నిజం మా నైజం...!

RNI NO:TELTEL/2022/81794

# వాస్తవ తెలంగాణ

VASTHAVA TELANGANA DAILY

తెలుగు దినపత్రిక

PUBLISHED FROM: TELANGANA & ANDHRAPRADESH

www.vasthavatelangana.com | ఎడిటర్ : చింతల రామకృష్ణ | సంపుటి: 3 | సంచిక: 230 | ఆదివారం,22 డిసెంబర్,2024 | పేజీలు - 4 | వెల : 3/-

## ఈ నెల 30 దాకా కేటీఆర్‌ను అరెస్టు చేయొద్దు.. ఏసీబీకి హైకోర్టు ఆదేశం

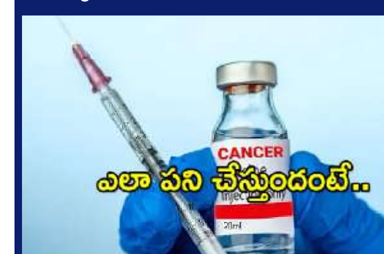
ఫార్ములా ఈ కార్ రేసింగ్ వ్యవహారంలో బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్‌కు ఊరట లభించింది. ఈ నెల 30వ తేదీ వరకు కేటీఆర్‌ను అరెస్టు చేయవద్దని ఆదేశించింది. అయితే ఈ కేసును విచారణ కొనసాగించవచ్చని ఏసీబీకి సూచించింది. అలాగే కౌంటర్ దాఖలు చేయాలని ఆదేశించింది. తదుపరి విచారణను ఈ నెల 27వ తేదీకి వాయిదా వేసింది.ఫార్ములా ఈ కార్ రేసింగ్ వ్యవహారంలో ఏసీబీ కేసుపై బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ దాఖలు చేసిన క్వాష్ పిటిషన్‌పై ఇవాళ హైకోర్టులో విచారణ జరిగింది. ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ తరపు న్యాయవాది సుందరం వాదనలు వినిపించారు. అవినీతి నిరోధక చట్టం కింద కేటీఆర్‌పై పలు సెక్షన్లు నమోదు చేశారని ఆయన తరపు న్యాయవాది సుందరం తెలిపారు. ఈ సెక్షన్లు ఈ కేసు కింద వర్తించవని అన్నారు. గత ఏడాది సీజన్ 9 కార్ రేసింగ్ నిర్వహించారని తెలిపారు. ఈ కార్ రేసింగ్ నిర్వహించడానికి 2022 అక్టోబర్ 25నే ఒప్పందం జరిగిందని చెప్పారు. సీజన్ 9లో రూ.110 కోట్ల లాభం వచ్చిందని వివరించారు. సీజన్ 10 కోసం ఓ సంస్థ తప్పుకుందని తెలిపారు. దీంతో ప్రభుత్వం ప్రమోటర్‌గా ఒప్పందం కుదుర్చుకుందని అన్నారు. పాత ఒప్పందానికి కొనసాగింపుగా ఈ కొత్త ఒప్పందం జరిగిందని స్పష్టం చేశారు.ఎన్నికల కోడ్ ఉల్లంఘించారనడానికి ఎలాంటి ఆధారాలు లేవని కేటీఆర్ తరపు న్యాయవాది సుందరం తెలిపారు. ప్రొసీజర్ పాటించలేదని అనడం సరైనది కాదని అన్నారు. 14 నెలల తర్వాత ఎఫ్ఐఆర్ నమోదు చేశారని న్యాయస్థానం దృష్టికి తీసుకొచ్చారు. కనీసం ప్రాథమిక విచారణ చేయకుండానే కేసు నమోదు చేశారని పేర్కొన్నారు. కేవలం రాజకీయ కుట్రలో భాగంగానే కేసు నమోదు చేశారని అన్నారు.ఫార్ములా ఈ కార్ రేసింగ్‌లో స్పాన్సర్ వెనక్కి జరిగినప్పుడు ఈవెంట్ నిర్వహించకపోతే హైదరాబాద్ బ్రాండ్ ఇమేజ్ దిబ్బతింటుందని ఈ నిర్ణయం తీసుకున్నామని వివరించారు. 2024లో కచ్చితంగా ఈ కార్ రేసింగ్ నిర్వహించాలనే ఈ చెల్లింపులు జరిగాయని తెలిపారు.

## అక్రమ కేసులకు భయపడం..

# కోర్టుల మీద నమ్మకం ఉంది:హరీశ్‌రావు

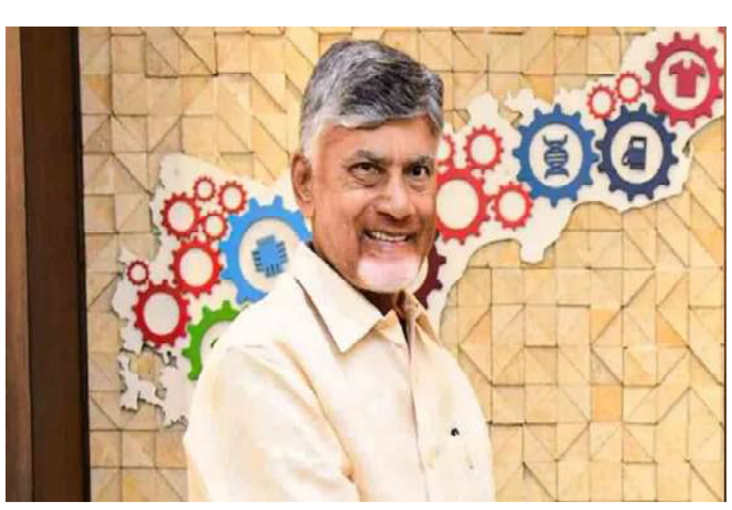
హైదరాబాద్ : కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం పెడుతున్న అక్రమ కేసులకు బీఆర్ఎస్ నేతలు ఎవరూ భయపడరు అని మాజీ మంత్రి, ఎమ్మెల్యే హరీశ్‌రావు స్పష్టం చేశారు. కోర్టుల మీద తమకు నమ్మకం ఉందని ఆయన పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ భవన్‌లో హరీశ్‌రావు మీడియాతో మాట్లాడారు.రేవంత్ రెడ్డి కుటుంబ అవినీతిని ఎప్పటికప్పుడు కేటీఆర్ బయటపెడుతున్నారు. సభలో కేటీఆర్ నిలదీయకుండా ఉండాలని తప్పుడు కేసులు పెడుతున్నారు. తన ఏడాది పాలన వైఫల్యం నుంచి దృష్టి మరల్చేందుకు జిమ్మిక్కులు చేస్తున్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి చర్యల వల్ల రాష్ట్ర పరపతి, ఇమేజ్ దెబ్బ తింటోంది. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి శాసనసభలో పచ్చి అబద్ధాలు మాట్లాడారు. కుట్రలు చేసి కేటీఆర్‌ను జైలులో పెట్టడమే రేవంత్ రెడ్డి లక్ష్యం అని హరీశ్‌రావు పేర్కొన్నారు.రేవంత్ రెడ్డి అనాలోచిత నిర్ణయాల వల్ల రాష్ట్ర ప్రతిష్ట దెబ్బతిన్నది. మరో మూడేళ్లు రాష్ట్రంలోనే జరగాల్సిన ఫార్ములా రేసింగ్ రద్దు అయింది. అర్థాంతరంగా రద్దు చేయడం వల్ల ఆ సంస్థ కూడా లండన్‌లో కేసు వేసింది. ఫార్ములా రేసింగ్ రద్దు వల్ల రాష్ట్రానికి వచ్చే జీఎస్టీ ఆదాయం కూడా పోయింది. రేవంత్ రెడ్డి చర్యల వల్ల రాష్ట్రంలో స్థిరాస్తి రంగం కుదేలైంది. ఫార్ములా ఈ రేసింగ్‌పై అసెంబ్లీలో చర్చ పెడితే కేసు డొల్లతనం బయటపడుతుంది. మాకు కోర్టుల మీద నమ్మకం ఉంది.. అక్రమ కేసులకు భయపడేది లేదు. ఫార్ములా రేసింగ్ కేసు వివరాలు ఈడీ అడిగిందని వార్తల్లో చూశాను. నిన్న నమోదు అయిన కేసులో వెంటనే ఈడీ జోక్యం వెనుక మతలబు ఏంటి..? కాంగ్రెస్, బీజేపీ దోస్తానా స్పష్టంగా అర్థమవుతోంది అని హరీశ్‌రావు పేర్కొన్నారు.

## క్యాన్సర్‌కు వ్యాక్సిన్ వచ్చేస్తోంది.. అక్కడి పేషెంట్లకు ఉచితంగా!




వైద్యరంగంలో అద్భుతానికి రష్యా కేరాఫ్‌గా మారనుంది. క్యాన్సర్ జబ్బు నయం చేసే వ్యాక్సిన్‌ను రూపొందించడమే కాదు.. దానిని ఉచితంగా రోగులకు అందించబోతున్నట్లు ప్రకటించింది. ఎంఆర్ఎన్ఏ ఆధారితంగా రూపొందించిన ఈ వ్యాక్సిన్‌ను వచ్చే ఏడాది నుంచి అందుబాటులోకి తేనున్నట్లు ఆరోగ్య మంత్రిత్వ శాఖ తరఫున రేడియాలజీ మెడికల్ రీసెర్చ్ సెంటర్‌కు జనరల్ డైరెక్టర్ అయిన అంద్రే కప్రిన్ ప్రకటించారు.చాలా పరిశోధన సంస్థలు సమిష్టి కృషితో క్యాన్సర్ వ్యాక్సిన్‌ను రూపొందించాయని.. ప్రీ క్లినికల్ ట్రయల్స్‌లో కణతి(ట్యూమర్) పెరుగుదలను అడ్డుకోవడంతో పాటు మెటాస్టాసిస్(వ్యాధికారక ఏజెంట్)ను నిరోధించిందని శాస్త్రవేత్తలు ప్రకటించారు. ఇదిలా ఉంటే.. ఈ ఏడాది ఆరంభంలో రష్యా అధ్యక్షుడు వ్లాదిమిర్ పుతిన్.. అతిత్వరలో క్యాన్సర్ వ్యాక్సిన్‌తో పాటు తర్వాతి తరానికి రోగనిరోధక శక్తిని పెంపొందించే మందులను ప్రజలకు అందిస్తామని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. చెప్పినట్లుగానే.. వచ్చే ఏడాది నుంచి క్యాన్సర్ వ్యాక్సిన్‌ను జనాలకు.. అదీ ఉచితంగా అందించేందుకు రంగం సిద్ధమవుతోంది.

## ఎకనమిక్ హబ్‌గా ఏపీ రాజధాని..

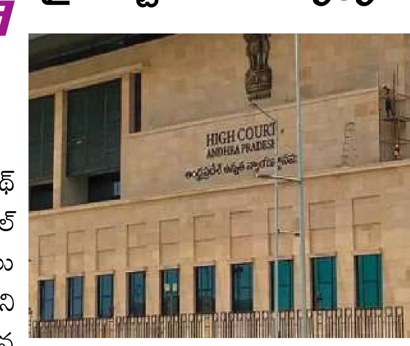


ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర రాజధాని అమరావతి నగర అభివృద్ధికి రుణం ఇచ్చేందుకు ప్రపంచబ్యాంకు అంగీకరించింది. అలాగే అమరావతిని ప్రధాన ఆర్థిక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు 800 మిలియన్ డాలర్ల రుణం మంజూరు చేసినట్లు గురువారం ప్రపంచ బ్యాంకు వర్గాలు తెలిపాయి. గురువారం జరిగిన ప్రపంచ బ్యాంకు బోర్డు డైరెక్టర్ల సమావేశంలో 'అమరావతి ఇంటిగ్రేటెడ్ అర్బన్ డెవలప్ మెంట్ ప్రోగ్రామ్' కింద 800 మిలియన్ డాలర్ల రుణం మంజూరు చేయాలని నిర్ణయించారు. ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రంలోనే పర్యావరణ హిత అభివృద్ధి కేంద్రంగా అమరావతిని రూపుదిద్దుతారు. ప్రస్తుత, భవిష్యత్ పౌరుల స్థితిగతులు మెరుగు పర్చడంతోపాటు ఉపాధి కల్పనకు ఈ రుణం వినియోగిస్తారని ప్రపంచ బ్యాంకు తెలిపింది.ఆంధ్రప్రదేశ్ రాజధాని అమరావతిని ఎకనమిక్ హబ్‌గా అభివృద్ధి చేయడానికి రుణం మంజూరు చేయాలని భారత ప్రభుత్వం కోరిందని ప్రపంచ బ్యాంకు తెలిపింది. అత్యంత అవసరమైన వారితోపాటు పౌరులందరి జీవన స్థితిగతులు మెరుగు పర్చి, ఉద్యోగాలు కల్పించేందుకు వీలుగా అమరావతిని మోడర్న్ సిటీగా రూపుదిద్దాలని భారత్ కోరిందని ప్రపంచ బ్యాంకు వెల్లడించింది. 29 ఏండ్లలో ఈ రుణం చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. అదనంగా ఆరేండ్లు గ్రేస్ పీరియడ్ ఉంటుంది.

## ఔరంగజేబు వారసులు.. ఆటో డ్రైవర్లుగా జీవిస్తున్నారు: యోగి ఆదిత్యనాథ్

ఉత్తరప్రదేశ్ సీఎం యోగి ఆదిత్యనాథ్ వివాదస్పద వ్యాఖ్యలు చేశారు. మొఘల్ చక్రవర్తి ఔరంగజేబు వారసులు ప్రస్తుతం ఆటో డ్రైవర్లుగా జీవిస్తున్నారని తెలిపారు. ఇది దేవుడు విధించిన న్యాయమని అన్నారు. శుక్రవారం అయోధ్యలోని అసర్ఫీ భవన్ పీఠ్ వద్ద జరిగిన కార్యక్రమంలో సీఎం యోగి ఆదిత్యనాథ్ మాట్లాడారు. 'ఔరంగజేబు వారసులు కోల్‌కతా సమీపంలో నివసిస్తున్నారని, ఆటో కార్మికులుగా జీవనోపాధి పొందుతున్నారని కొందరు నాకు చెప్పారు. దేవాలయాలు, మతపరమైన ప్రదేశాలపై విధ్వంసక చర్యలకు ఔరంగజేబు పాల్పడ్డాడు. దైవత్వాన్ని ధిక్కరించకపోతే అతడి వారసులు అటువంటి పరిస్థితులను ఎదుర్కొని ఉండకపోవచ్చు' అని అన్నారు.కాగా, పాకిస్థాన్, ఆఫ్ఘనిస్థాన్, బంగ్లాదేశ్ వంటి దేశాల్లో హిందువులపై జరుగుతున్న అకృత్యాలపై యోగి ఆదిత్యనాథ్ ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. హిందువులు ఎదుర్కొంటున్న సవాళ్లకు ఇది నిదర్శనమని అన్నారు. సనాతన ధర్మం, విలువలను కాపాడాలని సమాజాన్ని ఆయన కోరారు.

## వాహనదారుల్లో క్రమశిక్షణ లోపించింది: ఏపీ హైకోర్టు ఘాటు వ్యాఖ్యలు




కేంద్ర మోటార్ వాహనాల సవరణ చట్ట నిబంధనలను సరిగా అమలు చేయట్లేదంటూ హైకోర్టులో దాఖలైన పిటిషన్‌పై బుధవారం(డిసెంబర్ 18) విచారణ జరిగింది. చట్ట నిబంధనల ఉల్లంఘనపై హైకోర్టు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేసింది. 'నిబంధనలు ఉల్లంఘిస్తే మూల్యం చెల్లించుకోవాల్సిందే. ఎక్కడికక్కడే వాహనాలను ఆపి జరిమానా విధించండి. వాహనం వెనుక కూర్చున్న వ్యక్తి తప్పనిసరిగా హెల్మెట్ ధరించాల్సిందే.99 శాతం మంది హెల్మెట్లు లేకుండా వాహనాలు నడుపుతున్నారు. జరిమానా కట్టకుంటే వాహనాన్ని ఎందుకు జప్తు చేయడం లేదు. వాహనదారుల్లో క్రమశిక్షణ లోపించింది. విపరీతమైన వేగం,హారన్లతో నరకం చూపిస్తున్నారు. హైబీమ్ తో ఎంతోమంది చనిపోతున్నారు. హైబీమ్ వాడినందుకు జరిమానా ఎందుకు కట్టరు. చట్ట నిబంధనలు కచ్చితంగా అమలు చేయాల్సిందే.ఇందుకు ఏం చేస్తున్నారో చెప్పండి.పూర్తి వివరాలతో అఫిడవిట్ దాఖలు చేయండి' అని హైకోర్టు పోలీసులను ఆదేశించింది. పోలీసులు నిబంధనలు అమలు చేసి ఉంటే ఈ నాలుగు నెలల్లో మృతి చెందిన 677 మందిలో కొందరైనా బతికి ఉండే వాళ్లని హైకోర్టు వ్యాఖ్యానించింది.తదుపరి విచారణ జనవరి 8వ తేదీకి వాయిదా వేసింది.

## కాంగ్రెస్ పార్టీపై ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ ధ్వజం

భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బీఆర్ అంబేద్కర్‌పై కేంద్ర హోంమంత్రి అమిత్ షా చేసిన వ్యాఖ్యలకు నిరసనగా విపక్షాలు పార్లమెంట్‌లో విపక్షాల ఆందోళన చేపట్టాయి. వారి ఆందోళనపై ప్రధాని మోదీ ఎక్స్ వేదికగా స్పందించారు.'రాజ్యసభలో అంబేద్కర్‌ను అవమానించిన కాంగ్రెస్ చీకటి చరిత్రను అమిత్ షా బట్టబయలు చేశారు. కాంగ్రెస్ అబద్ధాలు, అనేక సంవత్సరాల వారి అకృత్యాలను, ముఖ్యంగా డాక్టర్ అంబేద్కర్‌ను అవమానించి, దాచి పెట్టాలన్నా దాగలేదు. అంబేద్కర్ వారసత్వాన్ని తుడిచిపెట్టడానికి అణుగారిన వర్గాల ప్రజలను ఎలా అవమానించిందో దేశ ప్రజలు చూశారు.అంబేద్కర్‌కు కాంగ్రెస్ తీరని అన్యాయం చేసింది. ఆయనను ఎన్నికల్లో ఓడించడం,అంబేద్కర్‌కు వ్యతిరేకంగా పండిట్ జవహర్‌లాల్ నెహ్రూ ప్రచారం చేయడం, భారతరత్నను నిరాకరించడం, పార్లమెంట్ సెంట్రల్ హాలులో రాజ్యాంగ నిర్మాత చిత్ర పటాన్ని ఏర్పాటు చేయకపోవడం వంటి అంశాలు ఉన్నాయి' అని మోదీ అన్నారు.

## నన్ను పని చేసుకోనివ్వండి..అభిమానులకు డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ రిక్వెస్ట్

ఏపీ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కళ్యాణ్ శుక్రవారం విజయనగరం, పార్వతీపురం మన్యం జిల్లాలలో పర్యటించిన విషయం తెలిసిందే. రోడ్లు లేక ఇబ్బంది పడుతున్న గిరిజన ప్రాంతాల్లో రోడ్ల నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు. 9 గ్రామాల్లో సుమారు 50 కోట్లతో రహదారుల నిర్మాణానికి శుక్రవారం శంకుస్థాపన చేశారు. అయితే పవన్‌ని చూడడానికి అభిమానులు పెద్దఎత్తున్న తరలివచ్చారు. ఈ నేపథ్యంలో అభిమానులకు పవన్ రిక్వెస్ట్ చేశాడు.ఆయన మాట్లాడుతూ.. అభిమానులను నేను కోరేది ఒక్కటే. దయచేసి నన్ను నా పని చేసుకోనివ్వండి. నేను బయటికి వచ్చినప్పుడు మీరు నా మీద పడిపోతే నేను ఏ పని చేయలేను. రోడ్లు పరిస్థితి ఎలా ఉంది చూద్దాం అంటే అందరూ ఇక్కడే ఉండడంతో ఏం కనిపించట్లేదు. ఓజీ ఓజీ అని అరిస్తే పనులు జరగవు. నేను పనిచేస్తే మీ ఫ్యూచర్‌కి మంచి జరుగుతుంది. నేనున ఎక్కడికి వెళితే అక్కడ నన్ను చుట్టుముడితే నేను పనిచేయలేను. తెలుగు నేర్పించిన నేల ఇది. తిరుగుబాటు అంటే ఏంటో తెలిపిన నేల ఇది. ఇప్పుడు ఏంటంటే సినిమాల మోజులో పడి హీరోలకు జేజేలు కొట్టి మీ జీవితంలో బాధ్యతలు మర్చిపోతున్నారు. మాట్లాడితే అన్న మీసం తిప్పు అంటారు.. నేను మీసం తిప్పితే రోడ్లు పడవు.. పనులు జరగవు. అందుకే నన్ను పని చేయనివ్వండి అంటూ పవన్ కళ్యాణ్ చెప్పుకోచ్చారు.

# మేడ్చల్ నూతన కోర్టు భవనానికి శంకుస్థాపన

మేడ్చల్ వాస్తవ తెలంగాణ:90 లక్షల నిధులతో మేడ్చల్ కోర్టులో ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేసిన అదనపు భవన నిర్మాణాలకు తెలంగాణ రాష్ట్ర హై కోర్టు న్యాయమూర్తి అభినందన్ కుమార్ శావలి భూమి పూజ చేశారు. మేడ్చల్ కోర్టులో ప్రాగణంలో తెలంగాణ రాష్ట్ర హై కోర్టు న్యాయమూర్తి అభినందన్ కుమార్ శావలి మొక్కలు నాటారు. అనంతరం కోర్టు ప్రాంగణంలో పర్యటిస్తూ పరిసరాలను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన సమావేశంలో ముఖ్య అతిథులు అయిన తెలంగాణ రాష్ట్ర హై కోర్టు న్యాయమూర్తి అభినందన్ కుమార్ శావలి ని మేడ్చల్ జిల్లా కోర్టు బార్ అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ చీదు హనుమంత్ రెడ్డి సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా హై కోర్టు న్యాయమూర్తి అభినందన్ కుమార్ శావలి మాట్లాడుతూ అత్వెల్లిలోని కోర్టును మేడ్చల్ కోర్టుకు తరలిచేందుకు అదనపు గదులు నిర్మించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. మేడ్చల్ కోర్టులోనే అన్ని శాఖల కోర్టులు ఉండేలా కాంప్లెక్స్ కోర్టు భవనానికి భూమి చేయడం జరిగిందన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపల్ జిల్లా కోర్టు జడ్జి బాల బాస్కర్ రావు, సెకండ్ అడినల్ జిల్లా కోర్టు జడ్జి జీవన్ కుమార్, అడినల్ సీనియర్ సివిల్ జడ్జి అజయ్ కుమార్, ఫస్ట్ అడినల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జి లావణ్య, సెకండ్ అడినల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జి దిలీప్ కుమార్, మూడవ అడినల్ జూనియర్ సివిల్ జడ్జి హేమలత, మేడ్చల్ – మల్కాజ్ గిరి అదనపు కలెక్టర్ విజయేందర్ రెడ్డి, మేడ్చల్ ఏసీపీ శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మేడ్చల్ జిల్లా కోర్టు బార్ అసోసియేషన్ ప్రెసిడెంట్ చేదు హనుమంత్ రెడ్డి, జనరల్ సెక్రటరీ లింగారెడ్డి, న్యాయవాదులు ప్రభాకర్ రెడ్డి, రవిందర్ రెడ్డి, భర్మ ఛక్రపాణి, శివకుమార్, విజయ్ గోపాల్ రావు, పవన్ కుమార్, రాఘవేందర్ గౌడ్, జైపాల్ రెడ్డి, కృష్ణ, చెల్లారెడ్డి, అన్వరుద్దిన్, సీనియర్, జూనియర్ న్యాయ వాధులు, కోర్టు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

# సెంయిట్ ఆన్స్ పాఠశాలలో ఘనంగా క్రిస్మస్ వేడుకలు

మేడ్చల్ వాస్తవ తెలంగాణ:మేడ్చల్ మున్సిపల్ పరిధిలోని ఉమా నగర్ లో, సెయింట్ ఆన్స్ పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ సిస్టర్ లూర్థురత్న పాఠశాలలో ఘనంగా క్రిస్మస్ సంబరాలు నిర్వహించారు. ప్రిన్సిపల్ రత్న అందరికీ క్రిస్మస్ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా రెవరెన్స్ ఫాదర్ తిజో థామస్, రెవరెన్స్ సిస్టర్ ప్రభ, విచ్చేసి జ్యోతి ప్రార్థనతో కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు. ముఖ్యఅతిథిగా విచ్చేసిన రెవరెన్స్ ఫాదర్ తిజో థామస్ మాట్లాడుతూ క్రిస్మస్ పండుగను ఉద్దేశిస్తూ ప్రభువైన యేసు ప్రజలపై దయ, ప్రేమ, కరుణ, ఎలా చూపాడో అదే విధంగా మనం కూడా ప్రభువు చూపిన దారిని అనుసరించాలని అన్నారు. పాఠశాలలో సర్వమత విద్యార్థులు విద్యను అభ్యసించడం జరుగుతుందని అన్నారు. పాఠశాలలో ప్రతి పండగను విద్యార్థులతో కలిసి జరుపుకోవడం వాళ్ళ సంస్కృతిని గుర్తు చేసినట్టు అవుతుందని అన్నారు. అనంతరం విద్యార్థినీ, విద్యార్థులూ తమ నాటికలు, పాటలు, నృత్యాల ద్వారా విచ్చేసిన అతిథులను, ఉపాధ్యాయుని, ఉపాధ్యాయులని, తల్లిదండ్రులను , తదితరులను అలరించారు.

# తారా కళాశాలలో రామానుజన్ జయంతి

సదాశివపేట,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట తారా ప్రభుత్వ కళాశాల సంగారెడ్డిలో గణిత శాస్త్ర విభాగము ఆధ్వర్యంలో రామానుజన్ జయంతిని గణిత శాస్త్ర దినోత్సవం గా నిర్వహించడం జరిగిందని కళాశాల ప్రిన్సిపల్ డాక్టర్ కె ఎస్ రత్న ప్రసాద్ తెలిపినారు.భారతదేశంలో వివిధ రంగాలలో ప్రపంచ ప్రఖ్యాతిగాంచిన శాస్త్రవేత్తలు మేధావులు అనేక మంది ఉన్నారని అటువంటి వారిలో భారతదేశానికి కీర్తి ప్రతిష్టలు తెచ్చినటువంటి వ్యక్తులలో శ్రీ రామానుజం ఒకరిని తెలిపినారు.గణిత శాస్త్ర విభాగ అధిపతి డాక్టర్ కే సుజాత మాట్లాడుతూ శ్రీనివాస రామానుజన్ గణిత విశ్లేషణ సంఖ్య శాస్త్రం వంటి అంశాలలో విశేషమైన కృషి చేయడం జరిగిందని, కెంబ్రిడ్జి విశ్వవిద్యాలయ ఆచార్యులు జిహెచ్ ఆర్ డి రామానుజన్ గణిత విశ్లేషణకు ప్రభావితుడై అతడిని కేంబ్రిడ్జి విశ్వవిద్యాలయానికి ఆహ్వానించి రామానుజన్ ప్రతిపాదించిన సిద్ధాంతాలు చాలా ప్రత్యేకమైన వనీ పేర్కొనడం జరిగిందని, ఇది భారత ప్రజలుగా మనమందరము గర్వించదగిన విషయమని తెలిపినారు. అందుకే శ్రీనివాస రామానుజన్ జన్మదినాన్ని గణిత శాస్త్ర గా జరుపుకుంటున్నామని తెలిపినారు. ఈ కార్యక్రమంలో కళాశాల వైస్ ప్రిన్సిపల్ ఎస్ నిర్మల, అధ్యాపకులు డాక్టర్ కే శారద, డాక్టర్ సాల్మన్ రాజు, అనిల్ కుమార్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# సంగారెడ్డి విద్యుత్ స్తంభాన్ని ఎక్కి వ్యక్తి హల్చల్

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం...... సంగారెడ్డి పట్టణంలోని కరెంటు కార్యాలయం ముందు ఉన్న విద్యుత్ స్తంభాన్ని రాజంపేటకు చెందిన వెంకట్ శనివారం హల్చల్ చేశారు. ఆ యొక్క వ్యక్తి జగ్గారెడ్డి వస్తేనే తాను కిందికి దిగుతానని లేక పంపించారు. మాజీ ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి సంఘటన స్థలానికి వచ్చి విద్యుత్ స్తంభం దిగాలని కోరారు. విద్యుత్ స్తంభం వీణ వెంకటను పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకున్నారు. పోలీసులు అరెస్టు చేసిన తర్వాత ఆయన మాజీ ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి గారికి ఏం చెప్పాడో తెలియదు కానీ మొత్తానికి స్తంభానికి దిగి జగ్గారెడ్డి దగ్గరికి చేరుకున్నారు. చేరుకోగానే పోలీసు అధికారులు అవన్నీ అదులోకి తీసుకున్నారు. నీయొక్క డిమాండ్స్ ఏమిటి అని అడుగుతే ఆయన ఏమి చెప్పలేకపోయారు అతను మేము జగ్గారెడ్డి గారికే చెప్తానని మొండి పాటుపడడంతో ఆయనను అరెస్టు చేసి పోలీస్ స్టేషన్ కు తరలించారు.జగ్గారెడ్డి వచ్చాక మీ యొక్క కోరికలు తీరుస్తారు మీరు ఇక్కడే ఉండనని పోలీసులు చెప్పడంతో ఆయన మన సభను గురయ్యారు. విద్యుత్ స్తంభాన్ని ఎక్కి అల్చల్ చేయడం ఏమిటని అడిగితే వెంకట్ ఏమి సమాధానం చెప్పలేదని పోలీసు అధికారులు తెలిపారు. అంత చిక్కని ఈ ఘటన జగ్గారెడ్డి వచ్చిన తర్వాత గణాన స్థానాలకి విద్యుత్ స్తంభం దిగాలని కోరారు విద్యుత్ స్తంభం దిగిన వెంకన్న పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకొని విచారణ చేపట్టారు.

# సంగారెడ్డిలో ప్రభుత్వ పెన్షన్ల సంఘం నూతన భవనం ప్రారంభోత్సవం

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం....... సంగారెడ్డి జిల్లా కేంద్రం బైపాస్ రోడ్డులో నూతనంగా నిర్మించిన తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విశ్రాంత ఉద్యోగుల సంఘ భవనాన్ని శనివారం ప్రారంభించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఇండస్ట్రియల్ ఇన్స్ ఫ్రోక్టర్ డెవలప్మెంట్ చైర్మన్ తూర్పు నిర్మల జగ్గారెడ్డి రిబ్బన్ కట్ చేసి ప్రారంభించారు. అనంతరం భవన ప్రాంగణంలో మొక్కలు నాటారు. జాతీయ పెన్షనర్ల దినోత్సవం సందర్భంగా 80 సంవత్సరాలు నిండిన విశ్రాంత ఉద్యోగులను ఘనంగా సన్మానించారు. ఉద్యోగులు ఎక్కడ పెన్షన్ కు వెళ్లకుండా సంగారెడ్డి లోని ప్రభుత్వ పెన్షన్ భవనంలో తీసుకోవడం వారికి విశ్రాంతంగా ఉండే విధంగా సంఘ భవనమును ప్రారంభోత్సవం చేశామని నిర్మల జగ్గారెడ్డి తెలిపారు. ఇలాంటి అప్పుడు 70 నుంచి 60 నుంచి 80 సంవత్సరాలు వచ్చినటువంటి ఫ్రెండ్స్ దారులకు ఎలాంటి సమస్యలు లేకుండా ఉంటాయని ఆమె తెలిపారు. సంఘ భవనంలో మొక్కలు నాటి జాతీయ పరిశీలన దినోత్సవం సందర్భంగా పెన్షన్ దారులకు ఎప్పుడైనా అందుబాటులో ఉంటామని ఆమె ఇవ్వడంతో పెన్షన్ దారులందరూ సంతోషంగా వ్యక్తం చేశారు. సంగారెడ్డి లోనే పెన్షన్ వస్తుంటే ఇక హైదరాబాద్ పోయే పరిస్థితి ఉండదని వారు భీమా వ్యక్తం చేశారు. ఇలాంటి అప్పుడు ఇండస్ట్రియల్ డెవలప్మెంట్ కూడా బాగానే డెవలప్ అవుతుందని ఆమె తెలిపారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఇంతవరకు పెంచదారుల సంఘం లేకపోవడం విడ్డూరమని ఆమె తెలిపారు ఇప్పటినుంచి అందరికీ ఇండస్ట్రియల్ డెవలప్మెంట్ ఉంటుందని ఆమె భువన ప్రారంభోత్సవంలో తెలిపారు.

# అంబేద్కర్ను అవమానపరిచిన అమిత్ షా క్షమాపణ చెప్పాలి సంగారెడ్డి మాజీ ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం...... భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత డాక్టర్ బి. ఆర్ అంబేద్కర్ ను అవమానపరిచేలా మాట్లాడిన కేంద్రమంత్రి అమీషా క్షమాపణ చెప్పాలని మాజీ ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. సంగారెడ్డి జిల్లాలోని పాత బస్టాండ్ వద్ద శనివారం బహిరంగ సభ నిర్వహించారు. ఆయన మాట్లాడుతూ అంబేద్కర్ రాసిన రాజ్యాంగం వల్లే ప్రజలు సుఖ శాంతులతో ఉన్నారని తెలిపారు. కేంద్ర మంత్రి హెూం మంత్రి అయినటువంటి అమిత్ షామాపణ చెప్పేవరకు తమ ఆందోళన కొనసాగుతుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. సంగారెడ్డి ఐబి నుండి అంబేద్కర్ విగ్రహం వరకు పాదయాత్ర నిర్వహించి అంబేద్కర్ గురించి అమీషాకు ఏమి తెలుసని ఆయన విమర్శించారు. బాల్యం నుండి ఆయన చేసి ఉన్నటువంటి సేవలు మర్చిపోలేవని ప్రజలందరూ కోరుకునేలా రాజ్యాంగ నిర్మాత అయినటువంటి డాక్టర్ బి.ఆర్ అంబేద్కర్ నువ్వు అవమాన పరిచయాల మాట్లాడిన కేంద్ర మంత్రి అమీషా క్షమాపణ తప్పకుండా చెప్పాలని ఎమ్మెల్యే జగ్గారెడ్డి డిమాండ్ చేశారు. అంబేద్కర్ చేసినటువంటి త్యాగంలో ఒక్క పైసా కూడా చేయలేనటువంటి అమీషా మాట్లాడడం విడ్డూరకరమని ఆయన తెలిపారు. అమీషా మాట్లాడడం పైసలతో మాట్లాడడం రాదు నువ్వు చేసిన పనులు ఏంటి మీయొక్క పరిస్థితి ఏంటి నువ్వు కేంద్ర మంత్రివి ఎలా అయ్యావు హెూం మంత్రిని ఎలాగ అయ్యావు నీకున్న డబ్బు సంపాదన ఏమి పనికిరాదు ప్రజలు కోరుకుంటేనే తప్ప నువ్వు ఎమ్మెల్యే గావు ఎంపీపీ కావు మంత్రివి కావు ఇది సరిగ్గా ప్రజలు గమనిస్తున్నారు కాబట్టి నువ్వు తప్పకుండా క్షమాపణ చెప్పవలసింది అని ఆయన సంగారెడ్డిలో డిమాండ్ చేశారు. మోడీ ఉన్నారు నా పక్కన అంటే మోడీ రారు గిడి రారు ఎవరైనా వచ్చే టైం కి వస్తారు పోయే టైంకే పోతారు రాసిన గీతలు దాటడం రాజ్యాంగం వల్ల కాదు ప్రజలు సుఖసంతోషాలతో ఉన్నారని చెప్పడం మన ముఖ్య ధర్మం. ప్రజలకు మేలు చేస్తే నిన్ను ఎల్లకాలం అంబేద్కర్ డాక్టర్ భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత లా నిన్ను కూడా అభిమానిస్తారు కానీ నువ్వు ఏం పని చేశావు అంబేద్కర్ చేసిన దాంట్లో ఒక పైసా కూడా పని చేయలేవు కాబట్టి నిన్ను ఎవరు అభిమానించరు అలాంటి అప్పుడు నువ్వు అంబేద్కర్ పై మాట్లాడిన మాటలు వెనక్కి తీసుకొని క్షమాపణ చెప్పితే తప్ప ఈ యొక్క పోరాటం ఆగదని జగ్గారెడ్డి కఠినమైన నిర్ణయంతో డిమాండ్ చేశారు. రోడ్లు లేని ఊర్లకు రోడ్లు వేయించి చదువు లేని ఊర్లో చదువు చదివించి అలాంటప్పుడు ఆయనకు నువ్వు అవమానపరచడం చట్టరిత రాజ్యాంగ విరుద్ధమని ఆయన తెలిపారు.

# ఆరుర్ గ్రామంలో శ్రీ కాలభైరవ భగవాన్

సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట మండలం ఆరూరు గ్రామంలో కాలభైరవ స్వామి షష్టమ వార్షికోత్సవ పూజ కార్యక్రమం ఉంటుంది కావున భక్త మహాశయులు ఇట్టి పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొని తీర్థ ప్రసాదాలు తీసుకొని పునీతులు కాగలరని కోరుచున్నాము ఎన్ని కష్టములు ఉన్నా కూడా ఈ సంహార కాలభైరవుడు ఒక్క కూష్మాండ దీపం వెలిగిస్తే మీ కష్టాలన్నీ తొలగిపోతాయి మీరు అనుకున్న కోరికలు నెరవేరి సుఖసంతోషాలు భోగభాగ్యాలు ఇస్తాడు అనడంలో సందేహం లేదు కావున ప్రతి ఒక్కరు పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొనగలరని కోరుచున్నాము పాల్గొనే భక్తులు ముందుగానే ఆలయ అర్చకులు సంతోష్ కుమార్ స్వామి పాల్గొన్నారు.

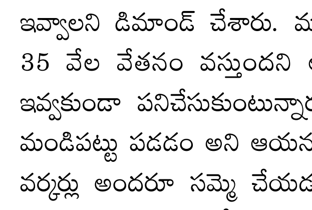
# మెట్రో ఎండీ న్ వి స్ రెడ్డి వారిని బేగంపేట్ లోని వారి కార్యాలయంలో కలవడం జరిగింది

మేడ్చల్,వాస్తవ తెలంగాణ:మేడ్చల్ హైదరాబాద్ మెట్రో ఎండీ న్ వి స్ రెడ్డి వారిని హైదరాబాద్ బేగంపేట్ లోని వారి కార్యాలయంలో కలవడం జరిగింది.సికింద్రాబాద్ ప్యారడైస్ నుంచి మేడ్చల్ వరకు మెట్రోను రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిపాదించిన రెండో ఫేస్ లో చేర్చాలని విజ్ఞప్తి చేయడం జరిగింది.మేడ్చల్ ప్రాంతం ఉత్తర తెలంగాణ ముఖద్వారం 70% శాతం తెలంగాణ ప్రజలకు భూభాగానికి నివాస ప్రాంతమైన బోయినపల్లి నుంచి మేడ్చల్ పరిసర ప్రాంతాల్లో విద్యా ఉపాధి కోసం టాప్ 20 నుండి 30 లక్షల వరకు ప్రజలు నివసిస్తున్నారు నివసిస్తున్నారు.కొత్తగా మేడ్చల్ ఒర్ ర్ కండ్ల కోయలో లో ఐటీ పార్క్ కూడా నిర్మాణం అవుతుంది.అనేక విద్యా వ్యాపార వాణిజ్య వేర్ హౌస్ సంస్థలు చెరువుగంగ అభివృద్ధి చెందుతున్నాయి. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మరియు హైదరాబాద్ మెట్రో ఎండి ప్రయత్నం చేయాలని ఈ సందర్భంగా కోరాము.ప్యారడైస్ నుండి మేడ్చల్ మెట్రో రైల్ నిర్మాణాన్ని రెండో ఫేస్ లో చేర్చాలని ఎండి గారిని కోరడం జరిగింది.మెట్రో రైల్ ఎండి కూడా సానుకూలంగా స్పందించారు.

# ఆశ వర్కర్ల సమస్యలు పట్టించుకోని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ఈ మాణిక్యం..... సంగారెడ్డి ఆశ వర్కర్ల సమస్యలను ప్రభుత్వం పట్టించుకోవడంలేదని సిఐటియు రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు చుక్క రామారావు విమర్శించారు. ఆశ వర్కర్ల యాత్ర శనివారం సంగారెడ్డి పట్టణానికి చేరింది శ్రద్ధ పాఠశాల మైదానంలో నిర్వహించిన బహిరంగ సభలో చుక్కారాములు మాట్లాడారు. ఆశ వర్కర్లకు నెలకు రూపాయలు 26000 వేతనం ఇవ్వాలని డిమాండ్ చేశారు. మామూలుగా కూలీ చేసేవారికి 30 35 వేల వేతనం వస్తుందని ఆశ వర్కర్లకు ఏమాత్రం వేతనం ఇవ్వకుండా పనిచేసుకుంటున్నారని ప్రభుత్వం ఇలాంటి ప్రభుత్వం మండిపట్టు పడడం అని ఆయన తెలిపారు. ఇలాంటి అప్పుడు ఆశ వర్కర్లు అందరూ సమ్మె చేయడం సరియైన కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వానికి తెలియజేయడం మంచిదే అని ఆయన తెలిపారు. ఇకనైనా ఆశ వర్కర్లను పట్టించుకోని వారి యొక్క వేదనం పెంచి వారికి సరిపోయే వేదనము అందియాలని ఆయన డిమాండ్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షుడు వీరయ్య. ఆశ వర్కర్ల సంఘం రాష్ట్ర అధ్యక్షులు జయలక్ష్మి పాల్గొన్నారు.

# గవర్నర్ పర్యటన ఏర్పాట్ల పరిశీలన



వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెదక్ ప్రతినిధి (ఆంజనేయులు):నేడు గవర్నర్ జీష్ణు దేవ్ వర్మ కూల్చారం మండల కేంద్రంలో ఉన్న తెలంగాణ సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల కళాశాలలో విద్యార్థులతో మాట్లాడనున్నారు. గవర్నర్ పర్యటన ఏర్పాట్లను జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ మాట్లాడుతూ గవర్నర్ పర్యటన దృశ్య విద్యాలయం లో అన్ని ఏర్పాట్లు చేయాలని అధికారులకు ఆదేశాలు ఇచ్చారు. విద్యాలయంలో వంట గది, భోజనశాల, గ్రంథాలయం , డయస్ లను పరిశీలించారు.ఈ కార్యక్రమం లో అదికారులు , సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## సంగారెడ్డి రాష్ట్రస్థాయి క్రీడా పోటీల కుల కళాశాల విద్యార్థుల ఎంపిక

సంగారెడ్డి వాసు తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి మాణిక్యం..%౹ా%సంగారెడ్డి జిల్లాలో అంబేద్కర్ మైదానంలో నాలుగు రోజులపాటు నిర్వహించిన వివిధ క్రీడల ప్రతిభ చూపిన లా గిరిజన కళాశాల విద్యార్థులు రాష్ట్రస్థాయి క్రీడ పోటీలకు ఎంపికయ్యారు. కళాశాల ప్రిన్సిపల్ నిరీక్షణ రావు శనివారం ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. 14 మంది క్రీడాకారులు ఈనెల 27 నుంచి జనవరి 2వ తేదీ వరకు జరిగే రాష్ట్ర క్రీడస్థాయి పోటీలకు పాల్గొంటారని ఆయన తెలిపారు. నైపుణ్యం పట్టుదల ఉంటే ఏ క్రీడల్లో అయినా విద్యార్థులు ప్రతిభా చార్తారని ఆయన తెలిపారు. గిరిజన విద్యార్థులు కళాశాల విద్యార్థులు రాష్ట్రస్థాయి క్రీడ పోటీలకు ఎంపిక అవడం ప్రిన్సిపల్ వారిని అభినందించారు. క్రీడాకారులు గట్టి పడదలతో ఆడడం వలన రాష్ట్రస్థాయికి క్రీడ పోటీలకు ఎంపిక అయ్యారని ఆయన తెలిపారు. విద్యలోనైనా క్రీడల్లోనైనా ఈ ఆటలో అయినా ఏ చదువులు అయినా పట్టుదలతో పోటీపడి సాధిస్తే అన్ని సాధించగలమని ప్రిన్సిపాల్ తెలిపారు. రెండవ తేదీ వరకు జరిగే రాష్ట్ర పోటీల్లో పాల్గొంటారని ఆయన తెలిపారు.

## మెదక్ కు గవర్నర్ సీఎం రాక..

వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెదక్ ప్రతినిధి (ఆంజనేయులు):గవర్నర్ జిష్ణు దేవ్ వర్మ, ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి మెదక్ జిల్లా పర్యటన నేపథ్యంలో జిల్లా ఎస్.పి. డి.ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి మరియు జిల్లా అదనపు కలెక్టర్ నగేష్ బందోబస్త్ ఏర్పాట్లను పరిశీలించారు. కొల్చారం గ్రామం లోని తెలంగాణ సాంఘిక సంక్షేమ గురుకుల పాఠశాల మరియు ఎడపాయాల, సుప్రసిద్ధ మెదక్ చర్చ్ లను, గవర్నర్, సీఎం గార్ల పర్యటన రూట్ మ్యాప్ ను పరిశీలించారు. పర్యటనకు సంబంధించిన ఏర్పాట్లపై అధికారులతో చర్చించారు. గవర్నర్, సీఎం రాక మొదలుకుని హైదరాబాద్ బయలుదేరే వరకూ షెడ్యూల్ ప్రకారం పర్యటన సాగేలా ఏర్పాట్లను గురించి చర్చించారు.ఈ కార్యక్రమం లో మెదక్ డిఎస్పి ప్రసన్న కుమార్ మెదక్ రూరల్ సిఐ రాజశేఖర్ రెడ్డి .మెదక్ పట్టణ సిఐ నాగరాజు .ఎస్ఐ అమర్ కొల్చారం ఎస్ఐ గౌస్ , పాపన్నపేట్ ఎస్ఐ శ్రీనివాస్ గౌడ్ ఇతర శాఖల అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## అధికారుల సమన్వయంతో ఉపరాష్ట్రపతి పర్యటన విజయవంతం చేయాలి

-సి ఎస్.శాంతి కుమారి

వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెదక్ ప్రతినిధి( ఆంజనేయులు):ఈనెల 25వ తేదీన కౌడిపల్లి మండలం తునికి లో గల కృషి విజ్ఞాన కేంద్రంలో జరిగే కార్యక్రమానికి గౌరవ ఉపరాష్ట్రపతి హాజరుకానున్నారని పర్యటన కోసం అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి విజయవంత%శీ% చేయాలని సిఎస్ శాంతి కుమారి జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్,జిల్లా ఎస్పీ ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి,వివిధ శాఖల అధికారులకు తెలిపారు.శనివారం హైదరాబాద్ కార్యాలయం నుంచి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ లో జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ జిల్లా ఎస్పీ ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి తో మాట్లాడారు.ఈ సందర్భంగా సిఎస్ శాంతి కుమారి మాట్లాడుతూ ఉపరాష్ట్రపతి పర్యటన లో ఏలాంటి లోటుపాట్లు లేకుండా అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేసి విజయవంతం చేయాలన్నారు.ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ రాహుల్ రాజ్ మాట్లాడుతూ ఉపరాష్ట్రపతి పర్యటన మధ్యాహ్నం 2:15 నుంచి 4:15 వరకు రెండు గంటల పాటు మెదక్ జిల్లాలో ఉంటుందని, ఈ కార్యక్రమానికి పోలీసు, వైద్య ,ఆర్ అండ్ బి, ఇతర శాఖ ల సమన్వయంతో పని పనిచేస్తామన్నారు.ట్రాఫిక్ నియంత్రణ చేసి, పకడ్బందీగా బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని,డయాస్ ను అలంకరిస్తామన్నమని, కృషి విజ్ఞాన కేంద్రంలో ఉపరాష్ట్రపతి ఆర్గానిక్ వ్యవసాయంపై ఏర్పాటు చేసిన స్టాళ్లను పరిశీలిస్తారని, ఆర్గానిక్ వ్యవసాయం చేస్తున్న రైతులతో నేరుగా మాట్లాడతారని, అత్యవసర వైద్య సిబ్బందిని అందుబాటులో ఉంచుతున్నామని కలెక్టర్ సి స్ శాంతి కుమార్ కు వివరించారు.జిల్లా ఎస్ ,పి ఉదయ్ కుమార్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ఉపరాష్ట్రపతి పర్యటనకు పటిష్టమైన భారీ బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తున్నామని సీ స్ కు వివరించారు.ఈ కార్యక్రమంలో అదనపు కలెక్టర్ నగేష్, జిల్లా అధికారులు సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాలలో రామానుజన్ జయంతి వేడుకలు

వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ మెదక్ ప్రతినిధి (ఆంజనేయులు):ప్రపంచ ప్రఖ్యాతిగాంచిన గణిత శాస్త్రవేత్త శ్రీనివాస రామానుజన్ జయంతి వేడుకలు శనివారం కళాశాలలో నిర్వహించినట్లు ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ హుస్సేన్ తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రిన్సిపల్ మాట్లాడుతూ మన దేశ చరిత్రను అంతర్జాతీయ స్థాయిలో మహోన్నత స్థాయిలో నిలిపిన శ్రీనివాస రామానుజన్ కు నివాళు లు అర్పిస్తూ విద్యార్థులు ఆయనను స్ఫూర్తిగా తీసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్న గణిత శాస్త్ర స్కూల్ అసిస్టెంట్ శ్రీమతి హేమలత మాట్లాడుతూ శ్రీనివాస రామానుజన్ గణితంలో అనాలిసిస్, నంబర్ థియరీ, ఇన్ఫినిటిక్ సీరిస్, కంటిన్యూడ్ ఫ్రాక్షన్స్ మొదలైన అంశాలలో చేసిన కృషిని, పరిశోధనలను వివరించారు.శ్రీనివాస రామానుజన్ బాల్యము నుండి పడిన కృషిని విద్యార్థులకు వివరించారు.విద్యార్థుల సందేహాలను నివృత్తి చేసారు.గణిత శాస్త్ర శాఖాధిపతి వెంకటేశ్వర్లు మాట్లాడుతూ గణిత శాస్త్రం కేవలం మ్యాథ్స్ విద్యార్థులకే కాకుండా అన్ని గ్రూప్ విద్యార్థులకు చెందినదని అన్నారు. గణిత శాస్త్రం అధ్యయనం చేయడం వలన విద్యార్థులకు విశ్లేషణాత్మక జ్ఞానం పెరుగుతుందని ప్రోత్సహించారు.ఈ కార్యక్రమంలో ఐ క్యు ఏ సి సమన్వయకర్త డాక్టర్ తిరుమల రెడ్డి, డాక్టర్ నాగేందర్,డాక్టర్ శ్రీలత, డాక్టర్ పశుపతి శర్మ,డాక్టర్ రాజు,మురళి,మరియు విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.ఈ సందర్భంగా నిర్వహించిన క్విజ్ పోటీ విజేతలకు ప్రిన్సిపాల్ డాక్టర్ హుస్సేన్ బహుమతులు అందజేశారు.

## ఆర్ కృష్ణయ్య ని సన్మానించిన కాంటెస్టెంట్ ఎమ్మెల్యే,ఎంపీ న్యాయవాది కోవూరి సత్యనారాయణ

సదాశివపేట వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:సంగారెడ్డి జిల్లా సదాశివపేట పట్టణం హైదరాబాద్, రాజ్యసభ సభ్యుడు ఆర్ కృష్ణయ్య కార్యాలయంలో జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం ఆధ్వర్యంలో ఆర్ కృష్ణయ్య జాతీయ కన్వీనర్ గుజ్జా కృష్ణ శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించిన కాంటెస్టెంట్ ఎమ్మెల్యే,ఎంపీ న్యాయవాది కోవూరి సత్యనారాయణ గౌడ్ మాట్లాడుతూ ఆర్ కృష్ణయ్య గారి ఉద్యమ బాటను స్ఫూర్తిగా తీసుకొని ప్రజాస్వామాన్ని కాపాడడంలో విద్యా సంఘాల నేతలు, కుల సంఘాల నేతలు, మహిళా సంఘాల నాయకురాలు, బీసీ సంఘాల నాయకులు అందరూ కలిసికట్టుగా ఏకతాటిపై నడుస్తూ ప్రజా హక్కులను కాపాడుతూ ఉద్యమాలను విజయవంతం చేయాలని ప్రజాస్వామ్యాన్ని కాపాడాలని అందరికీ పేరుపేరునా తెలియజేశారు. ఈ యొక్క సమావేశంలో జాతీయ బీసీ సంక్షేమ సంఘం నాయకులు నందగోపాల్ గారు, రామకృష్ణ, ఉదయ్ కుమార్ నేత, భూపేష్ సాగర్, నీలం వెంకటేష్, రవి, అంజి మరియు అధిక సంఖ్యలో వివిధ జిల్లాల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

## నేటి నుంచి గురుకుల పాఠశాలలో దరఖాస్తుల స్వీకరణ ప్రారంభం

మేడ్చల్ వాస్తవ తెలంగాణ:ఎస్సీ ఎస్టీ, బిసి జనరల్ విద్యార్థులకు ఐదో తరగతిలో ప్రవేశం కోసం నిర్వహించే పరీక్షకు నేటి నుంచి వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి వరకు ఆన్లైన్లో రూ. 100 దరఖాస్తు చేసుకోవాలని కిష్టాపూర్ మేడ్చల్ సాంఘిక సంక్షేమ బాలికల గురుకుల పాఠశాల ప్రిన్సిపల్ జి. లలిత ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు సాంఘిక గిరిజన గురుకులాల తో పాటు మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే గురుకుల పాఠశాలలో ప్రవేశం కోసం ప్రస్తుతం నాలుగో తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులు దరఖాస్తు చేసుకోవాలని తెలిపారు యూనిట్గా చేసుకుని ప్రవేశాలు ఉంటాయని వచ్చే ఏడాది ఫిబ్రవరి 23న ప్రవేశ పరీక్ష ఉంటుందని ప్రిన్సిపల్ లలిత తెలిపారు తెలంగాణ ప్రభుత్వం బడుగు బలహీన వర్గాల విద్యార్థిని విద్యార్థులకు ఇంగ్లీష్ మీడియంలో కార్పొరేట్ స్థాయిలో నాణ్యమైన విద్యను అందిస్తూనే విద్యార్థుల అభ్యున్నతి అభ్యున్నతి కోసం ప్రభుత్వం విద్యార్థుల మెనూలో పోషక పదార్థాలను మెరుగ్గా కాస్మోటిక్ చార్జీలు పెంచారు ఇటువంటి సదా అవకాశాన్ని పేద విద్యార్థులు వినియోగించుకోవాలని తద్వారా వారి భవిష్యత్తులో ఉన్నత శిఖరాలను ఎదగడానికి రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలు ఎంతో ఉపయోగపడుతున్నాయని తెలిపారు కాబట్టి పేద విద్యార్థులందరూ కూడా రెసిడెన్షియల్ పాఠశాలలో అడ్మిషన్ పొందగలరని మనవి చేస్తున్నాను దరఖాస్తు చేసుకునే వారు గవర్నమెంట్ డాట్ ఇన్ వెబ్సైట్లో దరఖాస్తు చేసుకోగలరు.

## కేంద్ర హెూం మంత్రి అమీషాను పదవి నుండి తొలగించేంతవరకు పోరాటం

సంగారెడ్డి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్ ప్రతినిధి టీ మాణిక్యం...... సంగారెడ్డిలో జరిగినటువంటి సామాజిక ప్రయాణ సంఘాల ఆధ్వర్యంలో సంగారెడ్డి లోని అంబేద్కర్ స్టడీ సర్కిల్లో అంబేద్కర్ స్టడీ సర్కిల్ డైరెక్టర్ న్యాయవాది రామారావు అధ్యక్షుడు తన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం నిర్వహించడం జరిగినది. ఈ సందర్భంగా వక్తలు మాట్లాడుతూ భారత రాజ్యాంగంపై ప్రమాణం చేసి దేశ హెూం శాఖ మంత్రిగా పనిచేస్తున్న అమీషా భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత అయినటువంటి అంబేద్కర్ పై మాట్లాడడం విడోరకరమని వారు తెలిపారు. ఆయన రాసిన రాజ్యాంగం వల్లనే పైకి వచ్చినటువంటి అమీషా ఆయనపై మాట్లాడడం విడ్డూరకర్మని వారు తెలిపారు రాజ్యాంగ నిర్మాత రాజ్యాంగం రాయకపోతే ఈయన . కేంద్ర హెూం శాఖ మంత్రి ఎలా అవుతారని ఆయన ఇష్టానుసారం మాట్లాడడం ఏమిటని వారు మండిపడ్డారు. ఇలాంటి అప్పుడు ఈ సందర్భంలోనైనా భారత రాజ్యాంగంపై ఎవరు మాట్లాడని విధంగా మాట్లాడిన కేంద్ర హెూం మంత్రి అమీషా పదవి నుండి తొలగించే వరకు మేము పోరాడుతామని ఆయన పార్లమెంటు సభ్యత్వం రద్దు చేయాలని సామాజిక ప్రజా సంఘాల ఆధ్వర్యంలో తెలిపారు. ప్రతి ఒక్క విద్యార్థి ప్రతి ఒక ప్రజలు ప్రతి ఒక్క మనిషి మాట్లాడే విధానం రాజ్యాంగంలోని అంశమేనని వారు తెలిపారు రాజ్యాంగ నిర్మాతను అవమానపరచడం కేంద్ర హెూం మంత్రిగా ఉన్నటువంటి అమీషా ఏం మాట్లాడారు ఏమి చెప్పారు అనేది ఇప్పటివరకు తెలవకుండా ఉండకపోవడం సెర్చ్నియా అంశంగా మారిందని వారు తెలిపారు. డబ్బులతో సీట్లు కొండంత మాత్రాన డబ్బులతో భారత రాజ్యాంగాన్ని కొనలేమని వారు తెలిపారు సంగారెడ్డిలో సామాజిక ప్రజా సంఘాల ఆధ్వర్యంలో అంబేద్కర్ స్టడీ సర్కిల్లో నిర్వహించిన రౌండ్ టేబుల్ సమావేశం ఆయనపై తీవ్రంగా మండిపడ్డారు. ఎట్టి పరిస్థితుల్లో కేంద్ర హెూం మంత్రి అమీషా పదవి నుండి తొలగించే వరకు పోరాడుతామని వారు ప్రతిజ్ఞ చేశారు.

## బిఆర్ఎస్ పార్టీలో చేరిన కుందుగారి రామ్ రెడ్డి

-కండువా కప్పి ఆహ్వానించిన రాష్ట్ర నాయకులు చిమ్ముల గోవర్ధన్ రెడ్డి

గుమ్మడిదల,వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:గుమ్మడిదల కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు కుందుగారి రామ్ రెడ్డి నేడు ఆ పార్టీకి రాజీనామా చేశారు. అనంతరం బీఆర్ఎస్ పార్టీ లో చేరారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర నాయకులు గోవర్ధన్ రెడ్డి ఆయనకు కండువా కప్పి పార్టీలోకి ఆహ్వానించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీనియర్ నాయకులు దేవేందర్ రెడ్డి, గ్రామ కమిటీ అధ్యక్షులు దాసరి ఆంజనేయులు యాదవ్, నాయకులు శ్రీనివాస్ రెడ్డి, చిరుమని శ్రీనివాస్, కవ్వం మల్లారెడ్డి, నల్ల రాజు గౌడ్, నల్ల రవి గౌడ్, యాదగిరి పెంటయ్య పార్టీ నాయకులు కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## పారదర్శకంగా ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సర్వే: శంకర్‌పల్లి మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్

శంకర్పల్లి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:ఇందిరమ్మ ఇండ్ల సర్వే పారదర్శకంగా నిర్వహించాలని శంకర్‌పల్లి మున్సిపల్ కమిషనర్ శ్రీనివాస్ పేర్కొన్నారు. పట్టణ పరిధి 2,15 వార్డులలో కొనసాగుతున్న ఇందిరమ్మ ఇళ్ల సర్వే ప్రక్రియను శనివారం క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. కమిషనర్ మాట్లాడుతూ సర్వేయర్లు ఇంటింటికీ తిరుగుతూ ఇందిరమ్మ ఇళ్ల పథకం కోసం ప్రజాపాలనలో దరఖాస్తులు చేసుకున్న అర్జీదారుల వివరాలను సేకరిస్తున్నారని తెలిపారు. ప్రభుత్వ మార్గదర్శకాలను పాటిస్తూ, పొరపా ట్లకు తావులేకుండా దరఖాస్తుదారుల వివరాలను ఆన్లైన్ మొబైల్ యాప్ లో జాగ్రత్తగా నమోదు చేయాలని సిబ్బందికి సూచించారు. ఈ నెలాఖరులోగా ప్రణాళికాబద్ధంగా సర్వే పూర్తి చేయాలని అన్నారు. అర్హత కలిగిన కుటుంబాలకు ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత క్రమంలో నిరంతర ప్రక్రియగా ఇందిరమ్మ ఇళ్లను మంజూరు చేయ నుందన్నారు. మున్సిపల్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

## లిటిల్ స్టార్ హై స్కూల్ లో ఘనంగా జాతీయ మ్యాథ్స్ డే వేడుకలు

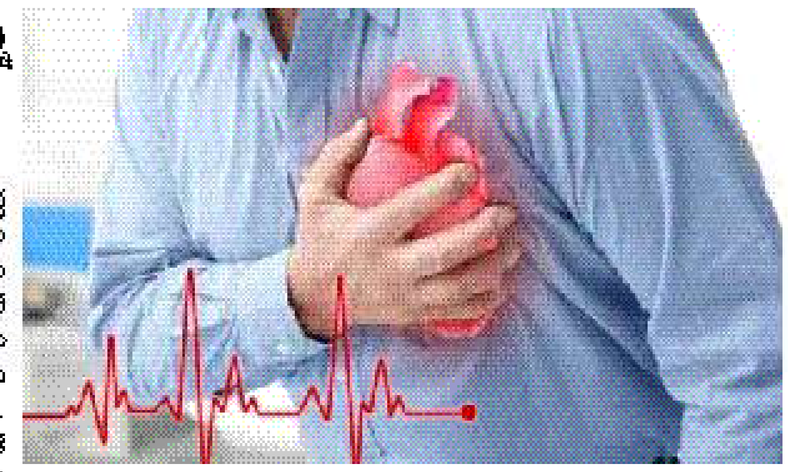
శంకర్పల్లి వాస్తవ తెలంగాణ న్యూస్:శంకర్‌పల్లి మున్సిపల్ పరిధిలోని లిటిల్ స్టార్స్ హై స్కూల్ లో జాతీయ మ్యాథ్స్ డే వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. ఈ సందర్భంగా ఎస్సై తుకారాం హాజరై మాట్లాడుతూ ఉద్దండులే పరిష్కరించలేని గణిత సమస్యలను తన అపార మేధా సంపత్తితో చిటికెలోనే పరిష్కరించి వారి నుంచి ప్రశంసలుందుకున్నారు శ్రీనివాస్ రామానుజన్ అని కొనియాడారు. కరస్పాండెంట్ సంజీత్ కుమార్ మాట్లాడుతూ అందుకే ఆయన పుట్టిన రోజును జాతీయ గణిత దినోత్సవంగా జరుపుకుంటున్నాం అని తెలియజేశారు. నిరుపేద కుటుంబంలో జన్మించిన రామానుజన్ గణితంపై ఎక్కువ శ్రద్ధ పెట్టడంతో ఎఫ్ఏ పరీక్షల్లో తప్పారు. తన మేధతో క్లిష్టమైన గణిత సూత్రాలను అవలీలగా చేసి ప్రపంచవ్యాప్తంగా గుర్తింపు దక్కించుకున్నారు. రామానుజన్‌లోని ప్రతిభను బయటకు తీసింది మాత్రం జీఎస్ కార్ రచించిన గణిత పుస్తకం. సర్వశాస్త్రాలకు తల్లివంటిది గణితం, అటువంటి గణితశాస్త్రానికి పుట్టిల్లు భారతదేశము. మిగిలిన ప్రపంచములో విజ్ఞానశాస్త్రము ఉదయించకముందే ఇక్కడ మహాపురుషులు ఖగోళశాస్త్రాన్ని అత్యున్నత స్థాయికి తీసుకు వెళ్ళారు. కాల గమనము, గ్రహణాల అంచనాలు, పంచాంగ నిర్మాణము వంటివన్నీ వారి ప్రతిభకు నిదర్శనము. అంకెలు కనుగొన్నది, గణితంలో కీలకమైన సున్నాని కనుగొన్నది భారతీయులే అని, భారతీయుల గణిత వేత్తల ఘనతను పిల్లలకు గుర్తు చేశారు. అనంతరం మాథ్స్ ఉపాధ్యాయులకు సన్మానం చేశారు. కార్యక్రమంలో కరస్పాండెంట్ సంజిత్ కుమార్ గారు, ప్రిన్సిపాల్ స్వర్ణలత, ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

# బొప్పాయి గింజలు తినడం ప్రయోజనమా?

బొప్పాయి పండు వల్ల ఎన్నో రకాల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. ముఖ్యంగా ఇందులో శరీరానికి కావలసిన విటమిన్ లు కూడా అందుతాయి. అందుకే వైద్యులు వీటిని తరుచుగా తీసుకోమని చెబుతూ ఉంటారు. ఇకపోతే మామూలుగా మనం బొప్పాయి కాయి కోసినప్పుడు అందులో విత్తనాలు రావడం అన్నది సహజం. ఈ విత్తనాలను పారేసి పండ్లు మాత్రమే తింటూ ఉంటాం. మీకు తెలుసా ఈ బొప్పాయి పండు విత్తనాల వల్ల కూడా ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు ఉన్నాయి అంటున్నారు. మరి బొప్పాయి విత్తనాల వల్ల ఎలాంటి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం. బొప్పాయి గింజల్లో జీర్ణక్రియకు సహాయపడే పాపైన్ అనే ఎంజైమ్ ఉంటుంది. ఇది ఆరోగ్యకరమైన జీర్ణక్రియకు ఎంతో బాగా సహాయపడుతుంది. ఉబ్బరం, మలబద్ధకం, అజీర్ణం వంటి జీర్ణ సమస్యలను నివారించడానికి మీరు భోజనం తర్వాత ఒక టీ స్పూన్ తాజా బొప్పాయి గింజలను తీసుకోవచ్చుట. అలాగే బొప్పాయి విత్తనాలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి శరీరం నుండి విషాన్ని తొలగించడానికి, కాలేయ పనితీరుకు తోడ్పడతాయని చెబుతున్నారు. బొప్పాయి గింజల్లో ఉండే సమ్మేళనాలు కాలేయాన్ని నిర్విషీకరణ చేయడంలో సహాయపడతాయి. ఒక టేబుల్ స్పూన్ బొప్పాయి గింజలను గ్రైండ్ చేసి, వాటిని ఒక గ్లాసు రసం లేదా నీటిలో కలపాలని చెబుతున్నారు. కాలేయ ఆరోగ్యానికి తోడ్పడటానికి ఈ మిశ్రమాన్ని కొన్ని వారాల పాటు రోజుకు ఒకసారి తీసుకోవాలట. అదేవిధంగా బొప్పాయి గింజల్లో ఫ్లేవనాయిడ్లు , ఫినాలిక్ సమ్మేళనాలు ఉండటం వల్ల వాపు తగ్గుతుంది. ఆర్థరైటిస్ వంటి ఇన్ఫ్లమేటరీ పరిస్థితుల నుండి ఉపశమనం లభిస్తుంది. బొప్పాయి గింజల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు , యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ కాంపౌండ్స్ పుష్కలంగా ఉన్నాయి. మీరు సలాడ్లు, స్మూతీలు లేదా పెరుగుపై పిండిచేసిన విత్తనాలను చల్లుకోవచ్చుట.వాటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్ , యాంటీ ఇన్ఫ్లమేటరీ లక్షణాల నుండి సర్దుబాటు , ప్రయోజనం పొందవచ్చని చెబుతున్నారు. బొప్పాయి గింజలు విటమిన్ సి తో నిండి ఉన్నాయి.

# ఈ పానీయాలు స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని ఎందుకు పెంచుతాయి.?

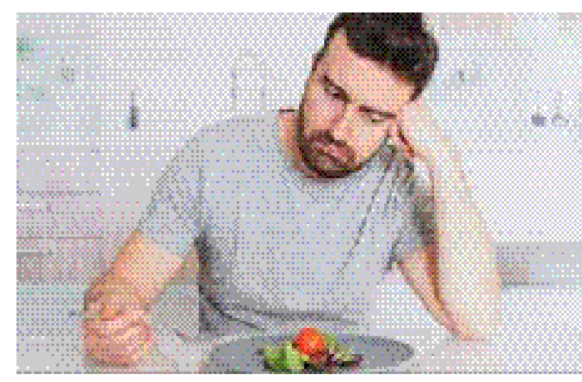
గుండె ఆరోగ్యం విషయానికి వస్తే మనం తినే, త్రాగే వాటిపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ పెట్టడం ముఖ్యం. కార్బోనేటేడ్ డ్రింక్స్, కృత్రిమ పండ్ల రసాలను తీసుకోవడం వల్ల మన శరీరంలో స్ట్రోక్ రిస్క్ పెరుగుతుందని మీకు తెలుసా? దీనితో పాటు, ఒక వ్యక్తి ప్రతిరోజూ నాలుగు కప్పుల కంటే ఎక్కువ కాఫీ తాగితే, అది స్ట్రోక్కు దారితీస్తుందని మరో అధ్యయనం షాకింగ్గా వెల్లడించింది. రోజుకు నాలుగు కప్పుల కంటే ఎక్కువ కాఫీ తాగితే స్ట్రోక్ ముప్పు చాలా రెట్లు పెరుగుతుందని ఈ పరిశోధన వెల్లడించింది. అందరూ శీతల పానీయాలు తాగేందుకు ఇష్టపడుతున్నారు. అయితే ఇది ఆరోగ్యానికి కూడా హానికరం. అయితే ఇవి ఏ విధంగా ప్రమాదకరం? మనల్ని మనం రక్షించుకోవడానికి ఎలాంటి పద్ధతులు పాటించాలో తెలుసుకోండి. మెక్మాస్టర్ యూనివర్శిటీ కెనడా , యూనివర్సిటీ ఆఫ్ గాల్వే కాఫీ లేదా ఇతర చక్కెర పానీయాలపై పరిశోధనలు చేశాయి. దీని ప్రకారం, కార్బోనేటేడ్ పానీయాలు లేదా కృత్రిమ పండ్ల రసాలను తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల స్ట్రోక్ ముప్పు 37 శాతం పెరుగుతుంది. మరొక



అధ్యయనం ప్రకారం, చక్కెరతో చేసిన కార్బోనేటేడ్ పానీయాలు స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని 22 శాతం పెంచుతాయి. ఈ పరిశోధన జర్నల్ ఆఫ్ స్ట్రోక్ , ఇంటర్నేషనల్ జర్నల్ ఆఫ్ స్ట్రోక్లో ప్రచురించబడింది. ఈ ప్రాజెక్టులో 27 దేశాల నుంచి 27 వేల మంది పాల్గొన్నారు. వారిలో 13,500 మందికి మొదటిసారిగా స్ట్రోక్ వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. కాబట్టి స్ట్రోక్ ప్రమాదాన్ని పెంచే ఈ పానీయాల గురించి ఏమిటి? ఇది ఆరోగ్యానికి ఎందుకు హానికరం? నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.

# భోజనం మానేస్తే బరువు తగ్గుతారా..!

మనలో చాలామంది అధిక బరువు సమస్యతో ఇబ్బంది పడుతున్న విషయం తెలిసిందే. ఇక బరువు తగ్గడం కోసం ఎన్నెన్నో ప్రయత్నాలు చేస్తూ ఉంటారు. డైట్లు పాటించడం, ఆహారం తినడం మానేయడం, ఎక్సర్సైజులు చేయడం జిమ్ కి వెళ్లడం లాంటివి చేస్తూ ఉంటారు. కొన్ని కొన్ని సార్లు ఎన్ని ప్రయత్నాలు చేసినా కూడా బరువు మాత్రం తగ్గరు. అయితే కొంతమంది భోజనం తినడం మానేస్తే బరువు తగ్గుతారని తినడం మానేయడం లేదంటే తక్కువగా తినడం లాంటివి చేస్తూ ఉంటారు. కానీ అలా అసలు చేయకూడదని చెబుతున్నారు. ఎందుకంటే మనం అన్ని విధాలా ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే మన



శరీరానికి పోషకాహారం చాలా చాలా అవసరం. మంచి పోషకాలు ఉన్న సమతుల్య ఆహారాన్ని తింటే మన శరీరానికి అవసరమైన పోషకాలు అందుతాయని చెబుతున్నారు. మనం ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి వివిధ రకాల పండ్లను, ధాన్యాలను, సన్నని ప్రోటీన్స్, తక్కువ కొవ్వు పాల ఉత్పత్తులు, ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులను మన రోజువారీ ఆహారంలో చేర్చాలి. ఆరోగ్యంగా ఉండటానికి ప్రాసెస్ చేసిన, చక్కెర ఆహారాలు, మందును తగ్గించాలి. మనం ఎక్కువ కాలం ఆరోగ్యంగా జీవించడానికి సరైన పోషకాహారం అవసరమని ఆరోగ్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. కానీ బరువు తగ్గాలనుకునే చాలా మంది భోజనాన్ని పూర్తిగా మానేస్తున్నారు. ఇలా అంటే బరువు తగ్గుతామని నమ్ముతున్నారు. కానీ దీనివల్ల లేనిపోని అనారోగ్య సమస్యలొస్తాయంట. భోజనాన్ని మానేయడం మీ ఆరోగ్యానికి అస్సలు మంచిది కాదు. ఎందుకంటే భోజనాన్ని మానేయడం వల్ల మీరు తర్వాత రోజు అతిగా తినే అవకాశం ఉంది. అంతకాదు దీనివల్ల మీ జీవక్రియ కూడా నెమ్మదిస్తుందట. దీనివల్ల మీరు బరువు తగ్గడం కష్టమవుతుంది. అందుకే బరువు తగ్గడానికి భోజనాన్ని మానేయడానికి బదులుగా రోజంతా కొద్ది కొద్దిగా ఎక్కువ సార్లు తినడానికి ప్రయత్నించాలని చెబుతున్నారు. దీనివల్ల మీ జీవక్రియ స్థిరంగా ఉంటుందట. అలాగే మీ శరీర శక్తి స్థాయిలు కూడా మెరుగ్గా ఉంటాయని చెబుతున్నారు.

# మైదా మంచిదని అతిగా తింటున్నారా?

సాధారణంగా చాలామంది పరోటా, పరోటా, రుమాలి రోటి, తందూరి రోటి వంటి వంటకాలను ఇష్టంగా తింటారు. అవి ఆరోగ్యానికి ప్రమాదకరంగా ఉండకపోవచ్చు, కానీ వాటి తయారీకి ఎక్కువగా మైదాను వాడితే అది ముప్పు తెచ్చే అవకాశం ఉందని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఇంట్లో ఎలా ఉన్నా, బాహ్య హోటళ్ల మరియు టిఫిన్ సెంటర్లలో మైదాను విపరీతంగా ఉపయోగిస్తున్నారు. మైదాపిండి గోధుమ పిండి కంటే తక్కువ ధరకు అందుబాటులో ఉండటం, అలాగే మైదాతో చేసిన వంటకాలు తెల్లగా మరియు రుచిగా ఉండటం వల్ల అది ఎక్కువగా వినియోగం అవుతోంది. కానీ ఆరోగ్యానికి మంచిది కాదని, మైదా పిండితో చేసిన ఆహారాలను తినేముందు ఒకటి లేదా రెండు సార్లు బాగా ఆలోచించమని హెల్త్ ఎక్స్పర్ట్స్ హెచ్చరిస్తున్నారు. మిల్లుల్లో గోధుమ పిండిని బాగా పాలిష్ చేసి, వివిధ రసాయనాలను కలిపి మైదా పిండి తయారు చేస్తారు. అధికంగా పాలిష్ చేయడం వల్ల మైదా పిండికి మెత్తదనం రావడంతో పాటు, క్లోరైడ్ గ్యాస్, బెంజైల్ పెరాక్సైడ్ వంటి రసాయనాల మిక్సింగ్ వలన తెల్లదనం వస్తుంది. ఈ రసాయనాలు ఆరోగ్యానికి హానికరం. అందుకే, చైనా మరియు యూరప్ దేశాలు బెంజైల్ పెరాక్సైడ్ వాడకంపై నిషేధం విధించాయి. మైదాలో ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీసే Alloxan అనే విషపూరిత రసాయనం కూడా ఉంటుంది. మన ఆహారం జీర్ణం కావాలంటే, అందులో తప్పనిసరిగా పీచు పదార్థం ఉండాలి. కానీ మైదాలో పీచుపదార్థం లేదు, కాబట్టి ఇది త్వరగా జీర్ణం కాకుండా, పేగుల్లో పేరుకుపోతుంది. దీనివల్ల పేగుల్లో పుండ్లు పడే ప్రమాదం ఉంటుంది, అవి ముదిరితే క్యాన్సర్ వంటి తీవ్రమైన వ్యాధులకు దారితీస్తాయి. మైదా పిండిని గోడలకు పోస్టర్లు అంటించడంలో ఎక్కువగా ఉపయోగిస్తారు, ఎందుకంటే మైదాపిండి జిగురు గట్టిగా అంటుకునేలా చేస్తుంది. మైదాతో చేసిన వంటకాలు పేగులలో కూడా అలాగే అతుక్కుపోతాయి, దాంతో వాటిలో క్రిములు ఉత్పత్తి అవుతాయి, ఇన్ఫెక్షన్లను కలిగిస్తాయి. మైదాపిండి వల్ల కిడ్నీల్లో రాళ్లు ఏర్పడవచ్చు. గుండె జబ్బుల వచ్చే అవకాశం కూడా ఉంది.

# గోరుపై తెల్లటి మచ్చ నిర్లక్ష్యం చేయకండి..!

మీరు అకస్మాత్తుగా మీ గోళ్ళపై తెల్లటి మచ్చ వస్తే దానిని నిర్లక్ష్యం చేయవద్దు. ఇవి తీవ్రమైన అనారోగ్యం యొక్క లక్షణాలు కావచ్చు సరైన ఆహారం , క్రమమైన సంరక్షణతో దీనిని నివారించవచ్చు వాస్తవానికి, గోళ్ళ ద్వారా ఆరోగ్యాన్ని సులభంగా నిర్ణయించవచ్చు. ల్యుకోనిచియా కూడా వేలుగోళ్లు , గోళ్ళపై తెల్లటి గుర్తులను కలిగిస్తుంది. గోళ్లు తెల్లగా మారితే వెంటనే అప్రమత్తంగా ఉండాలి. కారణాన్ని తెలుసుకుని సరైన చికిత్స పొందండి అని నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు. 1. నెయిల్ ఆర్ట్స్ యొక్క దుష్ప్రభావాలు: గోళ్ల అందాన్ని పెంపొందించడానికి వివిధ రకాల క్రీమ్లు లేదా పదునైన ఉపకరణాలు ఉపయోగించబడతాయి, ఇవి గోళ్లకు హాని కలిగించవచ్చు , తెల్లటి మచ్చలు కనిపించవచ్చు ఇది గోళ్లకు పదేపదే దెబ్బతింటుంది. దీనివల్ల గోళ్లు పగలడం, పొట్టు రాలిపోవడం, బలహీనంగా మారడం జరుగుతుంది. 2. ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ కారణంగా తెల్లటి గోర్లు: తెల్లటి గోర్లు ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ వల్ల కూడా రావచ్చు పర్యావరణం నుండి సూక్ష్మజీవులు గోర్లు లేదా చుట్టుపక్కల చర్మంలో చిన్న పగుళ్లలోకి ప్రవేశించినప్పుడు, ఫంగల్ ఇన్ఫెక్షన్ ప్రమాదం ఉంది. దీని కారణంగా, గోర్లు విచ్ఛిన్నం, చిక్కగా, వాటి రంగు పసుపు, గోధుమ లేదా తెలుపు అవుతుంది. 3. ఖనిజాల లోపం: కొంతమంది నిపుణులు తెలుపు గోర్లు కాల్షియం , జింక్ వంటి ఖనిజాల లోపానికి సంకేతం అని నమ్ముతారు. నెయిల్ ప్లేట్లు నిర్దిష్ట మొత్తంలో అనేక రకాల పోషకాలతో తయారు చేయబడ్డాయి. వీటి లోపం వల్ల గోళ్లు తెల్లగా మారుతాయి. 4. ఔషధాల సైడ్ ఎఫెక్ట్: కొన్ని మందులు గోర్లు తెల్లగా మారడానికి కారణమవుతాయి. దీని కారణంగా, గోళ్ళపై తెల్లటి గీతలు కనిపిస్తాయి. ఈ మందులు నెయిల్ నెయిల్ ఎదుగుదల, సన్నబడటం , పెళుసుగా మారడం వంటి సమస్యలను కలిగిస్తాయి. వీటిలో కీమోథెరపీ, రెటినోయిడ్స్, సల్ఫోనామైడ్స్ , క్లోక్సాసిలిన్ వంటి అనేక క్యాన్సర్ మందులు ఉన్నాయి.

# షుగర్ వ్యాధిగ్రస్తులు దానిమ్మ పండు తింటే ఏం జరుగుతుంది?

దానిమ్మ పండు వల్ల ఎన్నో రకాల ప్రయోజనాలు లాభాలు ఉన్నాయి అన్న సంగతి మన అందరికీ తెలిసిందే. వీటిని చిన్నపిల్లల నుంచి పెద్దవారి వరకు వచ్చి ఒక్కరు ఇష్టపడి తింటూ ఉంటారు. కొందరు వీటిని నేరుగా తింటే మరికొందరు జ్యూస్ చేసుకుని తాగుతూ ఉంటారు. అయితే దానిమ్మ పండు ను తరచుగా తీసుకోవడం వల్ల ఎన్నో రకాల లాభాలను పొందవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు సైతం చెబుతున్నారు. ఇకపోతే చాలామంది సుగర్

వ్యాధిగ్రస్తులు దానిమ్మ పండు తినవచ్చా తినకూడదా? ఒకవేళ తింటే ఏం జరుగుతుంది ఎక్కువగా తింటే ఏమైనా అవుతుందా అన్న సందేహాలు వస్తూ ఉంటాయి. దానిమ్మలో సహజంగా పోషకాలు పుష్కలంగా ఉన్నాయి, ఇది మొత్తం ఆరోగ్యం, జీవక్రియ, రోగనిరోధక శక్తి మరియు చర్మ ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. మీ రోజువారీ ఆహారంలో దానిమ్మ పండును చేర్చుకోవాలని ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. దానిమ్మ పండులో రక్తం గడ్డ కట్టడానికి ఎముకలు ఆరోగ్యంగా ఉండడానికి ఉపయోగపడే విటమిన్ కె ఉంటుందట. ఈరోజు వారి ఆహారంలో దానం మనం చేర్చుకోవడం వల్ల అనేక రకాల ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు అని చెబుతున్నారు. దానిమ్మ తక్కువ గ్లైసెమిక్ ఇండెక్స్ కలిగి ఉంటాయి. అవి రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలపై తక్కువ ప్రభావాన్ని చూపుతాయి. తక్కువ GI ఆహారాలు సాధారణంగా మధుమేహ వ్యాధిగ్రస్తులకు మంచివి ఎందుకంటే అవి రక్తంలో గ్లూకోజ్ నెమ్మదిగా పెరగడానికి కారణమవుతాయట. దానిమ్మ పండులో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ముఖ్యంగా పాలీ ఫెనాల్స్, మంటను తగ్గించడం, గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరచడం వంటి ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను కలిగి ఉండవచ్చని చెబుతున్నారు. ఫైబర్ కంటెంట్ దానిమ్మ డైటరీ ఫైబర్ యొక్క మంచి మూలం, ఇది చక్కెర శోషణను మందగించడం ఇన్సులిన్ సెన్సిటివిటీని మెరుగుపరచడం ద్వారా రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను నియంత్రించడంలో సహాయపడుతుంది. దానిమ్మ పండులో విటమిన్ సి, కె పొటాషియం వంటి అవసరమైన విటమిన్లు అధికంగా ఉన్నాయి. ఇవి మొత్తం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి

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