనర్‌ను కూడా వ్యాజ్యంలో ప్రతివాదిగా చేర్చాలని న్యాయమూర్తి అన్నారు. ఈ కేసు తదుపరి విచారణ ఈనెల 18న జరగనుంది. గతంలో కూడా హైకోర్టు పలు మార్లు ద్విచక్ర వాహనదారులు తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాలని సూచనలు జారీ చేసింది. అయినా కూడా రూల్స్ కఠినంగా పోలీసులు అమలు చేయకపోవడంతో కోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది.

Editor, printer, published Owned by CHINTHALA RAMAKRISHNA Gummadidala (M&V) SANGAREDDY DIST TELANGANA State 502313 ph 8499902850/RNI NO:TELTEL/2022/81794