

STUDY ABROAD
TOP GLOBAL DESTINATIONS
Free IELTS coaching
Grads Universe
+91 6301726400

ESTD: 1999

www.voodayam.com

ESTD: 1999

www.voodayam.com

వృదయం

DOMESTIC & INTERNATIONAL

FLIGHT TICKET

Easy Booking
Best Discounts
Get Your Tickets Now

Call Us & Book : +91 6301726400

7 గంటల విచారణ

మాజీ డిసిపి రాధాకిషన్ రావును, కెటిఆర్‌ను ఒకేచోట కూర్చోబెట్టి పలు ప్రశ్నలు వేసిన సిట్

- ఫోన్ ట్యాపింగ్‌లో మీ ప్రమేయమెంతా ● మీకు తెలిసే జరిగిందా..?
- పార్టీ విరాళాలు, ఎలక్టోరల్ బాండ్ల వ్యవహారాల్లో ఎవరి ప్రమేయం ఉంది
- మాజీ మంత్రి కేటీఆర్‌పై సిట్ ప్రశ్నల వర్షం, ● ఏడు గంటల పాటు అనేక అంశాలపై ప్రశ్నలు ● సిట్ అధికారులనే ప్రశ్నించిన కేటీఆర్ ● నా వ్యక్తిత్వ హానం జరుగుతుంది ● ప్రస్తుత మంత్రుల ఫోన్లు ట్యాప్ అవుతున్నాయని వ్యాఖ్య

పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : రాష్ట్ర రాజకీయాలను కుదిపేస్తోన్న ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసులో మాజీ మంత్రి కేటీఆర్ విచారణ ముగిసింది. శుక్రవారం జూబ్లీహిల్స్‌లోని ఏసీబీ కార్యాలయంలో సిట్ అధికారులు ఆయన్ను సుమారు ఏడు గంటల పాటు విచారించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులు కేటీఆర్ నుంచి కీలక స్టేట్‌మెంట్‌ను సమోదయ చేశారు. ఈ కేసులో ఏ4 నిందితుడిగా ఉన్న మాజీ డీసీపి రాధాకిషన్ రావును, కేటీఆర్‌ను అధికారులు ఒకేచోట కూర్చోబెట్టి విచారించడం ప్రాధాన్యత సంతరించుకుంది. 2023 ఎన్నికలకు ముందు భారీ స్థాయిలో ఫోన్ ట్యాపింగ్ ఎందుకు జరిగింది? అప్పటి డీసీసీ చిఫ్ రేవంత్ రెడ్డి ఫోన్ ట్యాపింగ్‌పై మీకు సమాచారం ఉందా? పార్టీ విరాళాలు, ఎలక్టోరల్ బాండ్ల వ్యవహారాల్లో ఫోన్లు అధికారుల ప్రమేయం ఉందా? వంటి అంశాలపై సిట్ అధికారులు కేటీఆర్‌ను ప్రశ్నించి నట్లు తెలుస్తోంది. రాధాకిషన్ రావుకు కేటీఆర్ పంపిన

చేసిన సంబంధం ప్రశ్నలు అడిగినట్లు తెలిసింది. గతంలో ఉప ఎన్నికల సమయంలో జరిగిన ఫోన్ ట్యాపింగ్ పైనా ప్రశ్నించినట్లు సమాచారం. కొంతమంది వ్యాపారవేత్తలు, రాజకీయ నేతల ఫోన్ ట్యాపింగ్‌పై కేటీఆర్‌ను ప్రశ్నించారు. ఇప్పటికే ఈ కేసులో మాజీ మంత్రి హరీష్ రావును ఏడు గంటల పాటు విచారించిన సిట్, ఇప్పుడు కేటీఆర్‌ను అంతే సమయం విచారించడం విశేషం. మరోవైపు విచారణ ముగిసిన వెంటనే కేటీఆర్ సిట్ ఆఫీస్ నుంచి తెలంగాణ భవన్‌కు చేరుకున్నారు. అక్కడ మీడియాతో మాట్లాడారు. మరోవైపు.. బీఆర్‌ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో ఎన్‌బి కేంద్రంగా అక్రమంగా ఫోన్ ట్యాపింగ్ జరిగిందన్న ఆరోపణలపై గతేడాది

పోలీసులకు, అధికారులకు హరీశ్ హెచ్చరిక



నారాచంద్రాబాబు నాయుడు : కేటీఆర్



మార్పులో కేసు సమోదయ చేసింది. హైదరాబాద్ సీపీ సజ్జనార్ నేతృత్వంలోని తొమ్మిది మంది సభ్యుల సిట్ బృందం ఈ కేసును లోతుగా దర్శాస్త్ర చేస్తోంది. ఇప్పటికే పలువురు ఉన్నతాధికారులను అరెస్ట్ చేయగా, ఇప్పుడు రాజకీయ నాయకుల విచారణ తుది దశకు చేరుకున్నట్లు తెలుస్తోంది. **మిగతా 2లో**

సిట్ పటలు

- ఆశించిన రీతిలో విచారణ సాగడం లేదు
- సిట్ అధికారులకు ప్రభుత్వం స్వేచ్ఛ ఇవ్వడం లేదు
- ప్రభుత్వ పెద్దల ఒత్తిడి ఉంది
- సిరిసిల్ల వేదికగా ఫోన్ టాపింగ్‌కు తెరలేపారు
- తన ఫోన్ టాపింగ్ జరిగిందని కెనెటర్ కుతుబు సయ్యం చెప్పారు
- పదేళ్ల బీఆర్‌ఎస్ పాలనలో టాపింగ్ మాటున వేల కేట్ల లావాదేవీలు
- కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్



పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసుపై సిట్ అధికారుల విచారణ పక్కదారి పడుతోందని కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ ఆరోపించారు. ఈ కేసు విషయంలో సిట్ విచారణ ఆశించిన స్థాయిలో జరగడం లేదని విమర్శించారు. విచారణ విషయంలో రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సిట్ అధికారులకు పూర్తి స్వేచ్ఛ ఇవ్వడం లేదని

కాంగ్రెస్ హయాంలోనే

ఫోన్ టాపింగ్

టిజెపి చీఫ్ రాంచంద్రారావు

కక్ష సాధింపు లేదు

టిపిసీసీ చీఫ్ మహేశ్ గౌడ్

దుయ్యబట్లారు. ప్రభుత్వంలోని కొంతమంది పెద్దలు చెప్పిన విధంగానే సిట్ అధికారులు వ్యవహరించాలని ఒత్తిడి పెరుగుతోందని కీలక వ్యాఖ్యలు చేశారు. సిట్‌లోని అధికారులు చాలా నిజాయితీపరులు,, **మిగతా 2లో**

మేడారం జాతరకు కేంద్రం రూ.370 కోట్లు

పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో: మేడారం జాతర నిర్వహణ, ఏర్పాట్ల కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం రూ. 370 కోట్లు విడుదల చేసింది. గిరిజన కుంభమేళాగా ప్రసిద్ధి చెందిన మేడారం సమృద్ధి-సారలమ్మ మహా జాతర ఏర్పాట్ల కోసం కేంద్ర పర్యాటక, గిరిజన వ్యవహారాల మంత్రిత్వ శాఖలు కలిసి శుక్రవారం రూ. 370 కోట్లు విడుదల చేశాయి. మరోవైపు కేవలం జాతర నిధుల తోనే అగకుండా, ఆ ప్రాంతాన్ని ఒక ప్రధాన పర్యాటక కేంద్రంగా తీర్చిదిద్దేందుకు కృషి చేస్తామని కేంద్రం ప్రకటించింది. ఇప్పటికే గతంలో 'గిరిజన సర్క్యూట్'పథకం కింద మేడారం పరిసర ప్రాంతాల్లో ములుగు, లక్కపరం, తాడూయ, దామరవాాయి, మల్లూరు, బొగత జలపాతం అభివృద్ధికి రూ. 80 కోట్లు చెల్లించిన కేంద్రం.. పర్యాటకులకు అవసరమైన మౌలిక సదుపాయాలు, రవాణా సౌకర్యాలను మెరుగుపరిచింది. మరోవైపు తెలుగు రాష్ట్రాల్లో పాటు పొరుగు రాష్ట్రాల నుంచి జాతరకు తరలివచ్చే భక్తుల రద్దీని దృష్టిలో ఉంచుకుని జాతర జరిగే నాలుగు రోజుల పాటు 30 ప్రత్యేక రైళ్లను నడుపుతున్నట్లు దక్షిణ మధ్య రైల్వే ప్రకటించింది.

రైజింగ్ విజన్‌తో పాలన

ఆరిఅండ్ బీ శాఖ మంత్రి కోమటిరెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి • రీజినల్ రింగ్ రోడ్లు మా గేమ్ చేంజర్

పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : రాష్ట్రంలో అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం “తెలంగాణ రైజింగ్ 2047”అనే స్పష్టమైన విజన్‌తో పనిచేస్తోందని రాష్ట్ర రోడ్డు భవనాల శాఖ మంత్రి కోమటి రెడ్డి వెంకట్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్ లో ఏస్ బెక్ 2026 ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో మంత్రి మాట్లాడారు. 2047 నాటికి తెలంగాణను \$3 ట్రిలియన్ ఎకానమీగా మార్చడమే తమ లక్ష్యమన్నారు. భారత్ హ్యాపర్ సిటీ వేదికగా జరిగిన గ్లోబల్ సమ్మిట్ లో 5.75లక్షల కోట్ల పెట్టుబడులు సాధించామని చెప్పారు. రీజినల్ రింగ్ రోడ్డు తమ ప్రభుత్వం గేమ్ చేంజర్ అన్నారు. ఔటర్ రింగ్ రోడ్డు నుంచి రీజినల్ రింగ్ రోడ్డుకు 39



రేడియల్ రోడ్లు నిర్మాణం చేస్తున్నట్లు వివరించారు. ఐటీ, ఫార్మా, ఏజ లాంటి పోటీ రంగాలను ప్రోత్సహిస్తున్నామన్న మంత్రి... హైదరాబాద్ పెట్టుబడులకు స్వర్ణధామంగా మారుతోందని వెల్లడించారు. హైదరాబాద్ అన్ని రంగాల్లో ఫురో

గమిస్తోంది.. రియల్ ఎస్టేట్ అదృతంగా ఉండన్నారు. ఇటీవల జరిగిన వేలం పాటలో ఎకరం ధర రూ. 174కోట్లు పలికిందని గుర్తు చేశారు. ప్రస్తుతం హైదరాబాద్‌లో ఎటు చూసినా హై రైజ్ భవనాలు కనిపిస్తాయని తెలిపారు. “మిడిల్ క్లాస్, హయ్యర్ మిడిల్ క్లాస్ కుటుంబాలకు అందుబాటు ధరలో సొంతింటి కల నెరవేర్చే విధంగా కృషి చేస్తున్నామన్నారు.. అర్బన్, రూరల్ ప్రాంతాల్లో సమానంగా అభివృద్ధి చేస్తూ...పరిశ్రమల స్థాపన..ఉపాధి కల్పన అంశాలపై ప్రధాన దృష్టి సారించినట్లు వెల్లడించారు.. పొలాన్నాన్నే ప్రి సిటీ అంశాన్ని దృష్టిలో పెట్టుకున్నామని చెప్పారు.

సినిమా టిక్కెట్టు ధరల పెంపు గణాంకాలు ఇవ్వండి

శంకర వరప్రసాద్ సినిమా కేసులో హైకోర్టు ఆదేశాలు

పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : చిరంజీవి నటించిన మన శంకర వరప్రసాద్ సినిమాకు సంబంధించి ఈ నెల 11 నుంచి 18 వరకు పెంచిన టిక్కెట్టు ధరల వాస్తవ గణాంకాలను సమర్పించాలని జీవీసీ అధికారులను హైకోర్టు ఆదేశించింది. సింగిల్ స్క్రీన్‌లకు రూ. 50, మల్టీస్క్రీన్‌లకు రూ. వంద, జీవీసీతో కలిపి వివరాలన్నీ నివేదిక రూపంలో ఇవ్వాలని సూచించింది. ఈ సినిమాకు టికెట్ ధరలు పెంపు అక్రమం అని ఆరోపిస్తున్న హైదరాబాద్ కు చెందిన డాక్టర్ మోహరి శ్రీనివాస రెడ్డి దాఖలు చేసిన పిటిషన్ హైకోర్టు శుక్రవారం విచారణ జరిపింది. ఈ సినిమా అక్రమ సంపాదించిన రూ.45 కోట్లను రికవరీ చేయాలని శ్రీనివాస రెడ్డి తన పిటిషన్ లో కోర్టుకు నివేదించారు. చట్టవిరుద్ధంగా ఈ సినిమా టికెట్ ధరలు



పెంచారని ఈ సినిమా ఆర్థికంగా రూ. 42 కోట్లను ప్రతివాదులు చేసి సంయుక్తంగా, వ్యక్తిగతంగా రాష్ట్ర ప్రభుత్వ సంచిత నిధికి లేదా హైకోర్టు లిగల్ సర్వీసెస్ ఆధారితకి చెల్లించేలా ఆదేశాలు ఇవ్వాలని పిటిషనర్ కోరారు. స్పందించిన కోర్టు... ప్రతివాదులందరికీ నోటీసులు జారీ చేసింది. అలాగే గతంలో దాఖలైన పుష్ప-2, గేమ్ ఛేంజర్, అఖండ-2, రాజా నాథ్ వంటి సినిమాల టికెట్ ధరల పిటిషన్లతో కలిపి తదుపరి వాయిదా విచారిస్తామని పేర్కొంది.

సిట్ విచారణలో ప్రభుత్వం జోక్యం ఉండదు

- ఎవరిపే ఎప్పుడు విచారించాలో సిట్ పరిధిలోని అంశం
- సిట్ ప్రశ్నలతో హరీశ్ మైండ్ బ్లాక్ అయింది
- ఈటల జమున ఫోన్‌ను ట్యాప్ చేసే ఇబ్బందులు పెట్టారు
- ప్రభుత్వం ఏవీ బీర్ బలయ్య

పురయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో : ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసుపై సిట్ చేపడుతోన్న విచారణలో ప్రభుత్వం ఏ మాత్రం జోక్యం చేసుకోవడని ప్రభుత్వం ఏవీ బీర్ బలయ్య స్పష్టం చేశారు. ఎవరిని విచారించాలి, ఎప్పుడు విచారించాలో సిట్ అధికారుల పరి



ధిలోని అంశమని చెప్పారు. విచారణలో భాగంగా హరీష్ రావుకు అధికారులు చుక్కలు చూపించాని చెప్పారు. దీంతో ఆయన మైండ్ బ్లాక్ అయి బయట కొద్ది ఏదేదో మాట్లాడుతున్నారని ఎద్దేవా చేశారు. శుక్రవారం ఆ సెంట్రల్ లోని సీఎల్ఐ మీడియా సెంటర్‌లో ఆయన మాట్లాడారు. ఎంపీ ఈటల రాజేందర్ ను బీఆర్‌ఎస్ నుంచి పంపించడం వెనుక కూడా ట్యాపింగ్ కుట్లే ఉందని బీర్ బలయ్య ఆరోపించారు. ఈటల రాజేందర్ భార్య జమున ఫోన్‌ను సైతం ట్యాప్ చేసి, ఆ సమాచారంతోనే ఆయనను ఇబ్బందులకు గురిచేసి పార్టీ నుంచి పంపే శారని ఆరోపించారు. **మిగతా 2లో**

లడ్డూ కేసులో

చార్జీషీట్

చార్జీషీట్లో 24 మంది నిందితులు

మరి 12 మంది హస్తం

పురయం, అమరావతి: తిరుమల తిరుపతి లిడ్జల్లో కట్టి నెయ్యి వాడారన్న కేసులో చార్జీ షీటును నెల్లూరి ఎస్పీ న్యాయస్థానంలో దాఖలు చేశారు. షీట్ విచారణ పూర్తి అయ్యింది. 15 నెలలపాటు 12 రాష్ట్రాల్లో సిట్ విచారణ సాగింది. బోలేబాబా ఆర్కానిక్ డెయిరీ డైరెక్టర్ల సోమిల్ జైన్, వివీన్ జైన్ కీలక సూత్రధారులుగా గుర్తించారు. ఏపీతోపాటు 12 రాష్ట్రాలకు చెందిన సంస్థలు, వ్యక్తుల హస్తం ఉన్నట్లు సిట్ వెల్లడించింది. చార్జీషీట్లో 24 మందిని నిందితులుగా సిట్ పేర్కొంది. మరో 12

మంది హస్తం ఉన్నట్లు కోర్టుకు అధికారులు తెలిపారు. తొలుత కట్టి నెయ్యి కేసు విచారణకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం సిట్‌ను నియమించగా.. సుబ్బోకర్పై ఆదేశాలతో సీబీఐ నేతృత్వంలో ఐదుగురు సభ్యుల ప్రత్యేక దర్యాప్తు బృందం ఏర్పాటైంది. కేసు మూలాల తొలుత తమిళనాడులో ఉన్నట్లు దర్యాప్తు బృందాలు భావించాయి. విచారణలో సీబీఐలోని డిఎస్సీలు, సీబిఆర్‌పాటు రాష్ట్రానికి చెందిన 30 మంది అధికారులు పాల్గొన్నారు. కేంద్ర దర్యాప్తు సంస్థ నుంచి జేడీ బీరే

ప్రభు, విశాఖపట్నం డీఐజీ మురళీ రాంబా, రాష్ట్రం నుంచి గుంటూరు రేంజి ఐజీ సర్వశేష త్రిపాఠి, విశాఖ రేంజి డీఐజీ గోపీనాథ్ జెట్టి, ఎస్ఎస్ఎస్ఎస్ఎస్ నుంచి డాక్టర్ సత్యనీకుమార్ పాండా సభ్యులుగా ఉన్నారు. తిరుపతి అదనపు ఎస్సీ వెంకట్రావును సీబీఐ డైరెక్టర్.. విచారణాధికారిగా నియమించడంతో దర్యాప్తులో ఆయన కీలకంగా వ్యవహరించారు. కేంద్ర దర్యాప్తు సంస్థ ఉన్నతాధికారుల ఆదేశాల మేరకు ప్రశ్నాపత్ర రూపొందించడం, నిందితులను విచారించారు.

ఎమ్మెల్యే X ఎక్స్‌ప్రెస్

- ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డికి ఎన్‌ఫోర్స్‌మెంట్స్, ఎక్స్‌ప్రెస్ శాఖ అధికారుల షాక్
- మూసేవేసిన వైస్ షాపులను దగ్గరుండి తెలిపిందనే అధికారులు

పురయం, సంస్థాని నారాయణపూర్ : యూరాద్రి భువనగిరి జిల్లా మునుగోడు నియో జక వరంగల్ ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డికి నోఫోర్స్ మెంట్స్, ఎక్స్‌ప్రెస్ శాఖ అధికారులు డిమ్యుతింగ్ షాక్ ఇచ్చారు. **2లో**

Study in the UK!

APRIL INTAKE OPEN! FOR INTERNATIONAL STUDENTS

DE MONTFORT UNIVERSITY LEICESTER

University of Leicester

University of Sunderland

Buckinghamshire New University

UL Law

UNIVERSITY of GREENWICH

University of Chester

University of Roehampton London

Middlesex University London

Apply Now for April Intake!

Book Free Counselling with Us

Grads Universe

International Educational Consultancy

+91 63017 26400

www.gradsuniverse.com | Address: RTC X Roads, Hyderabad

కాంగ్రెస్ హయంలోనే ఘోస్ టాపింగ్

టీజేజేపీ చీఫ్ రామచందర్ రావు
పుదయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో :

ప్రస్తుతం అధికారంలో ఉన్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కూడా ప్రతిపక్ష నాయకుల ఘోస్ ట్యాపింగ్ చేయగోరనే అనుమానం ఉందని రాష్ట్ర బీజేపీ అధ్యక్షుడు రామచందర్ రావు అనుమానం వ్యక్తం చేశారు. ఈ విషయంపైనా దర్బాస్తు జరగాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. శుక్రవారం హైదరాబాద్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసు లో విచారణ పేరుతో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం కాలవలను చేసేదని ఆరోపించారు. ఈ కేసులో దోషులను శిక్షించే చిత్తశుద్ధి సర్వార్దుకు లేదని విమర్శించారు. నిజంగా ఆ చిత్తశుద్ధి ఉంటే ఈ కేసుతో



సంబంధం ఉన్న రాజకీయ నాయకుల ను కూడా అరెస్ట్ చేసి ఉండేవారన్నారు. గత టీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వంలో రాజ్యాం గాన్ని ఉల్లంఘించి ఘోష్ ట్యాపింగ్ చేయించిన నాయకులు విచలవిడిగా తిరుగుతున్నారని ఆరోపించారు.

ఎమ్మెల్యే X ఎక్స్ ప్రెజ్



మొదటి పేజీ తరువాయి

సంస్థాన్ నారాయణపూర్లో రాజగో పాల్ రెడ్డి అనుచరులు మూసివేసిన ఘోస్ పావులను అధికారులు దగ్గరుండి తెరిపించారు. ఎక్స్ ప్రెజ్ శాఖ అధికారుల పహారాలో ఉదయం నుండి మధ్యం అమ్మకాలు కొనసాగిస్తున్నాయి కాగా, మా సార్ చెప్పిన టైంకి చైన్ చెన్ పావులు తెరపాలి. లేదంటే పావులు మొత్తానికి మూసిస్తాం అని మునుగోడు నియోజక వర్గంలో వైస్ పావుల ముందుకోవడం రెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి అనుచరులు వీరంగం సృష్టించిన విషయం తెలిసిందే. నియోజక వర్గంలో చైన్ పావులు మధ్యాహ్నం 1

గంటకు.. పర్యే రూమ్ నాయంత్రం 6 గంటలకు తెరవాలని రాజగోపాల్ రెడ్డి హుకుం జారీ చేసినట్లు సమాచారం. దీంతో సైన్ నారాయణపూర్లో తెరిచి ఉన్న వైస్ పావు నిర్వాహకులపై చాడికి తెగబడి, పావును ఎమ్మెల్యే కోమ డిరెడ్డి అనుచరులు మూసివేయించారు. దీంతో వైస్ పావు నిర్వాహకులు పోలీసు లకు ఫిర్యాదు చేయడంతో రంగంలోకి దిగిన అధికారులు ఉదయం నుంచే ముందు బాబుల కోసం దగ్గరుండి పావులు తెరిపించి ఎమ్మెల్యేకు పోక్ ఇచ్చారు. ఇప్పుడు మునుగోడులో ఇదే హాట్ టాపిక్ గా మారింది.

‘సిట్’ పటాలు

మొదటి పేజీ తరువాయి

అనుభవజ్ఞులన్నారు. వారిపై తమకు ఎలాంటి అనుమానాలు లేవన్నారు. కానీ కేసు విచారణలో వారికి ఎంత స్పేష్ ను ఏర్పారనే దానిపై అనుమానాలు వస్తున్నాయని అన్నారు. శుక్రవారం జూడీషియల్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసులో కొందరు తప్పి ఎలుకను కూడా పట్టలేక పోతున్నారని హాస్యానించారు. అసలు ఈ కేసులో వారికి రావు, కేటీఆర్ లు అందరి ఘోష్ ను ట్యాపింగ్ చేశారని విచారణకు పిలిచారు..? లేక వారి ఘోష్ ట్యాప్ అయ్యాయని విచారస్తున్నారా..? అనే విషయాన్ని సిట్ అధికారులు స్పష్టం చేయాలన్నారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల సమయంలో సిసిల్స్ వేదికగా ఒక కంట్రోల్ రూమ్ ఏర్పాటు చేసుకుని ఘోస్ ట్యాపింగ్ గుండుకు తెరవేసారని ఆరోపించారు. కేటీఆర్ కాతురు కవితే. తన ఘోస్ ట్యాప్ అయిందని చెప్పిందన్నారు. ట్యాపింగ్ కి భయపడి ఓ ఏడాది హరీష్ రావు, కవిత దంపతులు కూడా ఘోష్ ను వాడటం గుర్తు చేశారు. గత పదేదే బీఆర్ఎస్ పాలనలో ఘోస్ ట్యాపింగ్ మాటున రూ.వేల కోట్ల లావాదేవీలు జరిగాయని

బండి సంజయ్ ఆరోపించారు. ఇందులో రియల్ ఎస్టేట్ వాహులులు, ప్రముఖ బిజినెస్ మెన్, రాజకీయ నాయకులు, సినిమా నెలెబ్రిటీలు, జడ్జిలు బాధితులు అని జగమెరిగిన సత్యం అన్నారు. కేసీఆర్ కుటుంబమే ఘోష్ ట్యాప్ చేయించిందని తెలిసినా.. ఇప్పటి వరకు ఎవరినీ అరెస్ట్ చేయలేదని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. కేసులో ప్రధాన నిందితుడు, ఎస్ఐబీ మాజీ చీఫ్ ప్రభాకర్ రావును అరెస్ట్ చేసేందుకు కలెక్షన్లు పెండుకు డైరెక్టర్ చేయడం లేదని ప్రశ్నించారు. ఈ సిట్ విచారణను ఎలా నమోదుంటారు? ఇప్పటివరకు ఏం సాధించారో చెప్పాలన్నారు. ప్రభుత్వం వస్తున్న అవినీతి ఆరోపణలను డైరెక్ట్ చేసేందుకు ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసును కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అయిదుగంట వాడుకుంటోందని బండి సంజయ్ విమర్శించారు. కేసీఆర్ హయాంలో బిస్మత్ కుక్క కూడా.. బాట్లాప్ కాలే మాట్లాడాల్సిన పరిస్థితి ఉండేదని చెప్పారు. ఈ కేసులో తనకు కూడా సిట్ నోటీసులు ఇచ్చి వాంగ్మూలం తీసుకుందని బండి సంజయ్ అన్నారు. ప్రజలు అన్ని విషయాలను గమనిస్తూనే ఉన్నారు ని మండిపడ్డారు.

సిట్ విచారణలో ప్రభుత్వం జోక్యం ఉండదు

మొదటి పేజీ తరువాయి

ఇంతటి అక్రమాలకు పాల్పడి కూడా, ఇప్పుడు కేటీఆర్ తానేదో ఘనకార్యం చేసినట్లుగా మాట్లాడటం హాస్యాస్పదంగా ఉందన్నారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల్లో ఓడిపోయినా, పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో సున్నా నీట్లు పచ్చినా బీఆర్ఎస్ నాయకులకు ఇకలా బుద్ధి రావడం లేదని చురలించిందారు. అసెంబ్లీలో చర్చకు తోకమొడిచిన బీఆర్ఎస్ నాయకులు, బయట మాత్రం పోరాట యోధులుగా పోజులు ఇవ్వడం సిగ్గుచేలున్నారు. రాష్ట్రంలో ప్రతిపక్ష హోదాలో ఉన్న బీఆర్ఎస్ నేతలు ఇప్పటివరకే ఆ పాత్ర పోషించాలని సూచించారు. ఘోస్ ట్యాపింగ్ అనేది

ప్రజాస్వామ్యంలో అత్యంత దుర్మార్గపు చర్య అన్నారు. కేవలం అధికారాన్ని నిలబెట్టుకునేందుకు కలెక్షన్లు కట్టటంబంబం ఎంతటి నీచానికైనా పాల్పడుతుందనడానికి ఈ ఉదంతం ఉదాహరణ అన్నారు. హరీష్ రావు అరదుగులు పెరిగాడు కానీ, అందువలె తెలివైన మాత్రం మోతాబులో ఉన్నట్లున్నాయని ఎద్దేవా చేశారు. గతంలో కేటీఆర్ ప్రభుత్వం స్వయంగా హరీష్ రావు ఘోస్ కో పాటు ఆయన వ్యక్తి గత సమావేశం ఘోష్ ను కూడా ట్యాప్ చేసిందని ఆరోపించారు. ఆ ట్యాపింగ్ ద్వారా సేకరించిన సమాచారంతోనే హరీష్ రావుకు గతంలో మంత్రి పదవి ఇవ్వకుండా పక్కన పెట్టారన్నారు.

కక్ష సాధింపులేదు



పుదయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో :

ల గత ప్రభుత్వ హయాంలో జరిగిన ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసులో రాజ్యాంగం ప్రకారం విచారణ జరుగుతోందని టీజేసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమర్ గౌడ్ స్పష్టం చేశారు. ఈ కేసు విషయంలో రాజకీయ కక్ష సాధింపు దౌరభీ ఉంటే అధికారంలోకి రాగానే చర్యలు ఉండవచ్చు. శుక్రవారం ఆయన గాంధీభవన్ లో మీడియాతో చిట్ చాట్ చేశారు. ఈ కేసు విషయంలో సిట్ అధికారులు, ప్రభుత్వం వ్యక్తిగత హసనం చేస్తున్నారని కేటీఆర్ చేర్చగ్గ ఆరోపణలు హాస్యాస్పదంగా ఉన్నాయని

డిమాండ్ చేశారు. కలెక్షన్లు కవితను తాను ఎప్పుడూ చెబుతా గౌరవిస్తానని చెప్పారు. వాటాల పంపకంలో తేడాతోనే కేసీఆర్ కుటుంబంలో తగాదాలకు మూలం అని ఆరోపించారు. కవిత ఇప్పటికైనా నిజాలు మాట్లాడుతున్నామందుకు సాగృతిస్తున్నామని చెప్పారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో కేవలం మూడు నెలల్లో 547 ఘోష్ ట్యాప్ అయ్యాయని మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ ఆరోపించారు. గడిచిన పదేదేల్లో కేసీఆర్ కుటుంబం అల్లి బాహు 420 డౌంగులమార్చిగా రాష్ట్రాన్ని దోచుకుందని ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ ను స్టవర్షి పురం డౌంగులబ్యాన్ గా అభివర్ణించారు. కార్తీకదీ పు గురించి తర్వాత.. ముందు మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ దీపం అగిధోకుండా పనుకపోవాలని ఆయన పలికారు. కాళీ శ్వరం అవినీతిపై కేసీఆర్ కుటుంబంపై ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ ను ప్రశ్నించారు. బీజేపీ నేతలకి ఈజిడ్ ట్యాపింగ్ ఎందుకు పెండింగ్ లో ఉన్నాయో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

వైద్యం

7 గంటల విచారణ

మొదటి పేజీ తరువాయి
నాకే సంబంధం లేదు : కేటీఆర్

ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసుతో తమకు ఎలాంటి సంబంధం లేదని కేటీఆర్ స్పష్టం చేశారు. ప్రభుత్వంలో ఉన్నప్పుడు రాష్ట్రాభివృద్ధి కోసం పని చేశామని, ఎప్పుడూ తప్పుడు పనులు చేయలేదన్నారు. అధికారంలో ఉన్నప్పుడు ప్రభుత్వాలను వేధించలేదన్నారు. ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసులో ఏమీ లేదని, అంతా డైలీ అని వ్యాఖ్యానించారు. విచారణకు పదిసార్లు తిరిచినా హాజరవుతానని ప్రతిపక్ష నాయకులను ఆ చెబుతానన్నారు. చట్టంపై తమకు పూర్తి నమ్మకం ఉందని డిమా వ్యక్తం చేశారు. శుక్రవారం సిట్ విచారణకు హాజరయ్యే ముందు, తర్వాత తెలంగాణ భవన్ లో ఆయన మీడియాతో మాట్లాడారు. విచారణ పేరుతో రేపంత ప్రభుత్వం కాలయాపే చేస్తూ ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని మండిపడ్డారు. రేపంత రెడ్డి స్వయంగా తన సొంత మంత్రుల ఘోష్ ను ట్యాప్ చేస్తున్నారని ఆరోపించారు.

చారు. ఒకప్పుడు రూ.50 లక్షలతో ‘నోటుకు ఓటు’ కేసులో అద్దంగా దొరికిన దొంగ నేడు సీఎం కావడమే రాష్ట్ర దౌర్భాగ్యమని విమర్శించారు. సింగరేణి బొగ్గు టెండర్లలో జరుగుతున్న అవినీతి నుంచి ప్రజల దృష్టిని మళ్లించేందుకే ఈ ఘోస్ ట్యాపింగ్ ధ్రామాలు అడుతున్నారని ఆరోపించారు. నాలుగు కోట్ల తెలంగాణ ప్రజలను నడుంబంపన చేసిన సీఎంను పదిలిపెట్టే ప్రసక్తి లేదని హెచ్చరించారు. ప్రజా క్షేత్రంలో కాంగ్రెస్ వైఫల్యాలను ఎండగడతామని ఆ పార్టీని బొంద పెట్టే వరకు విశ్రమించబోమని చెప్పారు. తెలంగాణ ఉద్యమంలో ఎన్ని కేసులు పెట్టినా వెనక్కి తగలేదన్న ఆయన ఘోస్ ట్యాపింగ్ కేసులో విచారణ పేరుతో రేపంత ప్రభుత్వం ధ్రామాలు అడుతోందని మండిపడ్డారు. ప్రస్తుతం రాష్ట్రంలో పాలన పిల్వోడి చేతిలో రాయలా ఉందన్నారు. ఎన్నికల్లో ఇచ్చిన హామీలు నెరవేరడం లేదని ధ్వజమెత్తారు. రెండేళ్లుగా ప్రభుత్వం వ్యక్తిత్వ హన



నానికి పాల్పడుతోందని కేటీఆర్ ఆరోపించారు. తాను డ్రగ్స్ తీసుకుంటానని ఆరోపణలు చేశారని, హీరో యన్ సేతో నాకు లింకులు పెట్టారని ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. రెండేళ్లుగా జరుగుతున్న వ్యక్తిత్వ హననానికి బాధ్యులెవరని ప్రశ్నించారు. ఆరోపణలు చేస్తారు, ఆ తర్వాత అందులో నిజం లేదంటారని అన్నారు. మాకు బురద అంటున్నందుకు విచారణ పేరుట వేధిస్తున్నారని, రాజకీయ నేతలంతా డౌంగులు అనుకునేలా చేశారని ప్రభుత్వాన్ని విమర్శించారు. సింగరేణిలో కుంభకోణాన్ని హరికే రావు బయట పెట్టాననే ఆయనకు నోటీసులు ఇచ్చారని అన్నారు. విచారణలో భాగంగా హరికే సందించిన ప్రశ్నలకు సిట్

రెవెన్యూ వ్యవస్థ గురించి రెవెన్యూ మంత్రికి ఏమైనా తెలుసా?

మాజీ మంత్రి పిల్లై నాని
పుదయం, విజయవాడ :

ఎపి మంత్రి అనగాని సత్యప్రసాద్ సంస్కారం మరిచి మాట్లాడుతున్నారని వైసిపి మాజీ మంత్రి పిల్లై నాని తెలిపారు. మాజీ సీఎం జగన్ మోహన్ రెడ్డి పై అవాకులు, చవాకులు పెట్టుతున్నారని అన్నారు. ఈ సందర్భంగా విజయవాడలో ఆయన విలేజరులతో మాట్లాడుతూ.. అనగాని ఎపి మంత్రి కావడం మన ఖర్చు అని విమర్శించారు. పాస్ పుస్తకాలపై జగన్ బొమ్మ వేసుకున్నారని, ఆ పాస్ పుస్తకాల్లో క్యూఆర్ కోడ్ ఓపెన్ కావడం లేదని ఆరోపించారు. కూటమి ప్రభుత్వం వచ్చాక సర్వే చేసి ఒక్క పాస్ పుస్తకం అయినా ఇచ్చారా? అని ప్రశ్నించారు. జగన్ హయాంలో ఇచ్చిన పాస్ పుస్తకాలు తీసుకుని కొత్త పాస్ పుస్తకాలు ఇస్తున్నారని పిల్లై నాని మండిపడ్డారు. రూ. 2.5 కోట్లు ఇస్తే పార్టీ మారతానని అనగాని సత్యప్రసాద్ అన్నారు, రూ. 2.5 కోట్లు ఇవ్వడానికి అనాడు వైఎస్ జగన్ అంగికరించలేదని తెలియజేశారు. రెవెన్యూ



వ్యవస్థ గురించి రెవెన్యూ మంత్రికి ఏమైనా తెలుసా? అని ప్రశ్నించారు. తత్కేళ్ల పాడులో కూటమి ప్రభుత్వం మొదలు పెట్టిన సర్వే ఎందుకు కొనసాగించడం లేదు? అని.. రెండేళ్లలో ఎవరి సమస్య తీర్చారు? అని నిలదీశారు. వైఎస్ జగన్ చేపట్టిన భూసర్వేను మీరందుకు పోలో అవుతున్నారా? అని జగన్ నిర్ధారలు వాడుకుంటూ.. ఆయనపైనే విమర్శలు చేస్తున్నారని ధ్వజమెత్తారు. వైఎస్ జగన్ 6 వేల గ్రామాల్లో సమగ్ర భూసర్వే పూర్తి చేశారని, 6వేల గ్రామాల్లో సర్వే కోసం వాడిన ఎక్స్ టెంట్ నే ఎపి సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు వాడుతున్నారని పిల్లై నాని దుయ్యబట్టారు.

భవిష్యత్తు విద్యుత్ వాహనాలదే

పటాన్యెరు, జనవరి 23 (పుదయం):

పర్యావరణ పరిరక్షణ, ఇంధన పొదుపు అంశాలలో విద్యుత్ వాహనాలు గణనీయమైన ప్రగతి సాధిస్తున్నాయని.. భవిష్యత్తు అంతా విద్యుత్ వాహనాలదేనని పటాన్యెరు శాసన సభ్యులు గూడెం మహిపాల్ రెడ్డి అన్నారు. పటాన్యెరు డివిజన్ పరిధిలోని జిఎంఆర్ టెల్లింగ్ స్టేషన్ లో సూతనంగా ఏర్పాటు చేసిన జిఎంఆర్ భవన్ లో ఈవి చార్జింగ్ స్టేషన్ ను శుక్రవారం సాయంత్రం ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కరవేగంగా అభివృద్ధి చెందుతున్న పటాన్యెరు నియోజకవర్గ పరిధిలో ఇటీవల విద్యుత్ వాహనాల వినియోగం పెరిగిందని తెలిపారు. ఈ నేపథ్యంలో



విద్యుత్ వాహనాలకు సౌకర్యార్థం చార్జింగ్ స్టేషన్ ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ప్రస్తుతం వ్యక్తిగత, ప్యాసింజర్ వాహనాల కొనుగోలులో విద్యుత్ వాహనాలకి వినియోగదారులు అధిక ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నారని తెలిపారు. కేంద్ర, రాష్ట్ర ప్రభుత్వాలు సైతం విద్యుత్ వాహనాల కొనుగోలు అంశంలో పెద్ద ఎత్తున రాయితీలు అందిస్తుందని తెలిపారు. స్వయం

ఉత్తీర్ణత శాతం మెరుగుపరచాలి

మహబూబ్ నగర్, జనవరి 23(పుదయం):

ఇంటర్మీడియట్ పబ్లిక్ పరీక్షలలో బాగా చదివి ఉత్తీర్ణతా శాతం మెరుగుపరచాలని జిల్లా కలెక్టర్ విజయచంద్రబోయి విద్యార్థినిలకు సూచించారు. శుక్రవారం మహబూబ్ నగర్ జిల్లా కేంద్రంలో ప్రభుత్వ బాలికల జూనియర్ కళాశాలలో నిర్వహించిన సేంద్రిత చీఫ్ డిప్యూటీ మినిస్టర్ (పి.డి.ఎం)లో ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొంటూ, విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ ఇంటర్మీడియట్ దశ విద్యార్థుల జీవితంలో అత్యంత కీలకమైనదని కలెక్టర్ పేర్కొన్నారు. పరీక్షలకు వెలసమయం ఉందని విద్యార్థినిల దిన్న లేకుండా అత్యవసానం తో ప్రశంసగా పరీక్షలు రాయాలని అన్నారు. 9.10 ప



తరగతి వార్షిక పరీక్షల్లో 90 శాతం సూచిత శాతం ఫలితాలు వస్తే ఇంటర్మీడియట్ వచ్చే వరకు ఉత్తీర్ణత శాతం తగ్గుతుందని అన్నారు. ప్రభుత్వ కళాశాలలు రిజెస్ట్రే అన్నారు. “మంచి విద్యార్థులను జనభవనం ఉపాధ్యాయులు ఉన్నారని మంచిగా చదివి పరీక్షలు రాయండి అని అన్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలు గురుకులాల్లో చదువు కొని ఎంతో మంది ఐ. ఎస్.సి.ఐ.ఎస్.అధికారులుగా పని చేస్తున్నారని తెలిపారు.

బైక్ ర్యాలీలో కాంగ్రెస్ నాయకులు



నారాయణపేట టౌన్, జనవరి 23(పుదయం):

నారాయణపేట జిల్లా కేంద్రంలో వివిధ రాజీయ పార్టీల నాయకులు కాంగ్రెస్ పార్టీ చేపట్టిన బైక్ ర్యాలీలో సింగర్ టేన్ కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు పోల్గొన్నారు. కృష్ణ అధ్వర్యంలో భారీ ఎత్తున బైక్ ర్యాలీ నిర్వహించారు. ఎల్లమ గుడి ముందునుండి కాంగ్రెస్

పార్టీ తరపు నుంచి చేపట్టిన ఈ బైక్ ర్యాలీ పట్టణంలోని పురసీధుల గుండా తిరుగుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యాలయానికి చేరుకుంది. ఈ కార్యక్రమంలో వికలాంగుల సంఘం జిల్లా అధ్యక్షుడు భక్తవత్సలం, మైనార్టీ కాంగ్రెస్ లీడర్ హాస్సోద్దీన్ మైసూర్ నాయకులు కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

యూరో కిడ్స్ పాఠశాలలో అక్షరాభ్యాసం

సంగారెడ్డి జిల్లా, పటాన్యెరు:

వసంత పంచమి పర్యటిన్నా పురస్కారం పొందిన పటాన్యెరు పట్టణంలోని యూరో కిడ్స్ పాఠశాలలో అక్షరాభ్యాస కార్యక్రమాన్ని ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయులు శ్రీ మహేష్ గారు, సంచన గారు మరియు పురోహితుల సమక్షంలో విద్యార్థులకు అక్షరాభ్యాసం నిర్వహించి శుభారంభం పలికించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులకు విద్య ప్రాంగణ ప్రాముఖ్యతను తెలియజేస్తూ, సరస్వతి దేవిని స్మరిస్తూ



పూజా కార్యక్రమాలు నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు, పట్టణ పుర ప్రముఖులు అధిక సంఖ్యలో హాజరై పాల్గొన్నారు. కార్యక్రమంలో భాగంగా పాఠశాల ఆవరణలో రైతుల దినోత్సవాన్ని కూడా నిర్వహించడం ప్రత్యేక అక్షరగా నిలిచింది. విద్యార్థులు పండ్లు, కూరగా

యలు తీసుకువచ్చి వాటిని విక్రయించే విధంగా కార్యక్రమం ఏర్పాటు చేశారు. దీని ద్వారా పిల్లల్లో జనరాయం పట్ల అవగాహన పెంపొందించడమే లక్ష్యమని నిర్వాహకులు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ప్రధానోపాధ్యాయులు శ్రీ మహేష్ గారు మాట్లాడుతూ, “పిల్లలు పండ్లు, కూరగాయలు విక్రయించే ఈ కార్యక్రమం ద్వారా రైతు చేసే కష్టం, సహనం, వ్యవసాయ విలువ పిల్లలకు తెలియజేయడం జరుగుతుంది. దేశానికి అన్నం పెట్టే రైతుని గుర్తించి గౌరవించాలి” అని అన్నారు.

పోటీ ప్రపంచంలో రాణించాలంటే భాషా ప్రావీణ్యం అవసరం

కొల్లూరు, జనవరి 23 (పుదయం):

పోటీ ప్రపంచంలో రాణించాలంటే భాషా ప్రావీణ్యం, స్మిల్ డెవలప్మెంట్, సృజనాత్మకత అవసరమని రాష్ట్ర వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ అన్నారు. సంగారెడ్డి జిల్లా కొల్లూరు గ్రామంలోని గాడియం ఇంటర్నేషనల్ స్కూల్ క్యాంపస్ లో నిర్వహించిన దక్షిణ భారత వైద్యక క ప్రదర్శన-2026 ముగింపు వేడుకలు శుక్రవారం ఘనంగా జరిగాయి. ఈ కార్యక్రమానికి రాష్ట్ర వైద్య, ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర్ రాజనర్సింహ ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి విద్యార్థులు రూపొందించిన వివిధ రకాల వైజ్ఞానిక అభివృద్ధిల స్టాళ్లను పరిశీలించి, వాటి ఉపయోగాలు, సాంకేతిక



అంశాలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. విద్యార్థులతో ముఖాముఖిగా మాట్లాడి వారి ఆలోచనా విధానం, సృజనాత్మకత ను ప్రశంసించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి మాట్లాడుతూ, పోటీ ప్రపంచంలో మన పిల్లలు రాణించాలంటే భాషా ప్రావీణ్యం, స్మిల్ డెవలప్మెంట్, సృజనాత్మకత తప్పనిసరిగా అవసరమని అన్నారు.



ఎదుర్కోవాలి. అలాగే మెరుగైన వైద్య సేవలను సామాన్యులకు ఉచితంగా అందించడం తెలంగాణ ప్రభుత్వ బాధ్యత అని మంత్రి స్పష్టం చేశారు. జిల్లాస్థాయిలోనే 90 శాతం వైద్య వికీకరణ అందేలా వైద్య రంగాన్ని బలోపేతం చేస్తున్నామని, సూపర్ స్పెషాలిటీ సేవల కోసం హైదరాబాద్ ను వైద్యాలన అవసరం లేకుండా ప్రజా వైద్యాన్ని

దించుకోవాలని మంత్రి సూచించారు. ఇలాంటి వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనలు విద్యార్థులలో ఆలోచనా శక్తి, సృజనాత్మకత, ఐక్య స్థాయిన పెంచుతాయని అన్నారు. ఈ ప్రదర్శనలో అద్భుతమైన అభివృద్ధులు చేసిన విద్యార్థులకు మంత్రి నగదు బహూమతులు, పట్టాలు, ప్రశంసా పత్రాలు అందజేశారు. కార్యక్రమంలో మంత్రి సాంగ్లీ నాథ్ నాయకులు, విద్యార్థులను మంత్రి అభినందించారు. కార్యక్రమంలో ఎంపీ రఘునందన్ రావు, ఎమ్మెల్సీలు మల్లా కొమరయ్య, అరెడ్డి రెడ్డి, స్కూల్ ఎడ్యుకేషన్ కమిషనర్ సనీష్ నికేల్, ఎస్సీఆర్ డైరెక్టర్ రమేష్, అదనపు మంత్రి, గాడియం స్కూల్ సీఈఓ రామకృష్ణ రెడ్డి, జిల్లా విద్యాశాఖ అధికారి వెంకటేశ్వర్లు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

టీజీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ కుమార్ గౌడ్

డిమాండ్ చేశారు. కలెక్షన్లు కవితను తాను ఎప్పుడూ చెబుతా గౌరవిస్తానని చెప్పారు. వాటాల పంపకంలో తేడాతోనే కేసీఆర్ కుటుంబంలో తగాదాలకు మూలం అని ఆరోపించారు. కవిత ఇప్పటికైనా నిజాలు మాట్లాడుతున్నామందుకు సాగృతిస్తున్నామని చెప్పారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో కేవలం మూడు నెలల్లో 547 ఘోష్ ట్యాప్ అయ్యాయని మహేశ్ కుమార్ గౌడ్ ఆరోపించారు. గడిచిన పదేదేల్లో కేసీఆర్ కుటుంబం అల్లి బాహు 420 డౌంగులమార్చిగా రాష్ట్రాన్ని దోచుకుందని ఆరోపించారు. బీఆర్ఎస్ ను స్టవర్షి పురం డౌంగులబ్యాన్ గా అభివర్ణించారు. కార్తీకదీ పు గురించి తర్వాత.. ముందు మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బీఆర్ఎస్ దీపం అగిధోకుండా పనుకపోవాలని ఆయన పలికారు. కాళీ శ్వరం అవినీతిపై కేసీఆర్ కుటుంబంపై ఎందుకు చర్యలు తీసుకోవడం లేదని కేంద్రమంత్రి బండి సంజయ్ ను ప్రశ్నించారు. బీజేపీ నేతలకి ఈజిడ్ ట్యాపింగ్ ఎందుకు పెండింగ్ లో ఉన్నాయో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

ఇబందిపడతారు

పుదయం, హైదరాబాద్ బ్యూరో :

తెలంగాణలో కక్ష పూరిత రాజకీయాలు నడుస్తున్నాయని ఇందులో అధికారిలు పావులలో మారుతున్నారని హరీష్ రావు అన్నారు. ఎవర్నీ పదిలి పెట్టబోమన్నారు. శ్రుతిమించి ప్రపర్యస్తున్న అధికారులు భవిష్యత్లో ఇబ్బందులు పడతారని హెచ్చరించారు. సీఎం రేపంత రెడ్డి డైరెక్టర్ అభ్యం పచ్చినట్లు వ్యవహారం వచ్చే కాలంలో కేసుల్లో ఇరుక్కుంటారని హెచ్చరించారు. రిటైర్మెంట్ కు దగ్గరే ఉన్నాం తర్వాత ఎవరూ ఏం చేయలేదని డిమాండ్ చేస్తామని కూడా హెచ్చరించారు. రిటైర్మెంట్ తర్వాత సప్త సముద్రాల అవతల దాక్కున్నారా కొద్ది చట్టం ముందు నిలబెడతామని సీరియస్ అయ్యారు. కేటీఆర్ నేతలకి ఈజిడ్ ట్యాపింగ్ ఎందుకు పెండింగ్ లో ఉన్నాయో సమాధానం చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

మీడియాతో మాట్లాడారు. పోలీసు అధికారులు, ప్రభుత్వాధికారులు న్యాయబద్ధంగా వ్యవహరించాలని, చట్టం ప్రకారం చర్యలు తీసుకోవాలని హరీష్ రావు సూచించారు. వాటిని మీరితే మాత్రం తీవ్ర పరిణామాలు ఉంటాయన్నారు. ఇప్పుడు ప్రభుత్వం అందగా ఉండవచ్చేమో కానీ రేపటి రోజున కచ్చితంగా ఇంతకంటే అనుభవిస్తారని అన్నారు. తమలు పాపం చుకోవాల్సి ఉంటుందని చెప్పారు. తమపై చాలా కాలం నుంచి దుష్ప్రచారం చేస్తున్న రేపంత రెడ్డి, కాంగ్రెస్ నేతలపై ఎలాంటి చర్యలు తీసుకున్నారో పోలీసులు చెప్పాలని ప్రశ్నించారు. ఇప్పుడు జరుగుతున్నదంతా కేవలం రాజకీయ కక్ష సాధింపనే హరీష్ అభిప్రాయం వ్యక్తం చేశారు. వివిధ స్కామ్ లలో ఇరుక్కున్నా

ప్రభుత్వ పెద్దలు వాటి నుంచి ప్రజల దృష్టిని దైవర్షి చేయడానికే విచారణ పేరుతో వేధిస్తున్నారని ఆరోపించారు. ఎన్ని విధాలుగా వేధించినా తమ పోరాటం మాత్రం ఆపేది లేదని ప్రజా ప్రభుత్వ విధానాలపై పోరాడుతూనే ఉంటామని అన్నారు.



జాతీయం- అంతర్జాతీయం

మూడు కిలోల వెండితో
‘వివాహ ఆహ్వాన పత్రిక’



బంగారంతో పోటీపడుతూ వెండి ధర రోజురోజుకూ కొండెక్కుతున్న తరుణంలో రాజస్థాన్‌లోని జైపూర్‌కు చెందిన శివ్ జోహార్.. తన కుమార్తె వివాహం కోసం మూడు కిలోల స్వచ్ఛ మైన వెండితో ప్రత్యేక ఆహ్వాన పత్రికను తయారు చేయించడం విశేషం. మొత్తం 128 విడిభాగాలతో రూపొందిన ఈ పత్రికలో కనీసం ఒక్క మేకు లేదా స్టూక్ కూడా వాడలేదు. చేతితో దీని తయారీకి ఏడాది సమయం పట్టింది. దాదాపు

పాఠశాలలకు బాంబు బెదిరింపులు!



గణతంత్ర దినోత్సవానికి ముందు.. పాఠశాలలకు బాంబు బెదిరింపులు రావడం కలకలం సృష్టిస్తోంది. నోయి దాలోని శివనాదార్ స్కూల్‌లో సహా అధ్యాపాకాదీలోని పలు పాఠశాలల కు ఈ బెదిరింపు మొయల్స్ వచ్చాయి. దీంతో వెంటనే అప్రమత్తమైన అధికారులు తనిఖీలు ప్రారంభించారు. అబ్దులాజాబ్‌లో పలు పాఠశాలల కు బాంబు బెదిరింపులు వచ్చినట్లు పోలీసులకు సమాచారం అందింది. వెంటనే బాంబు స్వాడ్ సిబ్బంది తో ఆయా స్కూళ్లకు వెళ్లి తనిఖీలు

ఖైదీల మధ్య చిగురించిన ప్రేమ..

పెళ్లికి ఎమర్జెన్సీ పెరోల్

హత్యానేరం కేసులో జైలుశిక్ష అనుభవిస్తున్న ఇద్దరు ఖైదీల మధ్య ఏర్పడిన పరిచయం ప్రేమగా మారింది. పెళ్లి చేసుకోవాలని నిర్ణయించుకున్న ఇంట ఈ విషయాన్ని అధికారుల దృష్టికి తీసుకువెళ్లించి, వారి అభ్యర్థనల కోర్పు అంగీకరించడంతో పెరోల్‌పై బయటకు వచ్చినవారు నేడు ఒకటి కాబోతున్నారు. ఇంతకీ విషయం ఎంటంటే? డిల్లీగ్ యావ్‌లో పరిచయమైన వ్యక్తి ని హత్య చేసిన కేసులో దోషిగా తేలిచిన ట్రియాస్‌డే అనే యువతి 2018 నుంచి జైపుర్‌లోని సంగనేర్ ఓపెన్ జైల్లో శిక్ష అనుభవిస్తోంది. ఇదుగురిని హత్య చేసిన కేసులో దోషిగా తేలిన హనుమాన్ ప్రసాద్ అదే జైల్లో 2017 నుంచి శిక్ష అనుభవిస్తున్నాడు. అరు నెలల క్రితం వీరి మధ్య ప్రేమ చిగురించింది. పెళ్లితో ఒక్కటవ్వాలని నిర్ణయించుకున్నారు. తాము వివాహం చేసుకోవడానికి పెరోల్ ఇవ్వాలిందిగా రాజస్థాన్ హైకోర్టు ను ఆశ్రయించారు. దీంతో న్యాయస్థానం 15 రోజుల అత్యవసర పెరోల్ ఇచ్చింది. ప్రస్తుతం పెరోల్‌పై

మెడికల్ సీటు కోసం

డాక్టర్ కావాలని కలలు కనే విద్యార్థులు.. వాటిని సాకారు చేసుకునేందుకు కృషి. పట్టుదలతో ప్రయత్నిస్తారు. కానీ, ఉత్తర్ ప్రదేశ్‌కు చెందిన ఓ విద్యార్థి మాత్రం వక్రమార్గాన్ని ఎంచుకున్నాడు. రెండు నార్సు నీట్ ప్రవేశ పరీక్ష రాసి విఫలమైన అతడు.. దివ్యాంగుల కోటాలో తేలికగా సీటు పొందవచ్చని భావించి తీవ్ర చర్యలు దిగాడు. ఇందుకోసం తన పాదాన్నే సరుక్కున్నాడు. చివరకు అతడి ప్రయత్నం బెదిరికొట్టడంతో పోలీసుల కేసు ఎదుర్కొనే పరిస్థితి వచ్చింది. ఉత్తర్ ప్రదేశ్‌లోని టోన్‌షిఫర్‌కు చెందిన సూరజ్ భాస్కర్ (20) ఇటీవల తీవ్రంగా గాయపడ్డాడు. గుర్తుతెలియని వ్యక్తులు దాడి చేసి సాధారణంగా, పాదం తెగిపోయి అపస్వారక స్థితిలోకి వెళ్లిపోయాడని అతడి సోదరుడు

పాదం నరుక్కున్న విద్యార్థి!



స్థానిక పోలీసులకు ఫిర్యాదు చేశాడు. దర్యాప్తు చేపట్టిన పోలీసులకు.. సూరజ్ ఇచ్చిన వాంగ్మూలంలో అనేక లోపాలు కనిపించాయి. అతడి ఫోన్‌ను పరిశీలించగా.. అందులో ఓ

సాగించిన అధికారులకు పోకింగ్ విషయం తెలిసింది. వైద్య విద్య ప్రవేశ పరీక్ష ను రెండు సార్లు రాసిన సూరజ్.. అత్యంత సాధించలేకపోయాడు. దీంతో తీవ్ర ఒత్తిడికి లోనై ఎలాగైనా సీటు పొందాలని భావించాడు. దివ్యాంగుల కోటాలో తేలికగా సీటు సాధించవచ్చని అనుకున్నాడు. ఇందుకోసం ఓ పాదాన్ని తొలగించుకున్నాడు. ప్రమాదంలో ఇదంతా జరిగిందని సమృద్ధి చెందుకు. గుర్తుతెలియని దుండగులు దాడి చేశారనే కట్టుకథ చెప్పినట్లు పోలీసుల దర్యాప్తులో తేలింది. దీంతో అతడిపై ఏయే సెక్షన్ల కింద కేసు నమోదు చేయాలనే దానిపై న్యాయ సలహా తీసుకుంటున్నట్లు స్థానిక పోలీసులు వెల్లడించారు. ప్రస్తుతం అతడు ఓ ప్రైవేటు ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్నాడు.

తన వల్లే ఇరాన్‌లో 800లకు పైగా నిరసకారుల మరణ శిక్షలు ఆగాయని అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ చేసిన వ్యాఖ్యలపై ఇరాన్ న్యాయవ్యవస్థకు చెందిన ప్రముఖ ప్రాసిక్యూటర్ మొహమ్మద్ మొవాహిది స్పందించారు. అవన్నీ అబద్ధాలన్నాడు. నిరసనకారులకు సామాహిక మరణ శిక్ష విధించాలనే నిర్ణయమే తమ ప్రభుత్వం తీసుకోలేదన్నాడు. ఎవరికీ ఉరిశిక్షలు విధించలేదని తెలిపారు. అరెస్టు చేసిన వారి సంఖ్య కూడా అంత మొత్తంలో లేదన్నాడు. దీనిపై తప్పుడు వార్తలు, ప్రకటనలను ప్రచారం చేయొద్దని అంతర్జాతీయ మీడియా వర్గాలకు సూచించారు.

నావల్లే 800 ఉరిశిక్షలు ఆగాయి



ఐదేళ్ల చిన్నారిని నిర్బంధించిన ఇమిగ్రేషన్ అధికారులు!

అమెరికా అధ్యక్షుడు డొనాల్డ్ ట్రంప్ నేతృత్వంలోని ప్రభుత్వం.. వలసదారులపై కఠినంగా వ్యవహరిస్తోన్న సంగతి తెలిసిందే. ఈ క్రమంలో అక్కడ ఐదేళ్ల చిన్నారిని ఇమిగ్రేషన్ అధికారులు నిర్బంధించడం తీవ్ర కలకలం రేపుతోంది. మిస్సోరిలోని ప్రీస్కాల్ నుంచి ఇంటికి వెళ్తున్న ఆ చిన్నారిని, అతడి తండ్రిని ఫెడరల్ అధికారులు అదుపులోకి తీసుకొని, వారిని టెక్సాస్‌లోని ఓ నిర్బంధ కేంద్రానికి తరలించారని ప్రీస్కాల్ సిబ్బంది, బాధితు కుటుంబ న్యాయవాది పేర్కొన్నారు.



స్కూల్ సిబ్బంది తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. నిర్బంధించిన బాలడి పేరు లియామ్ కోనోరా మోసాగ్ పేర్కొన్నారు.

రు. 2024లో ఈ చిన్నారి కుటుంబం అమెరికాకు వలస వచ్చిందని తెలిపారు. బహిష్కరణకు సంబంధించి వారికి ఎలాంటి ఉత్తర్వులు జారీ కాలేదన్నారు. ఇమిగ్రేషన్ అధికారులు బాలడిని లక్ష్యంగా చేసుకున్నారంటూ విమర్శలు వెల్లువెత్తాయి. దీనిపై హోల్లాండ్ సెక్యూరిటీ విభాగం ప్రతినిధి ట్రిషియా మెక్‌లిఫ్ఫిన్ స్పందించారు. చిన్నారి తండ్రి ఆడ్రియన్ అల్వైగండ్స్ కోనోరా అరియాన్ ఈక్విడార్ జాతీయుడని పేర్కొన్నారు. దేశంలో చట్టవిరుద్ధంగా ఉంటున్న అతడిని.. అదుపులోకి తీసు

ఇరాన్ దిశగా అమెరికా సైన్యం

అందోళనకారులను అణచివేస్తోన్న ఇరాన్ పై సైనిక చర్యకు సిద్ధమైన అమెరికా.. చివరి నిమిషంలో తన నిర్ణయాన్ని రద్దు చేసుకున్న విషయం తెలిసిందే. అయినప్పటికీ ఆ దేశంలో ఉద్రిక్తతల చక్రారక పోవడంతో ఇరాన్ పాలకులకు అమెరికా అధ్యక్షుడు ట్రంప్ మరోసారి హెచ్చరికలు చేశారు. ఇప్పటికే ఇరాన్ చుట్టూ భారీ నౌకా దళాన్ని మోహరించామని, అమెరికాలోని అతిపెద్ద సైన్యం ఆ దేశం వైపు కదులుతోందని పేర్కొన్నారు. ఇరాన్ విషయంలో ఆ



దేశానికి ఎలాంటి సన్నం జరగకూడదని తాను భావిస్తున్నప్పటికీ ఇకా ఉద్రిక్తతల సద్దుమణిగట్టవచ్చు. అక్కడి పరిస్థితుల ను తాము నిశ్చితంగా పరిశీలిస్తున్నామని,

మరోసారి ట్రంప్ హెచ్చరికలు

వందల మంది నిరసనకారులకు విధించిన ఉరిశిక్షలను అమెరికా ఒత్తిడి వల్ల అక్కడి అధికారులు రద్దు చేసిన విషయాన్ని ట్రంప్ ఘనపడ్డాల్సి వచ్చింది. ఈ విషయంలో తాము కల్పించుకోకపోయి ఉంటే ఇరాన్‌లో 800 మందికి పైగా నిరసనకారులు తమ ప్రాణాలు కోల్పోయేవారని.. వారి సరికి క్షులను తాము ఆపాసని తెలిపారు. వారిని ఉరిశిక్ష ఇరాన్ పై తీవ్ర చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించడంతో ఇరాన్ పాలకవర్గం వెనక్కి తగ్గించిందన్నారు.

డబ్ల్యూ హెచ్‌వో నుంచి వైదొలిగిన అమెరికా

రూ.2వేల కోట్లు బకాయిపడిన అగ్రరాజ్యం

వాషింగ్టన్: అమెరికా కీలక నిర్ణయం తీసుకుంది. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ డబ్ల్యూ హెచ్‌వో నుంచి యూఎస్ అధికారికంగా వైదొలిగింది. కొవిడ్ మహమ్మారిని అదుపు చేయడంలో, సంస్కరణలను అమలుచేయడంలో డబ్ల్యూ హెచ్‌వో విఫలమైందని అమెరికా ఆరోగ్య, మానవ సేవల విభాగం తెలిపింది. ఇకపై డబ్ల్యూ హెచ్‌వోకు అమెరికా నుంచి వచ్చే ఆస్పత్రుల నిధులు నిలిపివేస్తున్నామని.. ప్రపంచవ్యాప్తంగా ఉన్న దాని ఆస్తి కార్యాలయాల నుంచి యూఎస్ నిబ్బందిని వెనక్కి పిలిచిందని ట్టు వెల్లడించింది. ఈ సంస్థకు సంబంధించిన సాంకేతిక కమిటీలు, వర్సింగ్ గ్రూపుల నుంచి కూడా వైదొలుగుతున్నట్టు తెలిపింది.



ఇకనుంచి పరిమిత పరిధి మేరకు డబ్ల్యూ హెచ్‌వో కలిసి పనిచేయనున్నట్టు యూఎస్ ఆరోగ్యశాఖ అధికారులు వెల్లడించారు. రెండోసారి బాధ్యతలు చేపట్టినప్పటి నుంచి అమెరికా అధ్యక్షుడు

డబ్ల్యూ హెచ్‌వో నుంచి అగ్రరాజ్యం వైదొలిగి సమయానికి అమెరికా దానికి 260 మిలియన్ డాలర్లు (రూ. 2,382 కోట్లు) బకాయిలను చెల్లించాల్సి ఉందని బ్లామ్ ఫెల్డ్ నివేదిక వెల్లడించింది. ఈ విషయంపై డబ్ల్యూ హెచ్‌వో అధికారులు మాట్లాడుతూ.. సంస్థ నుంచి వైదొలుగుతున్నట్లు అమెరికా వెల్లడించగానే సరిపోదా.. సంస్థకు బకాయిపడిన 260 మిలియన్ డాలర్లను చెల్లించేవరకు డబ్ల్యూ హెచ్‌వో నుంచి యూఎస్ ఉపసంహరణ పూర్తి కాదన్నారు. అయితే ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థకు చెల్లించాల్సిన బకాయిలపై అమెరికా అధికారిక చర్యలు స్పందిస్తూ.. సంస్థ నుంచి వైదొలిగడానికి ముందు బకాయిలను పూర్తిగా చెల్లించాలనే నిబంధనపై సయమమేమీ లేదన్నారు.

రిపబ్లిక్ డే పరేడ్ కవాతులో ఈయూ బృందం!



దిల్లీ: ఈసారి రిపబ్లిక్ డే వేడుకలు అంతర్జాతీయంగా కీలకంగా మారినవాయి. ఈ ఉత్సవాల్లో ఐరోపా సమాఖ్య బృందం కవాతులో పాల్గొనుంది. భారత్‌లో సంబంధాలను మరింత మెరుగుపర్చుకునేందుకు ఈయూ నేతలు ఆసక్తి చూపిస్తున్నారు. ఇటీవల గ్రీన్‌లాండ్ అంశంలో అమెరికా అధ్యక్షుడు డోనాల్డ్ ట్రంప్ వ్యవహరించిన విషయంపై నేతలను కలవరానికి గురి చేసిన సంగతి తెలిసిందే.

బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలి



♦ **ఎస్సీ సరిశిక్షి సంకీర్ట్ జయశంకర్ భూపాలపల్లి, జనవరి 23 (పుడయం) :**

ప్రతి పోలీస్ అధికారి, సిబ్బంది బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలని జిల్లా ఎస్సీ సరిశిక్షి సంకీర్ట్ అన్నారు. జయశంకర్ భూపాలపల్లి జిల్లా ఎస్సీ సరిశిక్షి సంకీర్ట్ గౌరవోత్సవంలో పాల్గొని స్పీచ్ చేశారు. ఈ సందర్భంగా పోలీస్ స్టేషన్ ప్రాంగణం, పరిసరాల శుభ్రత, రికార్డుల నిర్వహణ, సిబ్బంది విధి నిర్వహణ విధానం తదితర అంశాలను జిల్లా ఎస్సీ సమగ్రంగా

పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్సీ మూట్టాడుతూ.. పోలీస్ స్టేషన్ కు వచ్చే ప్రజలకు స్నేహపూర్వక వాతావరణం కల్పించడంతో పాటు, శ్రుతిక న్యాయం, పౌరదర్యక సేవలు అందేలా ప్రతి పోలీస్ సిబ్బంది బాధ్యతాయుతంగా విధులు నిర్వహించాలని ఆయన సూచించారు. అలాగే, శాంతి భద్రతల పరిరక్షణతో పాటు ప్రజల విశ్వాసాన్ని పెంపొందించే విధంగా విధులు నిర్వహించడమే పోలీస్ శాఖ ప్రధాన లక్ష్యమని తెలిపారు. జిల్లా ప్రమోల్ పోలీస్ అధికారులతో పాటు సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

పెండింగ్ వేతనాలు వెంటనే చెల్లించాలి

జాయింట్ యాక్టన్ కమిటీ



ధర్మసాగర్, జనవరి 23 (పుడయం) : పెండింగ్ లోని వేతనాలు వెంటనే చెల్లించాలని, ఉద్యోగస్థుల ఎన్ హెచ్ఎం జాయింట్ యాక్టన్ కమిటీ డిమాండ్ చేసింది. ఉద్యోగుల సమస్యలతోపాటు పెండింగ్ వేతనాలు చెల్లించాలని కోరుతూ శుక్రవారం హైదరాబాద్ లోని కోర్ కమిషన్ రికార్డలయనికి వెళ్లారు. అయితే ఆ సమయంలో కమిషన్ లేకపోవడంతో అందుబాటులోని అధికారులకు ఉద్యోగుల సమస్యలను వారి దృష్టికి తీసుకెళ్లారు. ఫిబ్రవరి మొదటి వారంలోపు పెండింగ్ లోని వేతనాలు క్రియర్ చేస్తామని స్పష్టమైన హామీ ఇచ్చినట్లు ఎన్ హెచ్ఎం

జాయింట్ యాక్టన్ పేర్కొంది. ఫిబ్రవరి మొదటి వారం వరకి వేతనాలు క్రియర్ చేయని వ్యక్తుల రాష్ట్రం గా ఆందోళనలు చేపడతామని రాష్ట్ర జేసీ నాయకులు హెచ్చరించారు. అలాగే 78 క్యాడర్లలో 17వేల ఎన్ హెచ్ఎం ఎంపిస్థాయిని రాష్ట్రస్థాయి నుంచి పవ్లల వరకు పని చేస్తున్నారని వారందరినీ ఎలాంటి పరతులు లేకుండా రెగ్యులరైజ్ చేయాలని కోరారు. కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర కోర్ కమిటీ మెంబర్స్ దాక్షిణ్ మహేందర్ రావు పట్టి, ఎండి రుక్మిణి, ప్రవీణ్, సరేష్, ఉమాకర్, గౌస్ పాషా, భారతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాంగ్రెస్ నాయకులను నిలదీయాలి

బీఆర్ఎస్ నాయకుడు లింగాల కమల్ రాజు మధిర పట్టణంలో మార్చింగ్ వాక్



మధిర, జనవరి 23 (పుడయం) : మున్సిపల్ ఎన్నికల ప్రచారానికి వచ్చే కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులను నిలదీయాలని మాజీ జడ్పీ చైర్మన్, బీఆర్ఎస్ మధిర అసెంబ్లీ ఇన్ చార్జ్ లింగాల కమల్ రాజు ప్రజలను కోరారు. శుక్రవారం వారు మధిర పట్టణంలోని 21వ వార్డు నందు జరిగిన మార్చింగ్ వాక్ లో పాల్గొని ప్రజలతో కలిసి పాల్గొన్నారు. ఆయన ప్రజలకు గ్యారెంటీ కార్డు పేరుతో హామీ ఇచ్చి మాట తప్పిన కాంగ్రెస్ పార్టీ వైసీపీలను ఎండగడుతూ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజలకు ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ ఇంటింటికీ కాంగ్రెస్ బాకీ కార్డులను పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ నాయకులు ఎంత గొప్పలు చెప్పుకున్నా మధిర పట్టణంలో జరిగిన ప్రతి అభివృద్ధి పై వైసీపీ ముద్ర ఉందన్నారు. రెండేళ్లగా మధిరలో అభివృద్ధి

గురించి పట్టించుకోని భట్టి విక్రమార్క కేవలం ఎన్నికల్లో అల్లి కొనమే నిధులు మంజూరు పేరుతో హడావుడి శంకు స్థాపనలు చేస్తున్నారని మండిపడ్డారు. కాంగ్రెస్ నాయకులు ఎన్ని నాటకాలు చేసినా ఈ ఎన్నికల్లో తగిన గణపాఠం చెప్పేందుకు ప్రజలు సిద్ధంగా ఉన్నారని తెలిపారు. అందరి గ్రౌండ్ డ్రైనేజ్ అనికే అభివృద్ధి పేరుతో మంచిగా ఉన్న సిమెంట్ రోడ్లను ఎందుకు ధ్వంసం చేశారని కాంగ్రెస్ నాయకులను ప్రశ్నించారు. ఎన్ డిఎస్ సిమెంట్ లో ఉన్న పేదలకు ఎందుకు ఇందరమ్మ ఇళ్లను ఇవ్వడం లేదని నిలదీసి అడగా లని సూచించారు. అసెంబ్లీ ఎన్నికల ముందు ప్రజలకు చెప్పినట్లు ప్రతి మహిళకు ఇచ్చిన హామీలు ఏమయ్యాయి ప్రశ్నించారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ ప్రసాద్, రావుల శ్రీనివాసరావు, చిత్తూరు నాగేశ్వరరావు, అధిక శ్రీనివాసరావు, ధీరావత మాధవి పాల్గొన్నారు.

భద్రావతి భావన ఋషి స్వామి వార్ల కళ్యాణమునకు ఆహ్వానం



మేళ్లచెరువు/పూజార్ నగర్, జనవరి 23 (పుడయం) :

భద్రావతి భావన ఋషి స్వామి వార్ల కళ్యాణ మహోత్సవానికి కొండ ఎమ్మెల్యే చిన్నమేటి కమలీ చైర్మని పదాధిపతి మేళ్లచెరువు దేవాలయ కమిటీ అహ్వానించింది. సూర్యాపేట జిల్లా మేళ్లచెరువు మండల కేంద్రంలో శివాలయం ప్రాంగణంలో నిర్వహించబడతూ ఈ నెల రథసప్తమి సందర్భంగా ఆదివారం రోజున భద్రావతి భావన ఋషి కళ్యాణ మహోత్సవం నిర్వహిస్తున్నారు. ఈ సందర్భంగా శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే కార్యాలయంలో మేళ్లచెరువు దేవాలయ కమిటీ అమెను కలిసి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించి ఆహ్వానించారు. అమె సామకాలంగా స్పందించి తప్పకుండా ఈ కార్యక్రమానికి హాజరవుతానని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో పద్మశాలి కుల బాంధవులు అలయ కమిటీ చైర్మన్ సామెటి రంగారావు, దామెర అంజి, చిట్టికోలు పవన్, గౌరీ శ్రీసురాజ్, జిల్లా నారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

దర్శంగా శుక్రవారం ఎమ్మెల్యే కార్యాలయంలో మేళ్లచెరువు దేవాలయ కమిటీ అమెను కలిసి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించి ఆహ్వానించారు. అమె సామకాలంగా స్పందించి తప్పకుండా ఈ కార్యక్రమానికి హాజరవుతానని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో పద్మశాలి కుల బాంధవులు అలయ కమిటీ చైర్మన్ సామెటి రంగారావు, దామెర అంజి, చిట్టికోలు పవన్, గౌరీ శ్రీసురాజ్, జిల్లా నారాయణ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఎనిమిదేళ్ల పోరాటానికి దక్కిన ఫలితం

దిగొచ్చిన జెన్నో యాజమాన్యం 1272 ఇండ్ల సేకరణకు సిగ్నల్ జిల్లా కలెక్టర్ జోక్యంతో సమసిన సమస్య లీజు ప్రతిపాదన రద్దు

మల్లర్, జనవరి 23 (పుడయం) :

తాడిచర్ల ఓపెన్ కాన్స్ గని ప్రభావిత ప్రాంత భూనిర్మాణాల వినియోగ దేశ్ సుదీర్ఘ పోరాటానికి ఫలితం దక్కింది. ప్రమాదకరమైన 'డెంజర్ జోన్' పరిధిలో ఉన్న 1272 ఇండ్లను సేకరించి, బాధితులకు తగిన నష్టపరిహారం చెల్లించేందుకు జెన్నో సంస్థ సానుకూలంగా స్పందించింది. జిల్లా కలెక్టర్ జోక్యంతో వివాదాస్పదమైన 'లీజు' ప్రతిపాదనను జెన్నో యాజమాన్యం పక్కన పెట్టడం ఈ పోరాటంలో కీలక మలుపుగా మారింది.

లీజు ప్రతిపాదనపై నిర్మాణశుల ఆగ్రహం...

గని విస్తరణలో భాగంగా జెన్నో అధికారులు మొదట ఇళ్లను శాశ్వతంగా సేకరించకుండా కేవలం 'లీజు' పద్ధతిలోనే తీసుకోవాలని ప్రతిపాదించారు. అయితే భూస్వామి స్పష్టమైన ఆదేశాలకు ఉన్న ప్రాంతంలో లీజు విధానం అసాధ్యమని భూనిర్మాణశులు తీవ్ర ఆగ్రహం వ్యక్తం చేశారు. తమను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించాలన్న డిమాండ్ తో నిర్మాణశులు ఉద్యమాన్ని ఉధృతం చేశారు.

కలెక్టర్ కు గోడు వెళ్లబోసుకున్న నిర్మాణశులు...

ఈ నేపథ్యంలో భూ నిర్మాణశులు కేసీఆర్ పై రివి, కేసీఆర్ పై సురందర్, కోట మహేష్, తాండ ఆశీర్వాదం, ఇందరావు రాజు, కొలుపురి సంజీవ్,



జనవరి 12 న కలెక్టర్ కు కలిసిన సమస్య వివరించిన బాధితులు

తాండ సామెల్, మాటూరి అన్నేష్ తదితరులు జిల్లా కలెక్టర్ కు కలిసి తమ ఆవేదనను వివరించారు. నిర్మాణశుల గోడును విన్న జిల్లా కలెక్టర్, జెన్నో అధికారులతో అత్యవసర సమన్వయంతో అయితే నిర్మాణశుల ఆదేశాలకు జారీ చేశారు. బాధితులను సురక్షిత ప్రాంతాలకు తరలించడం మినహా మరో మార్గం లేదని తెల్పి చెప్పడంతో జెన్నో యాజమాన్యం దిగివచ్చినట్లు సమాచారం.

రికార్డుల ప్రకారం ఇళ్ల సేకరణ - లద్దుల గుర్తింపు...

కలెక్టర్ ఆదేశాల మేరకు, అధికారిక రికార్డుల ప్రకారం ఉన్న 1272 ఇండ్లను సేకరించేందుకు జెన్నో గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. ఈ ప్రక్రియలో పాదదర్శక కోసం సంస్థ కొన్ని కీలక నిబంధనలు

విధించింది:

నర్మల్ ప్రకారం పెంపు:

గతంలో నిర్వహించిన మొదటి నర్మల్ 1088 ఇండ్లుగా సమాధి కాగా, కాలక్రమణ పరిశీలనలు, రికార్డు సమీక్షణలతో అధికారిక సంఖ్య 1272 ఇండ్లకు చేరింది. ఈ ఇండ్లకు 2011-12 నర్మల్ ఆధారంగా నష్టపరిహారం చెల్లించనున్నారు.

నివాసయోగ్యమైన ఇళ్లకే ప్రాధాన్యత...

కేవలం పరిహారం కోసం నిర్మించిన పెద్ద, మనుషులు నివసించని గృహాలను ఎల్లీ పరిస్థితుల్లోనూ పరిగణనలోకి తీసుకోబోమని జెన్నో స్పష్టం చేసింది. నివాసం లేని ఇళ్లకు చెల్లింపులు జరిగితే అది భారీ 'స్కామ్'కు దారితీసే ప్రమాదం

ఉందని అధికారులు ఆందోళన వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

పక్కా గుర్తింపు...

ఇంటి పన్ను రికార్డులు, విద్యుత్ మీటర్ డేటా ఆధారంగా అర్హుల జాబితాను రెవెన్యూ అధికారులు నిశితంగా పరిశీలిస్తున్నారు.

ముగిసిన ఎనిమిదేళ్ల నిరీక్షణ...

కాలుష్యం, భూస్వామి భయంతో ఎనిమిదేళ్లుగా దర్జాలు, కోర్టుల పట్టు తిరిగిన తాడిచర్ల బాధితులకు ఇప్పుడు పూర్తి స్థాయి ఉపశమనం లభించే పరిస్థితి ఏర్పడింది. ఫిబ్రవరి రెండో వారంలోగా అర్హుల జాబితాను ప్రకటించి, పరిహారం చెల్లింపు వేగవంతం చేయాలని అధికారులు భావిస్తున్నారు. ఈ నిర్ణయంపై నిర్మాణశులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.

ఘనంగా వసంత పంచమి వేడుకలు



లక్ష్మివేట, జనవరి 23 (పుడయం) :

వసంత పంచమి, పంచమి సందర్భంగా పట్టణంలోని స్థానిక లిటిల్ స్టార్ పాఠశాలలో శుక్రవారం ఘనంగా వేడుకలు నిర్వహించారు. సరస్వతి దేవి పూజ, సరస్వతి హోమం చేసి చిన్నారిలకు అక్షరాభ్యాసం కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా పాఠశాల కలపాండెట్ల సంతపురికిషోర్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. మామ మాన శుక్ల పక్షపంచమిని జరుపుకునే వసంత పంచమి ప్రకృతి అంతా సూత్రం సూత్రం కళకళలాడుతుందన్నారు. ఇదే రోజున సరస్వతి దేవి అవతరించినది పురాణాలు చెప్పున్నాయన్నారు. పిల్లలకు చిన్నతనం నుంచి మన సంస్కృతి, సాంప్రదాయాలను నిర్మించడం వల్ల పిల్లలు మంచి పౌరులుగా తయారవుతారని ఉద్దేశంతో తమ పాఠశాలలో ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించామని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో పాఠశాల డైరెక్టర్లు మహమ్మద్ హమీద్, మినుముల శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రులు, చిన్నారులు పాల్గొన్నారు.

ఓటు హక్కు వజ్రాయుధం

మల్లర్ తహసీల్దార్ రవికుమార్



మల్లర్ రావు, జనవరి 23 (పుడయం) :

ప్రజాస్వామ్యంలో ఓటు హక్కు అత్యంత శక్తివంతమైనదని, ప్రతి ఒక్కరూ బాధ్యతగా ఓటు హక్కును వినియోగించుకోవాలని మల్లర్ తహసీల్దార్ కేరవికుమార్ పిలుపునిచ్చారు. జాతీయ ఓటర్ డిస్కవరీ షుభర్యంపంతుని తహసీల్దార్ కార్యాలయంలో అధికారులకు, సిబ్బందికి మరియు గ్రామస్థులకు ఆయన ఓటర్ ప్రతిజ్ఞ చేయించారు. ఈ సందర్భంగా తహసీల్దార్ మాట్లాడుతూ, దేశ భవిష్యత్తును నిర్ణయించే శక్తి ఓటుకు ఉందని, 18 ఏళ్లు

నిండిన ప్రతి యువతీ యువకులు ఓటురుగా సమాధి చేసుకోవాలని సూచించారు. కుల, మత, వర్ణ భేదాలకు తావులేకుండా, ఎటువంటి ప్రలోభాలకు లొంగకుండా స్వేచ్ఛాయుత వాతావరణంలో ఓటు వేస్తామని అందరితో ప్రమాణం చేయించారు. ప్రజాస్వామ్య వ్యవస్థను బలోపేతం చేయడానికి ఓటర్ పాత్ర కీలకమని, అర్హులైన ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఓటు హక్కును పొందేలా అవగాహన కల్పించాలని సూచించి కోరారు. కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ తహసీల్దార్ బ్రహ్మాశర్మ రావు, సీనియర్ అసిస్టెంట్ అరుణ్

బీజేపీ ఆధ్వర్యంలో నేతాజీకి ఘన నివాళి

పెద్దపల్లి, జనవరి 23 (పుడయం) :

బీజేపీ పట్టణ అధ్యక్షుడు పెంజార్ల రాకేష్ ఆధ్వర్యంలో పెద్దపల్లి జిల్లా కేంద్రం సుభాష్ నగర్ లోని సుభాష్ చంద్ర బోస్ విగ్రహానికి పూలమాల వేసి నివాళులర్పించారు. ఈ సందర్భంగా బీజేపీ నాయకులు మాట్లాడుతూ.. దేశ సామంతత్వ పోరాటంలో నేతాజీ కృషి ఎన్నెన్నోలు అన్నారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ సీనియర్ నాయకులు, మండల అధ్యక్షుడు సర్పంచ్ వేల్పుల రమేష్, తండ్రి రాజేశ్వరరావు జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి పవై నదానందం, కార్యదర్శి శివంగిరి సరేష్, పోస్టాల్ సెలక్షన్ కమిటీ రావు, కావేరి రాజగోపాల్, మేకల



శ్రీనివాస్, వోల్ల తిరుపతి, మోటం సర్పంచి, కరణాకర్, వివేక్, ఎరోళ్ల శ్రీకాంత్, మోర మనోహర్, రాజాం మహాంత కృష్ణ, పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి గుడ్ల నరేష్, బోలవేల సురందర్,

పిట్టా వినయ్, గాధని నరేష్, మంధని కృష్ణ, పోగురాజు, పోరా బాబు ఆనందరావు, సంపత్, రాకేష్, వేణు, రమేష్, మదుకర్, హరీష్, అశోక్, శ్రీనివాస్, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థుల్లో శాస్త్రీయ ఆలోచన పెంపొందించాలి ఎమ్మెల్యే జారె ఆదినారాయణ



దమ్మపేట, జనవరి 23 (పుడయం) :

విద్యార్థుల్లో దాగివున్న సృజనాత్మకత, ఆలోచన సామర్థ్యం, పరిశోధన దృక్పథాన్ని వెలికితీసేందుకు, విద్యా, వైజ్ఞానిక ప్రదర్శనలు తోడ్పడుతాయని, శాస్త్రీయ ఆలోచన పరిధిని విస్తరించుకోవాలని ఎమ్మెల్యే జారె ఆదినారాయణ సూచించారు. దమ్మపేట మండల కేంద్రంలో సెయింట్ మేరీస్ ఇంగ్లీష్ మీడియం హైస్కూల్ ప్రైవేట్ పాఠశాల సందం యాజమాన్యం ప్రత్యేకంగా నిర్వహించిన సైన్స్ ఘెయర్ 2025-26 కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే జారె ఆదినారాయణ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు ప్రతిభను వెలికితీసే విధానాలు చూపిన సృజనాత్మకత శాస్త్రీయ ఆలోచన విధానాన్ని ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించి అభినందనలు తెలిపారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ నేటి విద్యార్థుల్లో రేపటి శాస్త్రవేత్తలన్నారని భావించి శాస్త్రీయ ఆలోచన పరిధిని విస్తరించాలి, దేశ కమిటీ సభ్యులు సాగించే వినుమతి, ప్రజా ప్రతినిధులు, చిన్నతల్లి యుగంధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

యజ్ఞ ముఖ్యఅతిథిగా హాజరయ్యారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులు ప్రదర్శించిన వివిధ శాస్త్రీయ ప్రాజెక్టులను ఆసక్తిగా పరిశీలించారు. చిన్న వయసులోనే విద్యార్థులు చూపిన సృజనాత్మకత శాస్త్రీయ ఆలోచన విధానాన్ని ప్రత్యేకంగా ప్రశంసించి అభినందనలు తెలిపారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ నేటి విద్యార్థుల్లో రేపటి శాస్త్రవేత్తలన్నారని భావించి శాస్త్రీయ ఆలోచన పరిధిని విస్తరించాలి, దేశ కమిటీ సభ్యులు సాగించే వినుమతి, ప్రజా ప్రతినిధులు, చిన్నతల్లి యుగంధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అభివృద్ధికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పెద్దపేట వేసిన సాంఘిక విద్యార్థుల ప్రతిభను వెలికితీసే కార్యక్రమాలను మరింత ప్రోత్సహిస్తామన్నారు. పాఠశాల యాజమాన్యం ఈ విధమైన కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం అభినందనీయమన్నారు. కార్యక్రమంలో అత్యంతమేరీ చైర్మన్ సుంకపల్లి వీరభద్రరావు, స్థానిక సర్పంచ్ పగడాల రమాదేవి, మండలపల్లి సర్పంచ్ గుట్టల శ్రీనివాస్ రావు, డిశా కమిటీ సభ్యులు సాగించే వినుమతి, ప్రజా ప్రతినిధులు, చిన్నతల్లి యుగంధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేతాజీ ఆశయాలను కొనసాగించాలి

భూనాపురం, జనవరి 23 (పుడయం) :

నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబోస్ ఆశయాలను ప్రతి ఒక్కరూ కొనసాగించాలని గ్రామ సర్పంచ్ మాద్రాజు వెంకన్న నాయకులకు యువతకు గ్రామస్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని ధర్మరావుపేట గ్రామంలో నేతాజీ యువజన సంఘం ఆధ్వర్యంలో నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబోస్ జన్మదిన వేడుకలను ఘనంగా నిర్వహించారు. నేతాజీ సుభాష్ చంద్రబోస్ జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకొని సుభాష్ చంద్రబోస్ విగ్రహానికి గ్రామ సర్పంచ్, నేతాజీ యువజన సంఘం అధ్యక్షులతో పూలమాల వేసి ఘనంగా నివాళులర్పించారు. కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ కొనుకటి రాజు, నేతాజీ యువజన సంఘం అధ్యక్షుడు భైరవయ్యన కట్టమలు, ఉపాధ్యక్షుడు అన్న అశోక్, ప్రధాన కార్యదర్శి నడునూరి కుమారస్వామి, కోశాధికారి బిల్లి యాగస్వామి, సహాయ కార్యదర్శి ఉడుకుల కుమారస్వామి, సభ్యులు గాలి కుమారస్వామి, గోన మహేందర్, కర్ర విక్రమ్, పొన్నాల కుమారస్వామి, జంగిలి రమేష్, ముదురు రాంబాబు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



గురుకులాల దరఖాస్తుకు రేపే తుది గడువు

ఫిబ్రవరి 22న ప్రవేశ పరీక్ష జిల్లా గిరిజన గురుకులాల డిస్ట్రిక్ కోఆర్డినేటర్ గట్ల సురేందర్

భూనాపురం, జనవరి 23 (పుడయం) :

గురుకులాలలో ప్రవేశం కోసం ఈ నెల 25 వరకు దరఖాస్తు చేసుకునే అవకాశం విద్యార్థులకు కల్పించినట్లు జిల్లా గిరిజన గురుకుల డిస్ట్రిక్ కోఆర్డినేటర్ గట్ల సురేందర్ ప్రకటించి ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా గిరిజన గురుకుల డిస్ట్రిక్ కోఆర్డినేటర్ మాట్లాడుతూ.. 5వ తరగతి నుంచి 9వ తరగతి వరకు గల బాలికల వేకెస్ల ప్రవేశాలకు నిర్వహించే టీజీ సెల్ 2026 పరీక్షకు సంబంధించి అసెస్మెంట్ దరఖాస్తులు సమర్పించే తేదీలను ఈ నెల 25 వరకు పెంచినట్లు తెలుపుతూ.. నేటికే గంట వివిధ కారణాల వల్ల దరఖాస్తు చేసుకోలేని విద్యార్థులు ఈ అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. దరఖాస్తు



చేసుకోవాలనుకునే విద్యార్థులు tgeet.egge.gov.in వెబ్సైట్ సందర్శించాలి తెలిపారు. విద్యార్థులకు ప్రవేశ పరీక్ష ఫిబ్రవరి 22న ఉదయం 11 గంటల నుంచి మధ్యాహ్నం ఒంటిగంట వరకు ఎంపిక చేసిన పరీక్షా కేంద్రాల్లో విద్యార్థులకు ప్రవేశ పరీక్షలు నిర్వహించబడను తెలిపారు.

ఆటపాట.. ఏకాగ్రతకు దోహదం

సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత గణతంత్ర దినోత్సవ ఆటల పోటీలను ప్రారంభం



భూనాపురం, జనవరి 23 (పుడయం) :

విద్యార్థులకు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు 77వ గణతంత్ర దినోత్సవంగా సందర్భంగా ఆటల పోటీలను సర్పంచ్, ప్రిన్సిపాల్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో శారీరక, దారుధ్యంతో పాటు మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు 77వ గణతంత్ర దినోత్సవంగా సందర్భంగా ఆటల పోటీలను సర్పంచ్, ప్రిన్సిపాల్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో శారీరక, దారుధ్యంతో పాటు మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు 77వ గణతంత్ర దినోత్సవంగా సందర్భంగా ఆటల పోటీలను సర్పంచ్, ప్రిన్సిపాల్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో శారీరక, దారుధ్యంతో పాటు మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు 77వ గణతంత్ర దినోత్సవంగా సందర్భంగా ఆటల పోటీలను సర్పంచ్, ప్రిన్సిపాల్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో శారీరక, దారుధ్యంతో పాటు మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు 77వ గణతంత్ర దినోత్సవంగా సందర్భంగా ఆటల పోటీలను సర్పంచ్, ప్రిన్సిపాల్ ప్రారంభించారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులను ఉద్దేశించి సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థులు చదువుతోపాటు ఆటపాటలో శారీరక, దారుధ్యంతో పాటు మానసిక ఏకాగ్రత దోహదపడతాయని గ్రామ సర్పంచ్ పెసరు రాణిగోవర్ధన్ రెడ్డి, మోడల్ స్కూల్ ప్రిన్సిపాల్ పేరక సునీత విద్యార్థులకు తెలిపారు. మండలంలోని బుద్ధరావుపేట శివారు మోడల్ స్కూల్ లోని విద్యార్థులకు

గోరు వెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం తాగే ఆలవాటు ఉందా?

ఫిట్‌నెస్ ప్రయులు ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో నిమ్మరసం గోరువెచ్చని నీటిలో కలిపి తాగడం తరచూ చూస్తుంటాం. దీనివల్ల కడుపులోని కొవ్వు తొలగిపోతుందని చాలా మంది భావిస్తుంటారు. ఈ పురాతన చిట్కా పలు ఆరోగ్య సమస్యలను కూడా నివారిస్తుందని నమ్ముతారు. ప్రతి ఉదయం గోరు వెచ్చని



నిమ్మరసం కలిపి తాగడం వల్ల శరీర రోగనిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. వ్యాధులను దూరంగా ఉంచుతుంది. నిమ్మకాయలోని అధిక విటమిన్ సి కంటెంట్ జలుబును నివారిస్తుంది. నిమ్మకాయలో పొటాషియం కూడా ఉంచుతుంది. రక్తపోటును నియంత్రిస్తుంది. శరీర అమ్ల స్థాయిని నిర్వహించడానికి కూడా సహాయపడుతుంది. తరచుగా ఆనారోగ్యానికి గురికాకుండా రక్షణ కల్పిస్తుంది. నిమ్మ నీరు దంత కుహారాలు, పంటి నొప్పి, చిగుళ్ల నొప్పి వంటి దంత సమస్యలను కూడా తక్షణమే పరిష్కరించగలదు. ఉదయాన్నే ఖాళీ కడుపుతో నిమ్మ

బీపీ, పీరియడ్స్‌కు మధ్య ఉన్న సంబంధం ఏంటి?



రక్తపోటు సమస్య అనగానే మనం సాధారణంగా గుండె లేదా మెదడుకు సంబంధించిన వ్యాధుల గురించే ఆలోచిస్తాం. కానీ ఈ నిశ్చల శత్రువు మహిళా అంతర్గత ఆరోగ్యంపై, ముఖ్యంగా నెలసరి పక్రియపై ఎంతటి తీవ్ర ప్రభావం చూపుతుందో తెలుసా? బీపీ పెరిగినా, తగ్గినా ఉండి కేవలం రక్తనాళాలకే పరిమితం కాదు.. అది హార్మోన్లను ముఖ్యంగా డిఎల్ఎస్, పీరియడ్స్ ఆగిపోయేలా లేదా అధిక రక్తస్రావం అయ్యేలా చేస్తుంది. అధిక రక్తపోటు లేదా

అరటిఆకు భోజనం ఎందుకు మంచిది

అరటి ఆకు భోజనం తెలుగు వారికి కొత్త కాదు. మన దేశంలో ముఖ్యంగా దక్షిణాదిలో అనేక ప్రాంతాలలో ఈ ఆకారం చాలా కాలంగా కొనసాగుతోంది. ముఖ్యంగా దక్షిణ, ఆగ్నేయా



నియంలో అరటి ఆకులను ఆహారాన్ని భుజించడానికి విస్తృతంగా ఉపయోగిస్తారు. అరటి ఆకులు సాంప్రదాయకంగానే కాకుండా ఆరోగ్యానికి కూడా చాలా ప్రయోజనకరంగా భావిస్తారు. అరటి ఆకులు పెద్దగా, వెడల్పుగా ఉంటాయి. వేడి ఆహారాన్ని వాటిపై వడ్డించినప్పుడు అవి తేలికపాటి, సహజమైన వాసనను వెదజల్లుతాయి. ఇది ఆహారాన్ని మరింత సువాసనగా, రుచికరంగా చేస్తుంది. ఈ వాసన తినే వారికి ఆనందాన్ని పెంచడమే కాకుండా

జీర్ణక్రియకు కూడా సహాయపడుతుంది. అరటి ఆకులలో పాలిఫెనాల్స్ అనే సహజ యాంటీఆక్సిడెంట్లు ఉంటాయి. ఇవి గ్లీన్ బీ, కొన్ని పండ్లలో కూడా కనిపిస్తాయి. వేడి ఆహారాన్ని

అరటి ఆకులను ఆహారంలో కలిపి తీసుకోవాలి. వీటిలోని యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ తొలగించే సహాయపడతాయి. ఇది కాన్సర్, గుండె జబ్బులు, మధుమేహం వంటి తీవ్రమైన వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. అరటి ఆకులు యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలను కూడా కలిగి ఉంటాయి. ఆకుల ఉపరితలంపై ఉండి కొన్ని సహజ సమ్మేళనాలు హానికరమైన బాక్టీరియా పెరుగుదలను నిరోధిస్తాయి. ఇది ఫుడ్ పాయిజన్లకు ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తుంది. ఆహారాన్ని సురక్షితం చేస్తుంది. అరటి ఆకుల బయటి పొర జీర్ణక్రియకు సహాయపడే సహజ మైనప పదార్థాన్ని కలిగి ఉంటుంది. వేడి ఆహారాన్ని ఆకులపై ఉంచినప్పుడు ఈ పొర కొద్దిగా కరిగి, జీర్ణక్రియకు సహాయపడే పదార్థాలను ఆహారంలోకి విడుదల చేస్తుంది. ఈ పక్రియ జీర్ణవృద్ధిని బలోపేతం చేస్తుంది. కడుపును శుభ్రంగా

ఉంచడంలో సహాయపడుతుంది. ప్యాస్టిక్ లేదా నింట్టిట్ ఫ్లెబ్స్ లో రహితమైనది. వాటిలో సాధారణంగా ప్యాస్టిక్ లో కనిపించే ిండ్లం లేదా థాల్థల్ వంటి హానికరమైన రసాయనాలు ఉండవు. అందువల్ల ఆహారంలో విష పూరిత రసాయనాలు కలిపి ప్రమాదం లేదు. అరటి ఆకులలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు, పాలిఫెనాల్స్ రోగనిరోధక శక్తిని బలోపేతం చేయడానికి సహాయపడతాయి. అలాగే దాని యాంటీ బాక్టీరియల్ లక్షణాలు శరీరంలోని హానికరమైన బాక్టీరియా ప్రవేశించకుండా నిరోధిస్తాయి. తద్వారా ఇన్ ఫెక్షన్ ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. శరీర రక్షణను పెంచుతాయి. అరటి ఆకులు ఆరోగ్యానికి మాత్రమే కాకుండా పర్యావరణానికి కూడా చాలా అందుబాటులో ఉన్నాయి. అవి పూర్తిగా జీవఅధోకరణం చెందుతాయి. పర్యావరణానికి వ్యర్థాలను మిగిలించవు. అలాగే అరటి ఆకులపై వడ్డించిన వేడి ఆహారం సహజ వాసన మారుస్తుంది. జీర్ణక్రియను కూడా పెరుగుపరుస్తుంది.

చేసిన జ్యూస్ ను పూర్తిగా నివారించడం ఉత్తమం. డయాబెటిస్ ఉన్నవారు ఏమైనా పండ్ల తీసుకునే ముందు తమ వైద్యులను సంప్రదించడం మంచిది.

జీవనశైలిలో ఈ మార్పులే గుండెకు శ్రీరామరక్ష!



అవసరమైన శక్తిని అందించడంలో నిద్ర, సూర్యరశ్మి ప్రధాన పాత్ర పోషిస్తాయి. ప్రతిరోజూ నిద్రలే సమయానికి నిద్రపోవడం వల్ల మెదడు చురుగ్గా పని చేయడమే కాకుండా, శరీర కణాలు మరమ్మత్తుకు గురవుతాయి. ఉదయాన్నే లేచే ఎండలో కొద్దిసేపు నిలబడటం వల్ల శరీరానికి అవసరమైన విటమిన్-డి అందుతుంది. ఇది ఎముకల పుష్టికి, రోగనిరోధక శక్తి పెంపొందించడానికి ఎంతో దోహదపడుతుంది. మనం తీసుకునే ఆహారం, నీరు మన ఆరోగ్యానికి పునాదులు వంటివి. ప్రతిరోజూ పోషకాలతో కూడిన సమతుల్య ఆహారం తీసుకోవడం వల్ల శరీరానికి కావాలిన ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు అందుతాయి. అలాగే రోజుకా రోజునం మూడు లీటర్ల నీరు తాగడం వల్ల శరీరంలోని మలినాలు బయటకు వెళ్లిపోయి, చర్మం మరియు అంతర్గత అవయవాలు శుద్ధి చేయబడతాయి. విటమిన్లతో పాటు మానసిక కలెక్షన్లను తగ్గించుకోవడానికి ప్రతిరోజూ ధ్యానం (మెడిటేషన్) చేయడం ఎంతో అవసరం.

మళ్ళీ.. చర్మానికి మెరుపు.. ఇలా!

శరీరం పొందవచ్చులన్నీ నిపుణులు. బాగా పండిన అరటిపండు తీసుకొని మెత్తని గుజ్జుగా చేసుకోవాలి. దానికి చెండా చొప్పున తేనె, పెరుగు కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని చర్మంపై అప్లై చేసుకొని 20 నుంచి 30 నిమిషాలు ఆదనివ్వాలి. తర్వాత గోరువెచ్చని నీటిలో శుభ్రం చేసుకోవాలి. తరచూ ఇలా చేస్తే ఫలితం ఉంటుంది. పెరుగు, తేనె చర్మానికి తేమనుందిస్తే, అరటిపండు నిర్మలంగా మారిన



చర్మాన్ని పునరుద్ధరించే చేస్తుంది అంటున్నారు నిపుణులు. బాదంపై ఉండే పొట్టు తొలగించి కొద్దిగా పాలు జత చేస్తూ పేస్ట్లా చేసుకోవాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రోజూ ముఖానికి, మెడకు ప్యాక్లా చేసుకొని పూర్తిగా ఆరనివ్వాలి. అప్లై చేస్తే నీటిలో శుభ్రం చేసుకుంటే.. ప్రకాశవంతమైన చర్మం సొంతమవుతుంది. కొద్దిగా తగ్గినపిండి తీసుకొని అందులో తగినంత టోమాటో రసం వేసి మెత్తని పేస్ట్లా కలుపుకోవాలి. కావాలనుకుంటే ఇందులో కాన్సర్ రోజువారీ కూడా జత చేసుకోవచ్చు. ఈ మిశ్రమాన్ని ప్యాక్లా అప్లై చేసుకొని.. 20 నిమిషాలు ఆరనివ్వాలి చర్మం నీటిలో శుభ్రం చేసుకోవాలి. ఇది చక్కని స్పృబ్లా పని చేసే చర్మంపై ఉన్న మృతకణాలి తొలగిస్తుంది. అలాగే నిద్రమైన చర్మానికి తిరిగి జీవం పోసి తాజాగా కనిపించే చేస్తుంది.

జనం ఉంటుందా? ముఖ్యంగా డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి పండ్ల రసం వరం కంటే శాపంగా మారే అవకాశం ఉందా? ఆరోగ్యంపై అవగాహన పెరుగుతున్న ఈ రోజుల్లో చాలామంది ఫ్రూట్ జ్యూస్ తాగడం చాలా ఆరోగ్యకరమని భావిస్తుంటారు. ముఖ్యంగా షుగర్ ఉన్నవారు కూడా పండ్ల రసాలను ఎంచుకుంటూ ఉంటారు. అయితే పండ్ల రసం తాగడం తీసుకోవడం కంటే.. పండును నేరుగా తినడమే శరీరానికి వంద రెట్లు మేలు చేస్తుందని డైట్ షియర్లు హెచ్చరిస్తున్నారు. రక్తంలో చక్కెర పెరుగుదల: పండ్లను జ్యూస్ చేసినప్పుడు అందులోని సహజ చక్కెరలు శరీరానికి చాలా వేగంగా చేరుతాయి. ముఖ్యంగా మార్కెట్లో దొరికే ప్యాక్డ్ జ్యూస్లు తాగినప్పుడు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అకస్మాత్తుగా పెరుగుతాయి. ఇది డయాబెటిస్ రోగులకు అత్యంత ప్రమాదకరం. పీచు పదార్థం కోల్పోవడం: పండ్ల వల్ల కలిగే అతిపెద్ద ప్రయోజనం ఫైబర్. జ్యూస్ తీసే పక్రియలో ఈ ఫైబర్ దాదాపు పూర్తిగా తొలగిపోతుంది. ఫైబర్ లేకపోవడం వల్ల చక్కెర నేరుగా రక్తంలో కలిసిపోయి అనారోగ్యానికి దారితీస్తుంది. అధిక కేలరీలు: ఒక గ్లాసు రసం తయారు చేయాలంటే కనీసం మూడు నాలుగు పండ్లు వాడాల్సి ఉంటుంది. దీనివల్ల శరీరానికి అవసరమైన దానికంటే ఎక్కువ కేలరీలు, చక్కెర అందుతాయి. ఫలితంగా బరువు పెరగడం, షుగర్ రైవల్స్ నియంత్రణ తప్పడం వంటి సమస్యలు ఎదురవుతాయి. పండును నేరుగా నమలి తినడం వల్ల శరీరానికి పుష్కలంగా ఫైబర్ అందుతుంది. ఈ ఫైబర్ రక్తంలోకి చక్కెరను నెమ్మదిగా విడుదల చేస్తుంది. దీనివల్ల షుగర్ రైవల్స్ స్థిరంగా ఉంటాయి. పండ్లలోని విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఏమాత్రం వ్యర్థం కాకుండా శరీరానికి అందుతాయి. ఇవి రోగనిరోధక శక్తిని పెంచడానికి తోడ్పడతాయి. ఆకలిగా ఉన్నప్పుడు జ్యూస్ కంటే పండు తినడం వల్ల కడుపు నిండిన అనుభూతి కలుగుతుంది. ఇది జంక్ ఫుడ్ తినకుండా మిమ్మల్ని ఆధుకుంటుంది. డైట్ షియర్లు ముస్కాస్ కుమారి ప్రకారం.. ఒకవేళ రు జ్యూస్ తాగాలనుకుంటే, ఇంట్లో తయారు చేసిన తాజా రసాల ను మాత్రమే చాలా తక్కువ పరిమాణంలో తీసుకోవాలి. ప్యాక్డ్



రోజుకు ఎన్ని చపాతీలు తింటే ఆరోగ్యానికి మంచిది?



చపాతీలు తీసుకోవచ్చు. రు మొట్టే లాస్ ఇన్ఫర్మిటీ ఉంటే రోజుకు 2 నుంచి 4 చపాతీలకు పరిమితం అవుతూ ఉంటుంది. వీటికి బదులుగా సలాడ్లు, పప్పు, ధాన్యాలు ఎక్కువగా తీసుకోవాలి. శారీరక శ్రమ ఎక్కువగా చేసేవారు రోజుకు 6 నుంచి 8 చపాతీలు తిన్నా పర్మాల్లేరు. చాలామంది రాత్రిపాటు కడుపు నిండా చపాతీలు తింటారు. కానీ రాత్రి సమయంలో జీర్ణక్రియ నెమ్మదిగా ఉంటుంది. అందుకే నిపుణులు రాత్రిపాటు 1 నుంచి 2 చపాతీలు మాత్రమే తినాలని సూచిస్తున్నారు. అంతకంటే ఎక్కువ తింటే అజీర్ణం, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలతో పాటు బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది.

ఈ లక్షణాలు కనిపిస్తే నిర్లక్ష్యం వద్దు!

అరుదుగా టెయిన్ స్ట్రోక్ కూడా ఈ లక్షణాలు కారణం కావచ్చని చెబుతున్నారు. కాబట్టి ఇలాంటి లక్షణాలు కనిపించిన వెంటనే అల్ట్రా అప్లై సలహా ఇస్తున్నారు. ఉదర సంబంధిత సమస్యలు, గ్యాస్టిక్ సమస్యలన్నీ వారిలో ఒక్కోసారి చాతీల్లో నొప్పి వస్తే అవకాశముంటుంది. అయితే ఈ



నొప్పికి ప్రతిసారి ఇవే సమస్యలు కారణం కాకపోవచ్చుంటున్నాయి నిపుణులు. నొప్పికి తోడు ఛాతీపై ఎక్కువ బరువు పెట్టినట్లుగా అనిపించడం, మంట.. అది క్రమంగా చేతుల్లోకి విస్తరించడం.. వంటి లక్షణాలు గమనిస్తే అలసట చేయకుండా డాక్టర్ ని సంప్రదించడం మంచిదంటున్నారు. ఎందుకంటే ఈ తరహా లక్షణాలు ఒక్కోసారి గుండె సంబంధిత సమస్యలు, గుండెపోటుకు దారితీసే ప్రమాదం ఉండవచ్చు.

అరగంట ఇలా నడిస్తే చాలాట!

సింపుల్ గా చేసే వ్యాయామాల్లో నడక గురించి మనకు తెలిసిందే! మొదలు పెట్టిన దగ్గర్నుంచి నిర్లక్ష్య సమయం దాకా ఒక వేగంతో నడుస్తాం. ఇక టైమ్ వాకింగ్ లో భాగంగా కాస్త వేగం పెంచి నడుస్తాం. అయితే ఈ రెండింటి కలయికే 'జస్టిన్ వాకింగ్ పద్ధతి'. 30 నిమిషాల సమయం పెట్టుకొని.. మూడు నిమిషాల కోసం వేగాన్ని మార్చుతూ నడవడమే ఈ వ్యాయామం. అంటే.. తొలుత మూడు నిమిషాల పాటు వేగంగా నడుస్తూ, ఆ తర్వాతి మూడు నిమిషాల సాధారణంగా నడుస్తూ వర్చువల్ గా కొనసాగించాలి ఉంటుంది. 'ఇంటర్మిట్ వాకింగ్ టైమింగ్' గానూ పిలిచే ఈ వాకింగ్ పద్ధతి వల్ల రోజుకు వెయ్యి అడుగులు వేసిన దాని కంటే ఎక్కువ ఫిట్ నెస్ ప్రయోజనాలు చేకూరతాయంటున్నారు నిపుణులు. జిమ్, జిమ్ పరికరాలతో పని లేకుండా.. సమయం చూసుకోవడానికి ఓ స్టాప్ వాక్ లేదంటే మొబైల్ ఉంటే చాలు.. సౌకర్యంగా ఈ వ్యాయామం చేసేయవచ్చని చెబుతున్నారు. అరగంట పాటు ఈ జస్టిన్ వాకింగ్ పద్ధతిని పాటిస్తే ఆరోగ్యవరంగా, ఫిట్ నెస్ వరంగా బోలెడన్ని ప్రయోజనాలు చేకూరతాయని నిపుణులు చెబుతున్నారు. అరగంట పాటు ఇలా వాకింగ్ చేస్తే జీవితీయం పనితీరు మెరుగుపడుతుంది.



తుందని చెబుతున్నారు. ఈ వాకింగ్ పద్ధతిలో భాగంగా.. మూడు నిమిషాల పాటు వేగంగా నడవడం వల్ల గుండె కొట్టుకునే వేగం పెరుగుతుంది. అప్లై మూడు నిమిషాల పాటు సాధారణంగా నడవడం వల్ల హార్ట్ రేట్ తగ్గుతుంది. ఈ హెచ్చుతగ్గుల వల్ల గుండెకు రక్తప్రసరణ మెరుగుపడి బీపీ అదుపులో ఉంటుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు. ఫలితంగా గుండె ఆరోగ్యమూ మెరుగుపడుతుందంటున్నారు. రోజూ ఈ వాకింగ్ పద్ధతిని సాధన చేసే వారిలో గుండె సంబంధిత సమస్యలు, గుండె పోటు.. వంటి అనారోగ్యాల ముప్పు తగ్గింపు పలు పరిశోధనల్లోనూ తేలిందట! జస్టిన్ వాకింగ్ పద్ధతి మధుమేహంకూ మేలు చేస్తుందని చెబుతున్నారు నిపుణులు. అంతేకాదు.. ఈ వాకింగ్ పద్ధతిని జీవనశైలిలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల టైప్-2 మధుమేహం బారిన పడకుండా కూడా జాగ్రత్తపడవచ్చు! కానీ వేగం, పరికరాలన్నీ సాధారణంగా నడవడం వల్ల కళ్లలోని కండరాలపై ఒత్తిడి పడి అవి దృఢంగా మారే అవకాశం ఉంటుందంటున్నారు. అంతేకాదు.. ఈ వ్యాయామం చేయడం వల్ల ఎముక సాంధ్రత పెరిగి.. భవిష్యత్తులో అస్థియూనికేషన్ సమస్య బారిన పడకుండా జాగ్రత్తపడవచ్చని నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఎలాంటి జిమ్ పరికరాలు లేకుండా.. ఒత్తిడి లేకుండా కూడా చేసే ఈ సింపుల్ వ్యాయామం వల్ల మానసిక ఆందోళనలూ దూరమవుతాయంటున్నారు నిపుణులు. అంతేకాదు.. సుఖ నిద్రకూ ఈ వ్యాయామం ప్రోత్సహిస్తుందని చెబుతున్నారు.

