

కరీంనగర్‌ను రాష్ట్రంలోనే ఆదర్శ జిల్లాగా తీర్చిదిద్దుతాం : మంత్రి పొన్నం



(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్)

కరీంనగర్ జిల్లా ప్రజలు ఎంతోకాలంగా ఎదురుచూస్తున్న సూతన కలెక్టరేట్ భవనాన్ని ఈ నెలాఖరులో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చేతుల మీదుగా ప్రారంభించనున్నట్లు రాష్ట్ర రవాణా, టీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ వెల్లడించారు. ముఖ్యమంత్రి పర్యటనలో భాగంగా మున్సిపల్ శాఖకు సంబంధించిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలతో పాటు శాతవాహన విశ్వవిద్యాలయంలో చేపట్టిన అభివృద్ధి పనులను కూడా ప్రారంభించనున్నట్లు తెలిపారు.

గురువారం కరీంనగర్ జిల్లా కేంద్రంలో నిర్వహించిన సూతన కలెక్టరేట్ భవనాన్ని జిల్లా కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రాతో కలిసి పరిశీలించిన మంత్రి, భవనంలోని వివిధ విభాగాలను సందర్శించి అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. ఆనంతరం మీడియాతో మంత్రి మాట్లాడుతూ సూతన కలెక్టరేట్ జిల్లా అభివృద్ధికి పరిపాలనా కేంద్ర బిందువుగా నిలుస్తుందని పేర్కొన్నారు.

గతంలో ప్రారంభమైన కలెక్టరేట్ నిర్మాణ పనులు వివిధ కారణాలతో పూర్తికాక నిలిచిపోయాయని, జిల్లా కలెక్టర్ చిత్రా మిశ్రా బాధ్యతలు స్వీకరించిన ఆనంతరం ప్రత్యేక చొరవ తీసుకుని మిగిలిన పనులను వేగవంతం చేసి పూర్తిచేయించారని మంత్రి తెలిపారు. ప్రభుత్వం సహకారంతో అన్ని ఆధునిక సౌకర్యాలు, సాంకేతిక వసతులు, పౌరులకు అనుకూలమైన సేవా వ్యవస్థతో కూడిన కలెక్టరేట్‌ను సిద్ధం చేసినట్లు చెప్పారు. ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమంలో ముఖ్యమంత్రి తెలంగాణ తల్లి ఎన్టీఆర్ అవినీతిపై పాటు జాతీయ పతాకాన్ని ఎగురవేస్తారని వెల్లడించారు. కలెక్టరేట్ ప్రాంతంలో ఆనంతరం జిల్లా కేంద్రంలోని పలు ప్రభుత్వ కార్యాలయాలను ఒకే ప్రాంగణంలోకి తీసుకువచ్చి ప్రజలకు మరింత సులభంగా సేవలు అందించేలా చర్యలు చేపడతామని పేర్కొన్నారు.

సూడా ఆధ్వర్యంలో కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలో విస్తృత స్థాయిలో గ్రీనరీ, ల్యాండ్ సేఫింగ్ అభివృద్ధి పనులు చేపట్టినట్లు మంత్రి తెలిపారు. పర్యావరణ హిత వాతావరణం, విశాలమైన కార్యాలయాలు, ప్రజలకు అందుబాటులో ఉండే సేవా వ్యవస్థతో ఈ కలెక్టరేట్ రాష్ట్రంలోనే



ఆదర్శవంతమైన ప్రభుత్వ కార్యాలయ సమూహంగా నిలుస్తుందన్నారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను ప్రజలకు మరింత సమర్థవంతంగా చేరవేయడంలో సూతన కలెక్టరేట్ కీలక పాత్ర పోషిస్తుందని మంత్రి పేర్కొన్నారు. కరీంనగర్ ను రాజకీయాలకు అతీతంగా అభివృద్ధి పథంలో ముందుకు తీసుకెళ్తామని స్పష్టం చేశారు.

జిల్లాను పరిశ్రమలు, పర్యాటకం, విద్య, వైద్య రంగాల్లో మరింత ముందుకు తీసుకెళ్లందుకు ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉందన్నారు. సహచర మంత్రులు శ్రీధర్ బాబు, అడ్డూరి లక్ష్మణ్ కుమార్, స్థానిక ఎమ్మెల్యేలు, ప్రజాప్రతినిధుల సహకారంతో కరీంనగర్ ను రాష్ట్రంలోనే ఆదర్శ జిల్లాగా తీర్చిదిద్దేందుకు సమష్టిగా కృషి చేస్తున్నట్లు తెలిపారు.

శాతవాహన విశ్వవిద్యాలయం అభివృద్ధికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక ప్రాధాన్యత ఇస్తోందని, లా కాలేజీ, ఫార్మసీ కాలేజీ ఏర్పాటు ద్వారా ఉన్నత విద్యా అవకాశాలు విస్తరించాయని చెప్పారు. గతంలో నిలిచిపోయిన విద్యా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు కొత్త ఊపునిస్తూ మరిన్ని కోర్సులు, సౌకర్యాల కల్పనకు చర్యలు తీసుకుంటున్నట్లు పేర్కొన్నారు.

ఆరోగ్య రంగంలో కరీంనగర్ ను హెల్త్ హబ్ గా తీర్చిదిద్దే దిశగా ప్రభుత్వం చర్యలు చేపట్టిందని, మెడికల్ కాలేజీని టీచింగ్ హాస్పిటల్ గా అప్ గ్రేడ్ చేసినట్లు తెలిపారు. సూతన కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలోని హెలిప్యాడ్ ను కూడా త్వరలో వినియోగంలోకి తీసుకురానున్నట్లు వెల్లడించారు. మానేరు రిపర్ ప్రంట్ రెండ్స్ దశ అభివృద్ధి పనులను వేగవంతం చేస్తున్నామని, దంపియార్ తరలింపునకు కేంద్ర ప్రభుత్వ సహకారం కోరినట్లు మంత్రి తెలిపారు. జిల్లాలో చేపడుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాలన్నీ ప్రజల జీవన ప్రమాణాలను మెరుగుపరిచే లక్ష్యంతో ముందుకు సాగుతున్నాయని పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మున్యూరు కాపు కార్పొరేషన్ చైర్మన్ బొమ్మ త్రిరామ్ చక్రవర్తి, సుదా చైర్మన్ కోమటిరెడ్డి సరేందర్ రెడ్డి, జిల్లా ఆదనపు కలెక్టర్ (రెవెన్యూ) డి. శ్రీనివాస్ రెడ్డి, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆర్ పల్లి మోహన్, ఆర్ టీ సభ్యుడు పదాల రామోల్, మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ ఆకుల నర్సన్న, ఆర్ టీ పర్సెల్, అర్బన్ వ్యాంక్ చైర్మన్ కర్త రాజశేఖర్, కార్పొరేటర్లు, వివిధ శాఖల అధికారులు, ప్రజాప్రతినిధులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సంస్కారంతో కూడిన విద్యే భావితరాలకు దిక్సూచి



ఎం. లక్ష్మి - ప్రత్యక్ష సాక్షి (కూకట్ పల్లి)

కాప్రా డివిజన్ దుర్గావగర్ కాలనీలో కాప్రా భావ్ సార్ క్షత్రియ సమాజ్ ఆధ్వర్యంలో చిన్నారులకు సనాతన ధర్మం, భారతీయ సంస్కృతిపై అవగాహన వచ్చే విధంగా సమాజ అభివృద్ధికి విద్య ఎంత అవసరమో, వ్యక్తిత్వ వికాసానికి సంస్కారం అంతే అవసరం. ఆధునిక విద్యతో పాటు భారతీయ సంస్కృతి, సనాతన ధర్మం, నైతిక విలువలను చిన్నారులకు పరిచయం చేయాల్సిన అవసరం రోజురోజుకూ పెరుగుతోంది. ఈ దిశగా సామాజిక సంస్థలు చేపడుతున్న కార్యక్రమాలు భావితరాల నిర్మాణానికి దోహదపడుతున్నాయి. ఈ ఆలోచనకు ప్రతిబింబంగా నిలిచింది. ఉప్పల్ ఎమ్మెల్యే బండారి లక్ష్మారెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరై విద్యార్థులకు విద్యా సామగ్రిని పంపిణీ చేశారు. రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు ఉమేష్ జైతన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన ఈ కార్యక్రమంలో సుమారు 250 మంది విద్యార్థులకు నోట్ బుక్స్, స్కూల్ బ్యాగులు, స్టేషనరీ సామగ్రిని అందజేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు పాఠ్యాంశాలతో పాటు భారతీయ సంస్కృతి, సంప్రదాయాలను,

ఆధ్యాత్మిక విలువలను కూడా తెలుసుకోవాలని సూచించారు. సనాతన ధర్మం మన జీవన విధానానికి మూలాధారమని, కుటుంబ బంధాలు, పెద్దల పట్ల గౌరవం, సమాజం పట్ల బాధ్యత వంటి విలువలను చిన్ననాటి నుంచే అలవర్చుకోవాలని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో చిన్నారులు, పెద్దలు కలిసి భగవద్గీత పారాయణం చేయడం విశేషంగా నిలిచింది. సాంకేతికత ప్రభావం పెరుగుతున్న ప్రస్తుత తరుణంలో పిల్లలకు సంస్కృతి, సంప్రదాయాలపై అవగాహన కల్పించడం అవసరమనే సందేశం ఈ కార్యక్రమం ద్వారా ప్రతిధ్వనించింది. విద్యా సామగ్రి పంపిణీ కేవలం సహాయ కార్యక్రమం మాత్రమే కాకుండా విద్యార్థుల్లో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందించే ప్రయత్నమని నిర్వాహకులు పేర్కొన్నారు. అర్థికంగా వెనుకబడిన కుటుంబాలకు చెందిన విద్యార్థులకు ఈ సహాయం ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని తెలిపారు. సమాజ సేవలో భాగంగా ప్రతి విదాది విద్యార్థులకు అందగా నిలుస్తున్న క్షత్రియ సమాజ్ సేవలను ఎమ్మెల్యే అభినందించారు. విద్యార్థులు కష్టపడి చదివి ఉన్నత లక్ష్యాలను సాధించడంతో పాటు మంచి పౌరులుగా ఎదగాలని ఆకాంక్షించారు.విద్య, విలువలు, సంస్కృతి, సేవ అనే నాలుగు అంశాలను ఒకే వేదికపై అవిష్కరించిన ఈ కార్యక్రమం స్థానికంగా ప్రశంసలు అందుకుంది. చదువుకు చేయూతనిస్తూ, సంస్కారానికి బాటలు వేస్తున్న ఇలాంటి కార్యక్రమాలు సమాజానికి ఆదర్శంగా నిలుస్తున్నాయని పలువురు అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ కార్యక్రమంలో కిషోర్ తాండే, నర్సింగ్ రావు గోజే, విజయ్ పరాంకర్, అశ్వినీ అమర్ నాథ్, మధు, సత్యనారాయణ, సవీన్ గౌడ్, బిర్రుద్దీన్, పిల్లి సాయిరామ్, కార్యవర్గ సభ్యులు, విద్యార్థులు, వారి తల్లిదండ్రులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

చేనేతను రక్షించండి.. కార్మికులకు పని కల్పించండి.. అఖిల భారత పద్మశాలి సంఘం పూర్వజాతీయ అధ్యక్షులు.. కేంద్ర ఖాది చిన్న పరిశ్రమల పూర్వ డైరెక్టర్ ఈగ మల్లేశం



సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్ జిల్లా చేనేత కార్మికుల నిరసన ఢిల్లీ ఏడవ రోజుకు చేరుకున్న సందర్భంగా అఖిల భారత పద్మశాలి సంఘం పూర్వ జాతీయ అధ్యక్షులు మరియు కేంద్ర ఖాదీ, చిన్న పరిశ్రమల పూర్వ డైరెక్టర్ ఈగ మల్లేశం సంఘీభావం తెలిపారు ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం చేనేత ఉత్పత్తుల కొనుగోలులో అమలు చేస్తున్న టెండర్ విధానాన్ని వెంటనే రద్దు చేసి, గతంలో మాదిరిగానే టెన్సెర్ ద్వారా చేనేత సహకార సంఘాల నుండి నేరుగా కొనుగోళ్లు చేపట్టాలని ప్రభుత్వాన్ని డిమాండ్ చేశారు. ప్రభుత్వం వెంటనే స్పందించిన వక్తంలో రాష్ట్రవ్యాప్తంగా నిరసన కార్యక్రమాలు ఉధృతం చేస్తామని, అవసరమైతే టెన్సెర్ కార్యాలయాన్ని ముట్టడిస్తా మని హెచ్చరించారు.తెలంగాణ రాష్ట్రంలో లక్షలాది మంది చేనేత కార్మికులు, ముఖ్యంగా ఉమ్మడి వరంగల్, కరీంనగర్ జిల్లాలకు చెందిన వేలాది కుటుంబాలు చేనేత పరిశ్రమ పైనే ఆధారపడి జీవనం సాగిస్తున్నాయి.

ముఖ్యంగా ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా టెడ్ షీల్డు, జంపఖానాల తయారీ లో ప్రత్యేక గుర్తింపు పొందింది. సుమారు 10 వేల మంది చేనేత కార్మికులు ఈ వృత్తిపైనే ఆధారపడి జీవిస్తున్నారు. గతంలో జీవో నెం.1 ప్రకారం టెన్సెర్ ద్వారా చేనేత సహకార సంఘాల నుండి నేరుగా టెడ్ షీల్డు, జంపఖానాలను కొనుగోలు చేసి ప్రభుత్వ హాస్టళ్లకు సరఫరా చేసేవారు. అయితే ప్రస్తుతం ఆ విధానాన్ని రద్దు చేసి

టెండర్ విధానాన్ని అమలు చేయడంతో చేనేత సహకార సంఘాలకు అవకాశాలు లేకుండా పోయాయి. ఫలితంగా కార్మికులు నేసిన ఉత్పత్తులు భారీగా నిల్వ ఉండిపోయి, గత రెండు నెలలుగా ఉపాధి అవకాశాలు పూర్తిగా దెబ్బ తిన్నాయి. ఈ పరిస్థితుల నేపథ్యంలో 01-06-2026 నుండి వరంగల్ జిల్లాలో మగ్గలను బంద్ చేసి చేనేత కార్మికులు నిరసన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. దీంతో వేలాది మంది కార్మికులు, వారి కుటుంబ సభ్యులు తీవ్ర ఆర్థిక ఇబ్బందులు ఎదుర్కొంటున్నారు. ఇప్పటికైనా ఈ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తక్షణమే చొరవ తీసుకొని వెంటనే టెండర్ విధానాన్ని రద్దు చేసి, గతంలో అమలులో ఉన్న జీవో నెం.1ను యథావిధిగా పునరుద్ధరించాలని, టెన్సెర్ ద్వారా చేనేత సహకార సంఘాల నుండి నేరుగా చేనేత ఉత్పత్తులను కొనుగోలు చేసి ప్రభుత్వ హాస్టళ్లకు పంపిణీ చేయాలని, తద్వారా చేనేత కార్మికులకు తిరిగి ఉపాధి కల్పించి వారి జీవనోపాధిని కాపాడాలని ప్రభుత్వాన్ని విజ్ఞప్తి చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో చేనేత ఐక్యవేదిక రాష్ట్ర అధ్యక్షులు వీర మోహన్, వడ్డాల నరేందర్, ఆదెపు రవీందర్,బిప్పు ఆనందం, గోరంట్ల రాజు,చిప్ప వెంకటేశ్ శర్మ,డి ఎస్ మూర్తి, బేటి అశోక్, బైరి శ్యామ్, యెలుగం చిన్న కొమురయ్య, యెలుగం భద్రయ్య,మేగ రాజు, కుమార స్వామి, శ్రీనివాస్, చేనేత కార్మిక సంఘాల బాధ్యులు, నాయకులు మరియు చేనేత మహిళా కార్మికులు తదితరులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

దివ్యాంగులకు నిత్యావసర సరుకుల పంపిణీ చేసిన ఎమ్మెల్యే..

ఎం. లక్ష్మి - ప్రత్యక్ష సాక్షి (కూకట్ పల్లి)

తెలంగాణ స్టేట్ సీనియర్ సిటిజన్స్ ఫెడరేషన్ అధ్యక్షులు పి. రామచంద్రయ్య ఆధ్వర్యంలో అన్నపూర్ణ స్ట్రీమ్ ప్రారంభమై 10 సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా ప్రత్యేక కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా కూకట్ పల్లి ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు , మల్లాజ్జరి పార్లమెంట్ బి ర్ న్ ఆభ్యర్థి రాగిడి లక్ష్మారెడ్డి హాజరయ్యారు. అలాగే బాలానగర్ డివిజన్ మాజీ కార్పొరేటర్ ఆవుల రవీందర్ రెడ్డి, ఫతేనగర్ డివిజన్ మాజీ కార్పొరేటర్ పండాల సతీష్ గౌడ్ పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా దివ్యాంగులకు నెలకు సరిపడే నిత్యావసర సరుకులను ఎమ్మెల్యే చేతుల మీదుగా పంపిణీ చేశారు ఆనంతరం మాట్లాడిన ఎమ్మెల్యే మాధవరం కృష్ణారావు, దివ్యాంగుల సంక్షేమం కోసం తన వంతు సహాయ సహకారాలు ఎల్లప్పుడూ అందిస్తానని హామీ ఇచ్చారు. అలాగే రామచంద్రయ్య తో కలిసి త్వరలో మరింత పెద్ద స్థాయిలో సేవా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తామని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బాలానగర్ డివిజన్ ప్రధాన కార్యదర్శి మొహమ్మద్ ఖాజా, మహిళా అధ్యక్షురాలు కవిత, సుజాత గౌడ్, పారిజాత, స్వాతి ముదిరాజ్, సీనియర్ నాయకులు దారం వెంకటేశం గుప్త,స్థానిక నాయకులు మహంకాళి సూర్యనారాయణ, జేరుపోతుల రవీందర్ రావు , ఎడ్ల ప్రభాకర్,దారం



సతీష్ గుప్తా,దండు కుమార్,ముత్యాల మురళీధర్, మల్లారెడ్డి,సర్దేవేందర్ రెడ్డి, మొగుడంపల్లి కిరణ్ గుప్తా, కందుల రమేష్,సోపల్ మీడియా అధ్యక్షులు మొహమ్మద్ బాబా బాలానగర్ విద్యార్థి విభాగం అధ్యక్షులు సూర్య ప్రకాష్ కోరపాటి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

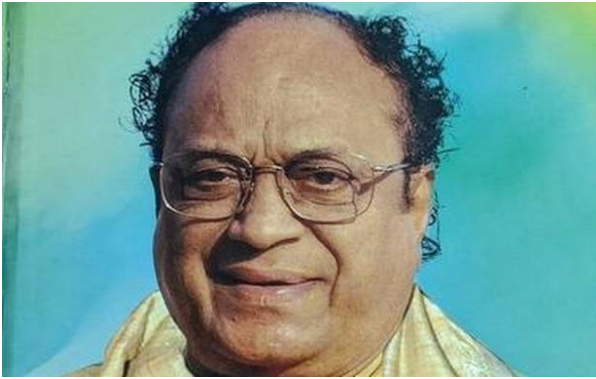
చేమక్కులకు స్వాగతం పలుకుదాం..



ప్రత్యక్ష సాక్షి కరీంనగర్ బౌస్

ప్రకృతి అందాలను, సామాజిక అంశాలను, అనుభవాలను, కవులు కలంతో అవిష్కరిస్తే తన మేధా పటిమతో గ్రంథస్థం చేసి పాఠకులకు చేరవేసే ఒక వారధిగా నిలిచి ఇప్పటి వరకు 142 పుస్తకాలను ప్రచురించి శతాధిక గ్రంథ ప్రచురణ కర్తగా పేరు తెచ్చుకున్న వైరాగ్యం ప్రభాకర్ అభినందనీయు డని ,అలలి అలలి పదాల్లో అనల్పమైన భావాలను అందించే చమక్కులకు స్వాగతం పలుకుదామని ప్రముఖ కవి, ఇన్స్టమ్ టాక్స్ ప్రాక్టీషనర్ వేములవాడ ద్రోణాచారి అన్నారు.భవానీ సాహిత్య వేదిక ఆధ్వర్యంలో వైరాగ్యం ప్రభాకర్ అధ్యక్షతన కరీంనగర్ లోని నాగేశ్వరి డిగ్రీ కళాశాలలో గురువారం జరి గిన సాహిత్య పూర్వ ముఖ్య అతిథిగా హాజరై చమక్కులు రూపకర్త వైరాగ్యం ప్రభాకర్ రచించిన అక్షర చమక్కులు, భీందేవరపల్లి మండలం మాణిక్యపూర్ కు చెందిన కవి నాగమల్ల పున్నంచందర్ రచించిన స్వాతి చినుకులు పుస్తకాలను అవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పున్నంచందర్ మూడు

పాదాలుగా రచించిన స్వాతి చినుకులు మానవులకు మార్గదర్శకంగా నిలిచే ఆణి ముక్కాలని అన్నారు. విశిష్ట అతిథిగా హాజరైన హుబ్బాలాబాద్ ప్రభుత్వ డిగ్రీ కళాశాల ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ కొత్తారెడ్డి మల్లారెడ్డి మాట్లాడుతూ అక్షర చమక్కులు పుస్తకం అనేది కేవలం కాగితాల సమాహారం కాదు. అది రచయిత ఆలోచనల అవిష్కరణ, అనుభవాల ఆత్మ కథనం, సమాజానికి అందించే సందేశం. చిన్న చిన్న వాక్యాల్లో పెద్ద పెద్ద జీవిత సత్యాలను చెప్పగలిగే అరుదైన ప్రతిభ చమక్కులలో కనిపిస్తుంది. కార్యక్రమంలో ప్రధాన వక్తలుగా విచ్చేసిన స్తంభంకాడి గంగాధర్ స్వాతి చినుకులు,కాందూరి వెంకటేశ్వర్లు అక్షర చమక్కులు పుస్తకాలపై చక్కని సమీక్షను అందించి ఆశాతుల ప్రశంసలను అందుకున్నారు. కార్యక్రమంలో దామరకుంభి శంకరయ్య, యోగాచార్య సంపత్ కుమార్ , బొమ్మకంటి కిషన్,రాపర్తి వెంకటేశ్వర్లు, ఇటీవ్యాల రామ, సందెనేని నరేంద్ర,కనీరెడ్డి జలంధర్ రెడ్డి,టి.వెంకటరమణ, ఎలగిండ రవి,కనపర్తి రాజశేఖరం,గంగిపల్లి రాజేశ్వరి,జనగాని యుగంధర్ , నలమాసు రాజయ్యలు పాల్గొన్నారు.



“విశ్వ మానవుడు సి.నా.రె” 2^{వో} జూన్ 12.. జ్ఞాన పీఠ అవార్డు గ్రహీత సినారె వర్ధంతి

“విశ్వ మానవుడు సి.నా.రె”

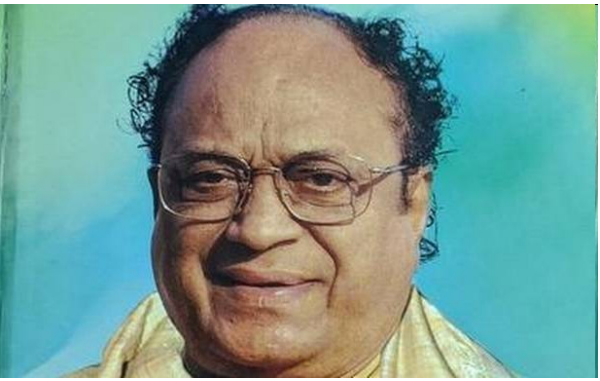
జూన్ 12.. జ్ఞాన పీఠ అవార్డు గ్రహీత సినారె వర్ధంతి

సి.నా.రె అనే మూడక్షరాలు తెలుగు, ఉర్దూ, సంస్కృతం మూడు భాషల సంగమం. సాహిత్య లోకం, సినీ లోకం, అధ్యాపక లోకం అనే మూడు లోకాల మిత్రమం. డా. సి. నారాయణరెడ్డి అవిభక్త కరీంనగర్ జిల్లా, వేములవాడ మండలం, హనుమాజిపేట గ్రామంలో కర్షక కుటుంబంలో (గురుపూర్ణిమ)నాడు 29.7.1931 నాడు జన్మించారు. తల్లి బుచ్చమ్మ, తండ్రి మల్లారెడ్డి. నారాయణరెడ్డి ఇంటిపేరు సింగిరెడ్డి. దేవుని మొక్కు వల్ల కొడుకు పుట్టాడని, సత్య నారాయణరెడ్డి అని పేరు పెట్టుకున్నారు. అయితే సిరిసిల్ల మాధ్యమిక పాఠశాలలో కొడుకును చేర్పించే సమయాన “సి.నారాయణరెడ్డి” -- అని నమోదు చేయించడం చేత, అదే పేరు స్థిరపడింది. హనుమాజి పేటలో ఆనాడు ప్రభుత్వ పాఠశాల లేనందువల్ల, వ్యక్తిగతంగా ఒక ఉపాధ్యాయుడు నడిపిన వీధి బడిలో ఆయన చదువుకు శ్రీకారం చుట్టి, ప్రాథమిక పాఠశాల విద్యను పూర్తి చేశారు. తరువాత సిరిసిల్లలో ఉర్దూ మాధ్యమంలో తెలుగును ఒక బచ్చిక విషయంగా గ్రహించి, మాధ్యమిక స్థాయి విద్యను అభ్యసించారు. 1948లో కరీంనగర్ లోని ప్రభుత్వోన్నత పాఠశాలలో ఉన్నత పాఠశాల విద్యను పూర్తి చేశారు. సినారెలో సహజంగా సృజనాత్మకశక్తి, లయాత్మకత, చిన్ననాటి నుండే ఉన్నాయి. చిన్నప్పటినుండి చుట్టోలో పుట్టిన జానపదగీతాలను అలసింపే వారు. హరికథలు, బుర్రకథలంటే చెవి కోసుకునే వారు. హరికథా కథనాన్ని ఆచువుగా, సంగీతాత్మకంగా అనుకరించే వారు. వేములవాడ వాస్తవ్యులు చౌదీ నరసయ్య హరికథా గానం ఆయనకు ఛందస్సు పట్ల మక్కువ, అభిరుచి కలగడానికి ప్రేరకమైంది. ఆరోడు తరగతుల నుండే కవితలు వ్రాయడం మొదలు పెట్టారు. ఛందస్సుంటే తెలియని దశ అది. ఏడవ తరగతిలో సీస పద్యమని తెలియని దశలో “ఒకనాడు ఒక నక్క ఒక అడవిలో పొట్ల కోసర మోటి పోవుచుండ” అనే పంక్తితో ప్రారంభించి పద్యం వ్రాస్తే -- అది సీసపద్యమని తెలిసి ఛందస్సుకు సంబంధించిన కొన్ని మెలకువలను తెలిపారు దూపాటి వేంకట రమణాచార్యులు. తొమ్మిదవ తరగతి చదువుతున్నప్పుడు వ్రాసిన--”మారుటెన్నడో విషంపు గుండెలి జగాన మారుటెన్నడో”

అనేది సినారె తొలి గేయం. పదవ తరగతిలో ఉన్నప్పుడు – “వెన్నపంటి మనసున్నవానికి, అన్నమేము కరువాయె ఉన్నవాని కింతన్న వీడుదా మన్న గుండె లేదాయె”

వంటి పాటలు రాశారు. కరీంనగర్ విద్యార్థి మహాసభలో – విజయంబు సాధించినావా -- విద్యార్థి, నీ వీర భావాలు నింగి వ్యాపించగా; నీ వైరి చిత్తాల నేల కంపించగా” వంటి గేయాలు రచించి పాడారు. ఉన్నత పాఠశాల విద్యాభ్యాస కాలంలోనే, నైజాం రాష్ట్రానికి స్వాతంత్ర్యం రావాలని జరిపిన విద్యార్థుల సత్యాగ్రహంలో పాల్గొన్నారు. హైదరాబాదు ఛాదర్వాట్ కళాశాలలో ఉర్దూ మాధ్యమంలో ఇంటర్ మీడియట్ (1948–49) ముగించారు. ఇంటర్ చదువుతున్న సమయంలో జువాన్వి గౌతమరావు సంపాదకత్వంలో వెలువడే ‘జనశక్తి’ పత్రికలో ఆయన కవిత తొలిసారిగా ప్రచురితమైంది. ప్రహ్లాద చరిత్ర, సీతావహరణం అనే పద్య నాటికలను వ్రాశారు. ‘భలే శిష్యులు’ వంటి సాంఘిక నాటికలను రచించారు, ప్రదర్శించి, నటులుగా తామూ పాత్రధారణ చేశారు. ఉస్మానియా విశ్వ విద్యాలయంలో ఉర్దూ మాధ్యమం లోనే ‘బి.ఎ.’ (1952) చదివారు. బి.ఎ. ద్వితీయ సంవత్సరంలో ఉన్నప్పుడు, ఉస్మానియా విశ్వ విద్యాలయం ఆర్ట్స్ కళాశాల విద్యార్థుల సాహితీ సంచిక -- “శోభకు సంపాదకత్వం నిర్వహించారు. 1954లో ఎం.ఎ. పట్టా పొందారు. ఎం.ఏ. విద్యార్థిగా ‘సిని కవి’ అనే నాటికను వ్రాసి, ‘మకరంద మూర్తి’ అనే పాత్రను ధరించి, దర్శకత్వం వహించి, ఉత్తమ బహుమతిని అందుకున్నారు.

‘ఆచార్య కె. గోపాలకృష్ణారావు, ఆచార్య పల్లా దుర్గయ్య, ఆచార్య దివాకర్ల వేంకటావధాని తదితరులు ఆయన గురువులు. ఎం.ఎ. పూర్తి చేసి, 1954--55లో కొంతకాలం, సికింద్రాబాద్ ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాలలో పార్ట్ టైం లెక్చరరుగా పనిచేసి, అదే కాలేజీలో 1955లో ఆంధ్రోపన్యాసకులుగా ఉద్యోగం ఆరంభించారు. 1958--59లో నిజాం కళాశాలలో ఉపన్యాసకులుగా పనిచేస్తునే 1957 నుండి 1962వరకు, దేవులపల్లి కృష్ణరావు సూచనను అనుసరించి, ఆచార్య ఖండవల్లి లక్ష్మీరంజనం పర్యవేక్షణలో -- ‘ఆధునికాంధ్ర కవిత్యము -- సంప్రదాయములు, ప్రయోగములు’ అనే విషయంపై పరిశోధన సాగించి, 1962లో పిహెచ్.డి. పట్టాను పొందారు. 1963లో ఉస్మానియా విశ్వ విద్యాలయం తెలుగు శాఖలో ‘రీడర్’ అయ్యారు. 1976లో ఆచార్యులై, 1981 వరకు జోధన సాగించారు. నారాయణరెడ్డి భార్య సుశీల కాంధా, నలుగురు కూతుళ్ళకు -- గంగ, యమున, సరస్వతి, కృష్ణవేణి అని పేర్లు పెట్టు కున్నారు. ఆయన 50వ జన్మ దినోత్సవం సందర్భంగా ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం, అధికార భాషా సంఘాధ్యక్ష పదవిని అందించింది. ఆ జన్మదినోత్సవ సన్మాన సభలో నారాయణరెడ్డి



--”ఎవరికి ఈ సన్మానం, ఎందుకు ఈ సన్మానం, చెట్టంతటి పేరొందిన చిగురుకు ఈ సన్మానం” అని ప్రారంభించి...”పేరేమో సింగిరెడ్డి నారాయణరెడ్డి కాని, కులం కీళ్ళు విరిచే నాకలానికి సన్మానం” అంటూ ఒక గేయ కవిత చదవగా; సభంతా హర్ష ధ్యానాలతో మారుమ్రోగింది. అధికార భాషా సంఘం అధ్యక్షులుగా 4--9--1981 నుండి 7--8--1985 వరకు, సార్వత్రిక విశ్వ విద్యాలయం ఉపాధ్యక్షులుగా, తర్వాత దేశంలో ప్రథమ సార్వత్రిక విశ్వ విద్యాలయమైన ఆంధ్రప్రదేశ్ సార్వత్రిక విశ్వ విద్యాలయ ఉపాధ్యక్షులుగా నియమితులై, 8.8.1985 నుండి 20.6.1989 వరకు, విధులను నిర్వహించారు. పొట్టి శ్రీరాములు తెలుగు విశ్వ విద్యాలయం ఉపాధ్యక్ష పదవిని 21.6.1989 నుండి 4.11.1992 వరకు నిర్వహించారు.

విశ్వ విద్యాలయంలో ప్రథమ స్నాతకోత్సవం తెలుగులో నిర్వహించ బడిన సందర్భంలో, అప్పటి ఛాన్సలర్, ముఖ్యమంత్రి ఎన్టీ రామారావు పాల్గొనగా, ఉప రాష్ట్రపతి డా. శంకర్ దయాళ్ శర్మ ముఖ్య అతిథిగా విచ్చేశారు. 7.7.1991నాడు జరిగిన రెండవ స్నాతకోత్సవంలో, నాటి ప్రధాని శ్రీ పి.వి. నరసింహారావు ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొనడం జరిగింది. 1990 మార్చి 10, 11, 12 తేదీలలో బెంగుళూరులో “మూడవ అఖిల భారత తెలుగు మహాసభలు” నిర్వహించ బడ్డాయి. అంతేకాక, మారిషస్ లో 1990 డిసెంబర్ లో “మూడవ ప్రపంచ తెలుగు మహాసభలు”నిర్వహించింది ఈ తెలుగు విశ్వవిద్యాలయమే. సినారె

ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి హోదాలో భాషా సాంస్కృతిక సలహాదారుగా, సాంస్కృతిక మండలి అధ్యక్షులుగా, ఆ తరువాత 1997 జూలై నుండి ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్ర సాంస్కృతిక మండలి అధ్యక్షులుగా పని చేశారు. ఆ సమయం లోనే భారత రాష్ట్రపతి రాజ్యసభ సభ్యునిగా నామనిర్దేశం చేయగా, 27.8.1997 నుండి 26.8.2003 వరకు కొనసాగారు. దక్షిణ భారతం నుండి రాజ్యసభ సభ్యులుగా నియమింప బడిన ప్రథమకవి ఆయనే కావడం విశేషం. నవ్వని పువ్వు” (1953) మొదలుకొని, -- ‘అలలెత్తే అడుగులు’ (2013), నింగికెగిరే చెట్లు (2014) వరకు 18 ప్రక్రియలలో సుమారు 90 గ్రంథాలు రచించారు. మాకందాలను అందించడంలో, వచన కవిత్వంలో వైవిధ్యాన్ని ప్రదర్శించడంలో ‘ప్రపంచ పదులను నిర్మించడంలో -- తెలుగు గజళ్ళకు మానవీయ దృక్పథాన్ని అనుసంధించడంలో, ప్రతీకాత్మకంగా వచన కవితలో ‘ఇతిహాస కావ్యాన్ని’-- ‘విశ్వాభర’ను నిర్మించడంలో, ‘మట్టి -- మనిషి -- ఆకాశం’ వంటి వచన కవితా ‘కావ్యేతి హాసాన్ని’ సంవిధాన సంపన్నంగా సృజించడంలో, ‘పాటలో ఏముంది నా మాటలో ఏముంది’ వంటి స్వీయ చలన చిత్ర గీతకా వ్యాఖ్యా రచనలో, ఋతు వర్ణనలను జీవితానికి సమన్వయస్తూ ‘ఋతుచక్రం’ వంటి కావ్య రచనలో, గేయ కావ్యాలకు పద్య కావ్య ప్రౌఢిని, ప్రామాణికతనూ సంతరించడంలో, శతశతాధిక సూతన పదబంధ కల్పనంలో మహాకవి సినారె ప్రయోగశీలం ప్రస్థుట ముపుతుంది. ఉస్మానియా విశ్వవిద్యాలయ ఉపన్యాసకులుగా ఉంటూనే, 1962లో ఎన్టీ రామారావు ఆహ్వానంపై చలనచిత్ర రంగంలో ప్రవేశించారు.

తొలి సినీ గీతం -- “నన్ను దోచుకొందువటే”. ‘గులేబకావళి కథ’ చిత్రంలోని పాటలన్నీ ఆయన వ్రాసినవే. ఆనాటి ‘గులేబకావళి కథ’ చిత్రం నుండి ఇదీవలి ‘అరుంధతి’, ‘మేడ్టి’ సినీమాల వరకు, మూడున్నర వేలకు పైగా సినీమా పాటలు రచించి, చలన చిత్ర జగత్తులో తమ ప్రత్యేక స్థానాన్ని భద్రపరచు కున్నారు. ‘ఏకవీర’, ‘అక్బర్ సలీమ్ అనార్కలీ’ అనే రెండు చిత్రాలకు సంఘాషణలు కూడా రచించారు. తెలుగువారే కాక శంకర్ జైకిషన్, సి. రామచంద్ర, ఓ.పి. నయ్యర్, రవీంద్ర జైన్, ఉషా ఖన్నా, బప్పీ లహరి -- వంటి ప్రముఖ హిందీ సంగీత దర్శకులు 50 మందికి పైగా కలిసి పనిచేశారు. ఘంటసాల గళం నుండి సినారె గీతాంధికంగా జాలు వారాయి. మూగజీవులు, శభాష్ పాపన్న, మొగుడా పెళ్ళామా, తూర్పు పడమర చిత్రాలలో కావ్య సంబంధమైన పాత్రలలో ఆయన కనిపించారు. నారాయణ రెడ్డి, హైదరాబాద్ లోని కేరే ఆస్పత్రి లో చికిత్స పొందుతూ 2017, జూన్ 12 సోమవారం రోజున ఉదయం ఈ లోకాన్ని వదిలి వెళ్ళారు.

రామ కిష్టయ్య సంగన భట్ల, సీనియర్ ఇండిపెండెంట్ జర్నలిస్ట్, కాలమిస్ట్, 9440595494

అక్రమ షెడ్యూ తొలగించాలి మునిసిపల్ కమిషనరుకు విసతిపత్రం..

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

భారతీయ జనతా పార్టీ జగిత్యాల పట్టణ శాఖ ఆధ్వర్యంలో జగిత్యాల పట్టణంలో అక్రమంగా నిర్మించిన షెడ్యూ తొలగించాలని అధ్యక్షులు కొక్కు గంగాధర్ జగిత్యాల మున్సిపల్ కార్పాలయంలో కమిషనర్ కి గురువారం విసతిపత్రం సమర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ జగిత్యాల పట్టణంలోని కొత్త బస్టాండ్ నుండి పాత బస్టాండ్ వరకు అలాగే పాత బస్టాండ్ నుండి గొల్లపెల్లి రోడ్డు వరకు ప్రధాన రహదారులకు ఇరువైపులా విచ్చలవిడిగా అక్రమ షెడ్యూ వెలిశాయి. వ్యాపారస్తులు తమకు కేటాయించిన స్థలాల కంటే చాలా ముందుకు వచ్చి (ఎంక్రోచ్మెంట్) వ్యాపారాలు నిర్వహిస్తున్నారు. దీనివల్ల నిత్యం రాకపోకలు సాగించే పట్టణ ప్రజలు, వాహనదారు లు తీవ్ర ఇబ్బందులు ఎదు ర్కొంటున్నారు. అయితే, రెండు రోజుల క్రితం మున్సి పల్ సిబ్బంది యావర్ రోడ్లో కేవలం కొన్ని దుకాణాలను మాత్రమే కూల్చివేసి, మిగతా అక్రమణలను అలాగే వది లేయడం పట్టణ ప్రజలను ఆశ్చర్యానికి గురిచేసింది. మున్సిపల్ యంత్రాంగం నిష్పక్షపాతంగా వ్యవహరిం చాల్సింది పోయి, ఒకే వర్గానికి కొమ్ముకాస్తున్నట్లుగా, కేవలం ఒక వర్గానికి చెందిన షెడ్యూ మాత్రమే తొలగించి మిగతా వాటిని వదిలివేయడం అత్యంత



విచారకరం.ఒక వేళ మున్సిపల్ యంత్రాంగం ఏకపక్షంగా వ్యవహరిస్తే, పట్టణ ప్రజల పక్షాన భార తీయ జనతా పార్టీ పెద్ద ఎత్తున ఆందోళనలు చేపట్టాల్సి వస్తుందని ఆయన హెచ్చరించారు. వినతి పత్రం సమర్పించిన వారిలో పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి ఆముద రాజు, బిజెపి మున్సిపల్ ఫ్లోర్ లీడర్ వేముల శ్రీనివాస్, బిజెపి మున్సిపల్ కౌన్సిల్లర్లు మిమ్మల నాగరాజు, సిరిపురం శ్రీలత శ్రీనివాస్, గట్టుపల్లి మానస జ్యోనేశ్వర్, బిజెపి పట్టణ ఉపాధ్యక్షులు ఇట్లాల రాము, గృహ్వాసు రాజేందర్, పవన్ సింగ్, కొప్పు భాస్కర్, బిజెపి కార్యదర్శి మేడిపల్లి పుప్ప రెడ్డి, కాశెర్తి తిరుపతిలు పాల్గొన్నారు.

చివరి దశ ధాన్యం కొనుగోళ్లను త్వరగా పూర్తి చేయాలి..

జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్..

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

జిల్లాలో చివరి దశలో ఉన్న వరి ధాన్యం కొనుగోళ్ల సేకరణ ప్రక్రియ పర్యవేక్షణలో భాగంగా బీర్ పూర్ మండల కేంద్రం, నరసింహుల పల్లి గ్రామాల్లో వరి ధాన్య కొనుగోలు కేంద్రాలను గురువారం పరిశీలించిన జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్. ఈ సందర్భంగా జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్ మాట్లాడుతూ కొనుగోలు కేంద్రాలకు వచ్చిన వరి ధాన్యాన్ని వెంటనే ఆలస్యం లేకుండా తూకం వేసి మిల్లులకు తరలించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా, సకాలంలో ధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను పారదర్శకంగా, వేగంగా నిర్వహించాలని సూచించారు. ధాన్యం తూకం, నిల్వ మరియు రవాణా ప్రక్రియల్లో ఎటువంటి నిర్లక్ష్యం ఉండకూడదని, రైతులకు సమగ్ర సేవలు అందేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు తెలిపారు. అదేవిధంగా ధాన్యం కొనుగోలు చేసిన వెంటనే డాటా ఎంట్రీ అప్డేట్ చేసి రైతులకు ఖాతాలో డబ్బులు జమ అయ్యే విధంగా చుడాలని అన్నారు. అదేవిధంగా మిల్లుల వద్ద త్వరగా అక్లోడింగ్ చేసుకునే విధంగా చర్యలు తీసుకోవాలనిఅన్నారు.

జిల్లాలో వరి ధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను త్వరగా పూర్తి చేయడంతో పాటు రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా



చర్యలు తీసుకోవాలని జిల్లా కలెక్టర్ బి. సత్యప్రసాద్ అధికారులను ఆదేశించారు. అలాగే రైతులు విక్రయించిన ధాన్యం సకాలంలో మిల్లులకు చేరేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. ఆకాల వర్షాలు ఉన్నందున కొనుగోలు కేంద్రాలకు వచ్చిన ధాన్యం కొనుగోలు చేసి వెను వెంటనే రైస్ మిల్లులకు తరలించాలని అన్నారు. వర్షాలకు కొనుగోలు చేసిన ధాన్యం తడవకుండా తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని టార్పాలిన్ కవర్లు అందుబాటులో ఉంచుకోవాలని సూచించారు. ఈ పరిశీలనలో జగిత్యాల ఆర్.డి.వో మధుసూదన్, తహసీల్దార్, ఎంపిడివో, ఎంపివో, సివిల్ సప్లై అధికారులు, సంబంధిత అధికారులు మరియు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఆహార కల్తీ అరికట్టడానికి కృషి చేయాలి

దక్షిణాది రాష్ట్రాల సమన్వయ సమితి అధ్యక్షుడు పల్లెపాడు దామోదర్

ప్రత్యక్ష సాక్షి జగిత్యాల

జగిత్యాల తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఆహార కల్తీ అరికట్టడానికి కృషి చేయాలని దక్షిణాది రాష్ట్రాల సమన్వయ సమితి అధ్యక్షుడు పల్లెపాడు దామోదర్ కోరారు.హోమోగురువారం జగిత్యాలలో జరిగిన తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆహార కల్తీ నిరోధక శాఖ అధికారులు వినియోగదారుల ప్రతినిధుల సమావేశంలో పాల్గొన్నారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ వినియోగదారుల్లో చైతన్యం లేని కారణంగా నిరంతరం ఆహార కల్తీ విచ్చలవిడిగా పెరిగిపోతుందని ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు ఆహార కల్తీ చట్టాలు ఆయా చట్టాలకు రోజురోజుకు జరిగిన సవరణలు పట్ల వినియోగదారుల ప్రతినిధులు అధికారులతో కలిసి ముమ్మరంగా చైతన్య కార్యక్రమాలు నిర్వహించాల్సిన అవసరం ఉందని దామోదర్ పేర్కొన్నారు ఆహార కల్తీ ఎక్కువ శాతం వంట నూనెలు, కారంపొడి, మసాలా దినుసుల్లో జరుగుతున్నదని, బహుళ జాతి సంస్థల కూడా అనుచిత వ్యాపార పద్ధతుల్లో కల్తీ ఆహార వదర్శాలను వినియోగదారులకు అంటగడుతున్నాయని తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్న వినియోగదారుల మండలి జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి సాంబరాజు మాట్లాడుతూ బహుళ జాతి వ్యాపార సంస్థలైన వివిధషాపింగ్ మాల్స్, ఉచిత బహుమతులతో డిస్కౌంట్లతో వినియోగదారులను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని తెలిపారు.హోమోఒకటి వినియోగదారులను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని తెలిపారు.హోమోఒకటి వినియోగదారులను తప్పుదోవ పట్టిస్తున్నారని తెలిపారు.



పసుపు ప్యాకెట్లను అంటగట్టడంపై వినియోగదారుల కోర్టులలో ఫిర్యాదులను సమోదు చేస్తున్నట్లు సాంబరాజు చక్రపాణి తెలిపారు సమావేశంలో పాల్గొన్న నిజామాబాద్ వినియోగదారుల సంక్షేమ సమితి రాష్ట్ర కార్యదర్శులు సందు ప్రవీణ్, మహాదేవుని శ్రీనివాసు, మహాదేవుని కణేష్ లు అన్ లైన్ ఫుడ్ సంస్థల ఆహార కల్తీ పట్ల జాగ్రత్తగా ఉండాలని వినియోగదారులకు సూచించారు అనంతరం ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాల ఆసిస్టెంట్ ఫుడ్ కంట్రోల్లో ఖలీల్ కరీంనగర్ రంగారెడ్డి జిల్లా ఇన్స్పెక్టర్లు సిరిసిల్ల జిల్లా ఫుడ్ సేఫ్టీ ఆఫీసర్ అనూశ జగిత్యాల జిల్లా ఫుడ్ సేఫ్టీ ఆఫీసర్ అనూశ, ఇతర అధికారులకు వినియోగదారుల ప్రతినిధులు ఆయా ప్రాంతాల సమన్వయలు తెలిపారు.

ఘనంగా రామ్ ప్రసాద్ బస్నిల్ జయంతి..



పల్లె సమ్యయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మండమర్రి

మందమర్రి పట్టణంలోమాజి ఆర్మీ జవాన్ ప్రస్తుత ఎస్ అండ్ పిసి ఉద్యోగి రాజేష్ వివ్ హోల్,రాజీ వివ్ హోల్ దంపతులు గురువారంనాడు తన నివాసంలో రాంప్రసాద్ బిస్మిల్ జయంతి సందర్భంగా ఆయన చిత్రపటానికి పూలమాలవేసి ఘనంగా నివాళు

ఖరీఫ్ సీజన్ ఎరువులపై ముందు జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి : ఎమ్మెల్యే

(నల్గొండ)

ఖరీఫ్ సీజన్లో రైతులకు ఇబ్బందులు ఏర్పడకుండా ఎరువులు, యూరియాలను అందుబాటులో ఉండే విధంగా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలని ఎమ్మెల్యే బత్తుల లక్ష్మారెడ్డి అన్నారు. మిర్యాలగూడ పట్టణంలోని క్యాంపు కార్యాలయంలో వ్యవసాయ అధికారులు, పీఏసీఎస్ చైర్మన్లతో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో మాట్లాడారు. గతంలో యూరియా సరఫరాలో జరిగిన ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా

చర్యలు తీసుకోవాలని కోరారు. యూరియా యాప్లో ఉదయం, సాయంత్రం ఓపెన్ చేసేందుకు ఉన్నతాధికారులను కోరమన్నట్లు తెలిపారు. నాణ్యమైన విత్తనాలు, ఎరువులు అందివ్వాలని పిఎస్ఎస్ చైర్మన్లను కోరారు. వ్యవసాయ శాఖ, ప్రాథమిక సహకార సంఘాల అధికారులు సమన్వయంతో పని చేసి రైతులు ఇబ్బందులు కలగకుండా చూడాలని అన్నారు. ఈ సమావేశంలో వ్యవసాయ శాఖ అధికారులు, పీఏసీఎస్ సీకటే లు , సంబంధిత శాఖల అధికారులు పాల్గొన్నారు.

అటవీ సంపదను కాపాడుకుందాం : ఎఫ్ఆర్ఓ



(మెదక్)

అడవి సంపదను కాపాడుకోవడం ప్రతి ఒక్కరి బాధ్యత అని ఎఫ్ఆర్ఓ డివ్యు పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన ప్రజాపాలన ప్రగతి ప్రణాళిక కార్యక్రమంలో

భాగంగా నర్సాపూర్ రేంజ్ ఆఫీసర్ డివ్యు అధ్యర్థంలో నర్సాపూర్ ఫారెస్ట్ అర్బన్ పార్క్లో వనదర్శని కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వివిధ పాఠశాలల, కళాశాల విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా రేంజ్ ఆఫీసర్ డివ్యు విద్యార్థులకు ప్రకృతి పరిరక్షణ, ఫ్లాస్టిక్ వినియోగం వల్ల కలిగే నష్టాలు, ఫ్లాస్టిక్ నివారణ, చెట్ల పెంపకం, పర్యావరణ పరిరక్షణ,ప్రాముఖ్యత గురించి అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ.. ప్రతి ఒక్కరూ మొక్కలు నాటి వాటిని సంరక్షించాలని పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిప్యూటీ రేంజ్ ఆఫీసర్ సిద్ధి రామ్ సింగ్, ఫారెస్ట్ సెక్షన్ ఆఫీసర్లు సాయిరాం, రాజమణి, శ్రీధర్, ఫారెస్ట్ బీట్ ఆఫీసర్లు, డిగ్రీ కళాశాల లెక్చరర్ సురేష్, కుంపు మాస్టర్ స్వామి, అర్బన్ పార్క్ సిబ్బంది మరియు బేస్ క్యాంప్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

వేసవిలో ఆరోగ్యం కాపాడండి



ఏడాది పొడవునా వివిధ కాలాల్లో పండ్లు, ఫలాలను ప్రకృతి మనకు అందించింది. వేసవిలో లభించే రకరకాల పండ్లు కూడా మనకెంతో మేలు చేస్తాయి. వాతావరణంలోని అధిక ఉష్ణోగ్రతలకు శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటం, జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని దూరం చేయటం.. ఇలా పలు రకాలుగా ఇవి మన ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తాయి. ఈకాలంలో లభించే పండ్లు, పండ్ల రసాలు తీసుకుంటే ఎంతోకొంత ఉపశమనం పొందొచ్చు. పండ్లుగా తినటమే కాకుండా రసాలు (జ్యూసులు)గా కూడా వీటిని తీసుకుంటే చక్కటి ఆరోగ్యం సొంతమవుతుంది. బొప్పాయి, జామ, ఆపిల్, ద్రాక్ష, మామిడి, పుచ్చకాయ వంటివి మార్కెట్లో ప్రస్తుతం విరివిగా దొరుకుతున్నాయి. పండ్లలో ఔటోకెరోటీన్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, విటమిన్-సి, పొటాషియం, విటమిన్-బి కలిగివుండటం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన వ్యాధి నిరోధక శక్తి సమకూరుతుంది. మంచి ఆరోగ్యానికి కూడా ఇవి దోహదపడతాయి. పుల్లని నిమ్మ, నారింజ పండ్లలో విటమిన్-సి అధికంగా ఉంటుంది. పండ్లుగానూ, జ్యూస్లుగానూ కూడా వీటిని తీసుకోవచ్చు. జ్యూస్ కన్నా పండ్లను నేరుగా తీసుకోవటం మంచిది. పండ్లలో ఎక్కువశాతం విటమిన్లు, మినరల్స్, ఫైబర్లు, ఫ్లోవనాయిడ్స్ ఉంటాయి. జ్యూస్ చేసేటప్పుడు తొక్కను తీసేస్తుంటాం. అలాంటపవడు వాటిలో ఉండే ఫైబర్, మినరల్స్, విటమిన్స్ తగ్గిపోతాయి. పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్స్, ఫాయిటో స్పేరోల్స్, ఫ్లోవనాయిడ్స్ వంటివి శరీర ఆరోగ్యానికి కూడా దోహదపడతాయి. అదే జ్యూస్ అయితే ఈ ఫాయిటోకెమికల్స్ పండ్ల తొక్కలోనే ఉండిపోతాయి. కొబ్బరి బోండాం : సమృథ్ మరో హెల్త్ డ్రింక్ గా కొబ్బరి బోండాంను చెబు తుంటారు. వేసవి తాపాన్ని తట్టుకోవటానికి రోజుకు ఒక గ్లాస్ కొబ్బరినీటిని తీసుకుంటే మంచిది. దీనివల్ల అందులోని ఎలక్ట్రోలైట్స్ మన శరీరానికి అందుతాయి. కివీ : పోషకాలు ఎక్కువగా నిక్షిప్తమే ఎండా కాలంలో లభ్యమయ్యే మరో పండు కివీ. ఇందులో అధికంగా ఉండే విటమిన్లు సి, ఇ, పొటాషియం, ఫైబర్ వంటివి శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి.



ఆఫ్రికాల్ : పొటాషియం, ఐరన్, బీటా కెరోటీన్, ఫైబర్తోపాటు విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు అధికంగా లభించే మరో పండు ఆఫ్రికాల్. ఎండు ఆఫ్రికాల్ శరీరంలో ద్రవాల స్థాయిలు తగ్గకుండా చేయడంతోపాటుగా మలబద్దకం వంటి పలు జీర్ణ సంబంధిత సమస్యల్ని తగ్గించటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. జ్యూరం, రక్తహీనత, చర్మ సమస్యలు మొదలైనవి దరిచేరకుండా కాపాడుతుంది. కర్బూజా : నీటిశాతం అధికంగా ఉండే పండ్లలో కర్బూజా ముఖ్యమై నవీ. దీన్ని తినడం వల్ల ఇందులో ఎక్కువగా ఉండే నీరు శరీరంలోకి చేరి..చెమట రూపంలో కోల్పోయిన నీటిశాతాన్ని తిరిగి భర్తీ చేస్తుంది. ఈ పండు రక్తపోటుని అదుపులో ఉంచటంతోపాటు ఆస్మా దరి చేరకుండా కాపాడటంలో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తుంది. చెరకు రసం చెరకును ముక్కలుగా కట్ చేసి నమలోచ్చు. మిషన్ ద్వారా చెరకు రసం కూడా తీసితాగొచ్చు. దీనినితీసుకోవటం వల్లతక్షణశక్తి లభిస్తుంది. వేడికారణంగా అలసిన శరీరానికి దీనివల్ల ఉపశమనం లభిస్తుంది. చెరకు రసాన్ని కూడా బెస్ట్ సమృత్ డ్రింక్ గా చెబుతారు. మ్యాంగో లెస్సీ : ఇప్పుడిప్పుడే మామిడి పండ్లు మార్కెట్లోకి వచ్చేస్తున్నాయి.పండిన రసంకాయల నుంచి రసాన్నితీసి లెస్సీలాకూడా తాగేయొచ్చు. ఇది నార్మల్ లెస్సీ కంటే కాస్తా డిఫరెంట్ గా ఉంటుంది. పెరుగు కూడా కలుపుకోవచ్చు.ఈ రెండింటి కలయిక అద్భుతంగా ఉంటుంది. అనాన : జీర్ణశక్తిని పెంచడానికి ఉపయోగపడే అద్భుతమైన పండు అనాన. వీటిలోఉండే ట్రోపెలైన్ అనే ఎంజైమ్ కారణం. ఎన్నో రకాల ఖనిజాలు, విటమిన్లు దాగున్నాయి. వీటిలో ఎక్కువమొత్తంలో ఉండే యాంటీఆక్సిడెంట్లు శరీరంపలు వ్యాధులబారినపడకుండా కాపాడతాయి. ఇవే కాకుండా బిల్బెర్రీ, బ్లూరీ, బ్లౌరీ, డ్రై బెర్రీ వంటి పండ్లలో ఫైబర్ కెమికల్స్ ఎక్కువ మొత్తంలో ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో రోగ నిరోధక శక్తిని మెరుగుపర్చడానికి తోడ్పడతాయి. శరీరంలో రక్త ప్రసరణ సరిగ్గా జరిగేలా చేయడంతోపాటు..క్యాన్సర్, గుండె సంబంధిత సమస్యలు రాకుండా నివారించడంలో కూడా సహాయపడతాయి. పుచ్చకాయ వేసవిలో శరీరానికి ఉపశమనం కల్పించేవాటిలో పుచ్చకాయలు కూడా కీలకపాత్ర పోషిస్తాయి. ఇందులో నీటిశాతం చాలా ఎక్కువగా ఉంటుంది. దీనిని తినటం వల్ల డీహైడ్రేషన్ సమస్య



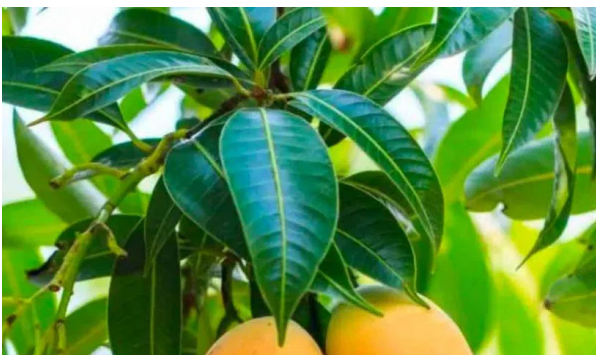
తగ్గుతుంది. కాయను ముక్కలుగా చేసి తినొచ్చు. లేదా డ్రింక్ గా తయారుచేసుకుని తాగొచ్చు. వేసవిలో దీనిని బెస్ట్ సమృత్ డ్రింక్ గా పిలుస్తుంటారు. బీటా కెరోటీన్, పొటాషియం, ఐరన్ వంటి ఖనిజాలతో పాటు విటమిన్ సి కూడా ఈ పండులో సమృద్ధిగా ఉంటుంది. ఇవన్నీ శరీరం కోల్పోయిన నీటిని తిరిగి అందించటంలో సహాయపడతాయి. పచ్చి మామిడి రసం : పచ్చిమామిడిని కూడా ముక్కలుగా కోసి తినొచ్చు. లేదా మిక్సిలో వేసి రసంలా చేసి తాగొచ్చు. ఇది కూడా వేసవి తాపాన్ని తగ్గించేసి శరీరానికి శక్తి నిస్తుంది. దీనివల్ల హైడ్రేట్ గా కూడా ఉండొచ్చు. టిఫిన్ లేదా భోజనం ఒకవేళ అలస్యమైనా రోజంతా అలసట రాకుండా ఉంటుంది. ప్రస్తుతం చిన్నరసాలు, బంగినిపల్లి మామిడిపండ్లు మార్కెట్లోకి కోల్డ్ కాఫీ, టీ: చాలామంది ప్రతిరోజూ కాఫీ తాగుతుంటారు. ప్రతినాటి హాట్ కాఫీ తాగేబదులుగా ఈ సీజన్ కు తగ్గట్టుగా కోల్డ్ కాఫీ తాగటం కూడా మంచిదే. మనసు ప్రశాంతంగా హాయిగా ఉంటుంది. టీ కూడా అంతే. చల్లగా కూడా తీసుకోవచ్చు. పాలు లేకుండా డికాఫెన్ లో నిమ్మరసం చేసి దానిని చల్లబరిచి తీసుకోవచ్చు. తద్వారా అలసట కూడా తగ్గుతుంది. మామిడిపండ్లు వేసవిలో లభించే పండ్లలో అతి ముఖ్యమైనవి మామిడి పండ్లు. పెద్ద రసాలు, చిన్నరసాలు రసంతో అందరూ ఎంతో ఇష్టంగా తింటుంటారు. మామిడిలో ఎక్కువగా ఉండే విటమిన్ ఎ కంటి ఆరోగ్యానికి చాలా మంచిది. మామిడి పండ్లలో ఎక్కువగా ఉండే ఫైబర్, బీటా కెరోటీన్, విటమిన్ సి వంటి పోషకాలు ఆరోగ్యానికి చాలా అవసరం. ముంతమామిడి, తోతాపురి, హిమావనంద్ వంటి పచ్చికాయలు కూడా ఆరోగ్యానికి బాగా మేలు చేస్తాయి. లెస్సీ : పెరుగుతో చేసిన లెస్సీ కూడా మంచి ిప్రెషింగ్ డ్రింక్ గా చెబుతారు. దీనిని తీసుకోవటం వల్ల శరీరం చల్లబడుతుంది. ఎంత వేడిగా ఉన్నా కాస్తా లెస్సీ తాగితే చాలా రిలాక్స్ గా ఉంటుంది. నిమ్మనీరు : ఎండాకాలంలో తప్పకుండా తాగాల్సిన నీరు నిమ్మరసం. ఈ రసాన్ని నీటిలో పిండి కొద్దిగా ఉప్పు, కొద్దిగా పంచదార వేసి పచ్చితేలా తీసుకోవచ్చు. చక్కటి ఉపశమనం శరీరానికి వస్తుంది.

ఎల్లప్పుడూ యంగ్ గానే కనిపించాలా..?

సినిమా తారలను చూస్తే ఎల్లప్పుడూ వారు యంగ్ గానే కనిపిస్తారు. 50 సంవత్సరాల వయస్సులోనూ యువ్వనంగానే కనిపిస్తారు. అయితే వారు అలా కనిపించేందుకు ఎంతో కష్టపడతారన్న విషయం మాత్రం చాలా మందికి తెలియదు. వారు సినిమాల్లో నటించాలి కనుక యంగ్ గా ఉంటేనే బాగుంటుంది. కనుక ఆ ఫిజిక్ ను మెయింటెయిన్ చేసేందుకు తీవ్రంగా శ్రమిస్తుంటారు. వ్యాయామం చేయడంతోపాటు స్క్రిప్ట్ డైట్ ను కూడా పాటిస్తుంటారు. అయితే మన శరీరాన్ని యువ్వనంగా ఉంచడంలో ఆహారం ముఖ్య పాత్ర పోషిస్తుందని చెప్పవచ్చు. మనం తీసుకునే ఆహారాలే మన శరీరాన్ని యువ్వనంగా ఉంచుతాయి. అనారోగ్యాల బారిన పడకుండా చూస్తాయి. ఈ క్రమంలోనే నిత్యం పలు ఆహారాలను తినడం వల్ల ఎల్లప్పుడూ యంగ్ గా ఉండేలా చూసుకోవచ్చు. దీంతో అందరి దృష్టి మీపైనే పడుతుంది. ఇక అందుకు ఏదీ ఆహారాలను తినాలో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. గ్రీన్ టీ:: రోజూ 2 నుంచి 3 కప్పుల గ్రీన్ టీని సేవిస్తుండడం వల్ల ఎల్లప్పుడూ చర్మాన్ని యువ్వనంగా ఉంచుకోవచ్చు. గ్రీన్ టీలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఇందులో పాలిఫినాల్స్ ఉంటాయి. ఇవి వృద్ధాప్య ఛాయలను తగ్గిస్తాయి. ముఖంపై ఉండే ముడతలు, మచ్చలు పోయేలా చేస్తాయి. దీంతోపాటు తీవ్రమైన వ్యాధులు రాకుండా చూస్తాయి. కనుక గ్రీన్ టీని రోజూ తాగుతుంటే ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలగడమే కాకుండా శరీరాన్ని ఎల్లప్పుడూ యువ్వనంగా ఉంచుకోవచ్చు. చర్మం కాంతివం తంగా మారి మెరుస్తుంది. అలాగే వారంలో కనీసం 2 నుంచి 3 సార్లు చేపలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. సాల్మన్ వంటి చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, ట్రోఫోన్లు, నెలినీయం, అస్టాకాం తిన్ వంటి పోషకాలు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరంలో కొల్జెస్టెను ఉత్పత్తి చేసేందుకు దోహదపడతాయి. చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. కనుక చేపలను తరచూ తింటుండాలి. డార్క్ చాకోలెట్లు:: డార్క్ చాకోలెట్లను తినడం వల్ల కూడా చర్మం ఎల్లప్పుడూ యువ్వనంగా ఉంటుంది. వీటిల్లో ఫ్లేవనాయిడ్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి సూర్యని నుంచి వచ్చే అతినిలలోపాత కిరణాల బారి నుంచి చర్మాన్ని సంరక్షిస్తాయి. దీంతో చర్మం యువ్వనంగా కనిపిస్తుంది. వృద్ధాప్య ఛాయలు అంత త్వరగా రావు. అవిని గింజలలో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. ముఖ్యంగా ఈ గింజల్లో అల్ఫా-లినోలిక్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది చర్మం పొరలను సంరక్షిస్తుంది. చర్మం ఎల్లప్పుడూ తేమగా ఉండేలా చేస్తుంది. దీంతో చర్మానికి సహజసిద్ధమైన నిగిరింపు వస్తుంది. కనుక అవిని గింజలను కూడా రోజూనూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. దానిమ్మ పండ్లు:: చూసేందుకు ఎరువు రంగులో దానిమ్మ పండ్లు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా కనిపిస్తాయి. ఇవంటే చాలా మందికి ఇష్టమే. అయితే దానిమ్మ పండును రోజూ ఒకటి తింటున్నా చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. దానిమ్మ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి చర్మానికి మరమ్మత్తులు చేస్తాయి. దీంతో చర్మ కణాలు పునరుత్థేజం చెందుతాయి. చర్మం యువ్వనంగా మారి కాంతివంతంగా కనిపిస్తుంది. రోజూ దానిమ్మ పండును తినడం ఇష్టం లేకపోతే దాని జ్యూస్ ను అయినా తాగవచ్చు.దీంతో చర్మాన్నియంగ్ గాఉంచుకోవచ్చు. అలాగే చెల్లెలను ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా చర్మం ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా ఉంటుంది. చెల్లి పండ్లలో విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కొల్జెస్టెన్ ఉత్పత్తి దోహదం చేస్తాయి. దీంతో చర్మం సురక్షితంగా ఉంటుంది. యువ్వనంగా కనిపిస్తుంది. ఇలా పలు రకాల ఆహారాలను తింటే చర్మాన్ని ఎల్లప్పుడూ యంగ్ గా కనిపించేలా చేయవచ్చు.

మామిడి ఆకులతో ఇంటి చిట్కాలు..

ఎన్ని వ్యాధులను తగ్గించుకోవచ్చో తెలుసా..?



వేసవి కాలంలో మనకు మామిడి పండ్లు లభిస్తాయి. సీజనల్ ఫ్రూట్ అయిన ఈ పండ్లను వేసవి కాలంలో తింటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. మామిడి పండ్లలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవన్నీ మనకు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. మామిడి పండ్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది బరువు తగ్గేందుకు దోహదం చేస్తుంది. జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. గ్యాస్, అజిర్, అసిడిటీ, మలబద్దకం ఉన్నవారు మామిడి పండ్లను తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది. మామిడి పండ్లలో విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరుస్తుంది. అయితే కేవలం పండ్లే కాదు, మామిడి ఆకులు కూడా మనకు ఎన్నో లాభాలను అందిస్తాయి. ఆయుర్వేద ప్రకారం ఈ ఆకుల్లో అనేక ఔషధ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులను నయం చేసేందుకు దోహద పడతాయి. షుగర్ ఫూర్నిగా చూడం...: దయాబెటిస్ ఉన్నవారికి మామిడి ఆకులను ఒక వరంగా చెప్పవచ్చు. 10 నుంచి 15 మామిడి ఆకులను తీసుకుని బాగా కడిగి ఒక పాత్రలోని నీటిలో వాటిని వేసి ఆ నీళ్లను బాగా మరిగించాలి. అనంతరం ఆ నీళ్లను చల్లార్చి రాత్రంతా అలాగే ఉంచాలి. మరుసటి రోజు ఉదయం ఆ నీటిని వడకట్టి పరగడుపునే అల్పాహారానికి 30 నిమిషాల ముందు తాగాలి. ఇలా రోజూ చేస్తుంటే కొద్ది రోజుల్లోనే ఫలితం కనిపిస్తుంది. షుగర్ లెవల్స్ ఫూర్నిగా అదుపులోకి వస్తాయి. దయాబెటిస్ నియంత్రిణలో ఉంటుంది. అయితే ఇలా నీళ్లను తయారు చేసేసదుపాదం లేనివారు మామిడి ఆకులను నీడలో ఎండబెట్టి పొడిగా చేసి దాన్నినిల్వ చేసుకోవాలి.ఈ పొడినిఒక టీస్పూన్ మోతాదులో తీసుకుని ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో కలిపి ఉదయం పరగడుపునే అల్పాహారానికి 30 నిమిషాల ముందు తాగాలి. షుగర్ మరీ ఎక్కువగా ఉన్నవారు రాత్రి పూట భోజనానికి ముందు కూడా ఈ నీళ్లను తాగాలి. ఇలా చేస్తున్నాకూడా షుగర్ అదుపులోకి వస్తుంది. చర్మ సమస్యలకు...: మామిడి ఆకులను కొన్ని తీసుకుని నీడలో

ఎండబెట్టాలి. ఆ ఆకులను పొడిగా చేయాలి. అనంతరం ఆ పొడిని పెనంపై వేయించి బూడిదలా మార్చాలి. అందులో కాస్త కొబ్బరినూనె కలిపి మెత్తని పేస్ట్ గా మార్చాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రాస్తూంటే మొటిమలు తగ్గిపోతాయి. దీన్ని రాత్రి పూట మొటిమలపై రాసి మరుసటి రోజు ఉదయం కడిగేయాలి. దీంతో మొటిమలు తగ్గుతాయి. ఈ మిశ్రమం గాయాలు, పుండ్లు మానేందుకు కూడా పనిచేస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి మెత్తగా నూరి పేస్ట్ గా చేయాలి. అందులో కాస్త పెరుగు కలిపి ఆ మిశ్రమాన్ని ఫేస్ ప్యాక్ గా ముఖానికి రాయాలి. 15-20 నిమిషాలు ఆగిన తరువాత గోరు వెచ్చని నీటితో కడిగేయాలి. ఇలా తరచూ చేస్తుంటే ముఖంపై ఉండే డల్ నెన్ తగ్గుతుంది. ముఖం కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తుంది. ముఖం అందంగా కనిపిస్తుంది. జుట్టు పెరిగేందుకు...: మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి మెత్తగా నూరి పేస్ట్ గా చేసి ఆ మిశ్రమంలో కాస్త ఆలివ్ ఆయిల్ కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని హెయిర్ ప్యాక్ గా జుట్టుకు బాగా రాయాలి. 20 నిమిషాలు అయ్యాక తలన్నీరుం చేయాలి. తరచూ ఈ హెయిర్ ప్యాక్ ను ఉపయోగిస్తుంటే శిరోజాలు కాంతివంతంగా మారి మెరుస్తాయి. జుట్టు ఒత్తుగా పెరిగి దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. చుండ్రు తగ్గిపోతుంది. మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను మీరు స్నానం చేసే నీటిలో కలిపి ఆ నీటితో స్నానం చేయండి. దీంతో చర్మంపై ఉండే ఇన్ ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. ముఖ్యంగా దురద నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటితో కలిపి నూరి మెత్తని పేస్ట్ గా చేసి అందులో కాస్త కొబ్బరినూనె కలపాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రాస్తూంటే గాయాలు, పుండ్లు త్వరగా మానుతాయి. ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి...: మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీటిలో కాస్త తేనె కలిపి తాగితే ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత లభించి రాత్రి పూట నిద్ర చక్కగా పడుతుంది. మామిడి ఆకుల నుంచి రసం తీసి దాన్ని కొద్దిగా వేడి చేయాలి. ఆ రసాన్ని ఒకటి లేదా రెండు చుక్కల చొప్పున చెవిలో వేయాలి. దీంతో చెవి నొప్పి, చెవి ఇన్ ఫ్లెక్షన్ తగ్గుతాయి. మామిడి ఆకులను కాల్చగా వచ్చే పొగను పీలుస్తుంటే వెక్రిళ్లు తగ్గిపోతాయి. గొంతులో గరగర, మంట నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. మామిడి ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను ఒక కప్పు మోతాదులో రోజూ తాగుతుంటే బీటీ తగ్గుతుంది. హైబీటీ ఉన్నవారికి ఈ మిశ్రమం ఎంతో మేలు చేస్తుంది. ఇలా మామిడి ఆకులతో అనేక చిట్కాలును పాటించి అనేక వ్యాధులను తగ్గించుకోవచ్చు. అయితే అలర్జిలు ఉన్నవారు మామిడి ఆకులను ఉపయోగించకూడదు.

అన్ని రకాలుగా ఆరోగ్యంగా ఉండాలని చూస్తున్నారా..?



ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు మనకు అనేక రకాల డైట్స్ అందుబాటులో ఉన్నాయి. ఎవరైనా సరే తమ సౌకర్యానికి అనుగుణంగా ఉండే డైట్ ను పాటిస్తుంటారు. అయితే ప్రస్తుతం ఒక డైట్ మాత్రం బాగా ట్రెండింగ్ లో ఉంది. అదే మైండ్ డైట్. రెండు రకాల డైట్లను కలిపి ఈ డైట్ ను రూపొందించారు. మెడిటరేనియన్ తోపాటు డ్యూప్ డైట్ ను కలిపి మైండ్ డైట్ ను రూపొందించారు. రష్ యూనివర్సిటీ మెడికల్ సెంటర్ కు చెందిన పరిశోధకులు ఈ డైట్ కు రూపకల్పన చేశారు. ఇందులో భాగంగా పలు ఆహారాలను వారంలో నిర్దిష్టమైనన్ని సార్లు కచ్చితంగా తీసుకోవాలి. అలాగే కొన్ని ఆహారాలను తీసుకోవడం మానేయాలి. లేదా వారంలో చాలా తక్కువ సార్లు తీసుకోవాలి. ఇలా మైండ్ డైట్ ను పాటించాల్సి ఉంటుంది. దీంతో అనేక ప్రయోజనాలు పొందవచ్చని పరిశోధకులు చెబుతున్నారు. ఏం తినాలి...?: మైండ్ డైట్ లో బాగాగా వారంలో కనీసం 6 సార్లు కూరగాయలను తినాలి, పిండి పదార్థాలు లేని కూరగాయలను ఏదో ఒకటి కచ్చితంగా రోజూ తినాలి. వారంలో కనీసం 2 సార్లు బెర్రీలను తినాలి. వారంలో కనీసం 5 సార్లు నట్లీస్ తీసుకోవాలి. రోజూ ఆలివ్ ఆయిల్ ను వంటలకు కచ్చితంగా ఉపయోగించాలి. ఓట్ మీల్, ట్రాన్ రైస్ ను వారంలో కనీసం 3 సార్లు తినాలి. వారానికి ఒకసారి చేపలను కచ్చితంగా తినాలి. వారంలో

తంగేడు పువ్వు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు..



తంగేడు చెట్టు ఎక్కువగా కొండ ప్రాంతాలలో ఉంటాయి. ఈ చెట్టుకు ఉండే పసుపు రంగు పూలు ఎంతో ఆకర్షణీయంగా ఉంటాయి. ఈ చెట్టులో ఔషధ గుణాలు మెండుగా ఉంటాయి. ఇవి ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరిచి అనేక అనారోగ్య సమస్యలకు దూరంగా ఉంచుతాయి. మరి ఈ చెట్టును ఏ విధంగా ఉపయోగిస్తే ఆరోగ్యానికి మంచి ఫలితాలు కలుగుతాయో ఇప్పుడు మనం తెలుసుకుందాం.. 1.మలబద్దకం తగ్గుతుంది: తంగేడు ఆకుల పొడిని ఒక గ్లాస్ గోరువెచ్చట నీటితో కలిపి ఉదయాన్నే తీసుకుంటే పేగులలో పేరుకుపోయిన మలం తేలికపడి మలవిసర్జన సాఫీగా జరుగుతుంది.

కనుక మలబద్దక సమస్యలతో బాధపడేవారు తంగేడు ఆకుల కషాయాన్ని తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. 2.అతిమూత్ర వ్యాధి సమస్యలు తగ్గుతాయి: కొందరిలో మూత్రం అధికంగా పోతుంటుంది. ఈ సమస్యను తగ్గించుకోవడానికి తంగేడు పూల పొడి బెల్లూన్ని సమాన భాగాలుగా తీసుకుని చూర్ణం తయారు చేసుకోవాలి. ఈ చూర్ణాన్ని ప్రతిరోజు సగం స్పూన్ చొప్పున తీసుకుంటే అతిమూత్ర వ్యాధి సమస్యలు తగ్గుతాయి. 3.నీళ్ల విరోచనాలు తగ్గుతాయి: ఒక గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీళ్లు, తంగేడు చెట్టు వేర్లను వేసి బాగా మరిగించాలి. నీళ్లు బాగా మరిగిన తరువాత స్ట్రెస్ ఆఫ్ చేసుకుని పడగట్టుకుని గోరువెచ్చగా ఉన్నప్పుడు తాగాలి. ఇలా ఈ చెట్టు వేర్లతో చేసుకునే కషాయం నీళ్ల విరోచనాలను తగ్గించడానికి చక్కగా పనిచేస్తుంది. 4.మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది: తంగేడు పూల కషాయం మధుమేహాన్ని అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇందుకోసం ఒక గిన్నెలో రెండు గ్లాసుల నీళ్లు, తంగేడు పువ్వులు ఒక స్పూన్ నల్ల వక్కల పొడి వేసి బాగా మరిగించాలి. ఈ నీటిని పడగట్టుకుని తాగాలి. ఇలా క్రమం తప్పకుండా నెల రోజుల పాటు తాగితే మధుమేహం అదుపులో ఉంటుంది.

మెరిసిన విద్యా కుసుమం..

దొంతి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మల్లాపూర్

అవరోధాలు ఎన్ని ఉన్న అశయ సాధన ముందు చిన్న బోతాయి. సాధించాన్న తపన ఎంత బలంగా ఉంటే అంత సునాయాసంగా లక్ష్యాన్ని చేదించగలం ఈ పదాలన్నీ రేపటి సాధించిన అద్భుత విజయాన్ని సూచిస్తాయి. మామూలు మధ్యతరగతి కుటుంబంలో పుట్టిన రేపటి కుటుంబాన్ని పరిశీలించినట్లయితే తండ్రి కుటుంబ పోషణ కోసం కార్మికుడిగా గల్ఫ్ దేశాల బాటలో ప్రయాణించిన ప్రవీరీ కుమార్ మూడు సంవత్సరాల క్రితం ప్రమాదవశాత్తు కోరుట్ల మెట్టల్ని మధ్యలో మరణించగా, తల్లి ఉదయశ్రీ బీడీ కార్మికురాలిగా పనిచేస్తూ పిల్లల్ని చదివిస్తూ జీవనం కొనసాగిస్తుంది. వారి కష్టాలను గమనించిన పెద్ద కూతురు రేపటి ఏదైనా సాధించాలని తపనతో చదువులో రాణించి ఇంటర్మీడియట్ ప్రథమ సంవత్సరంలో ఎంపీసీ గ్రూప్ నందు 470 మార్కులకు గాను 469 మార్కులు సాధించి రాష్ట్రంలోని మొదటి ర్యాంకును సరిచేసింది. ఆమె సాధించిన ఈ విజయంతో కుటుంబ సభ్యులు ఎంతో మురిసిపోయారు. ఈ సందర్భంగా అమ్మాయి రేపటి మాట్లాడుతూ నా ఈ విజయం వెనుక



మా కళాశాల ప్రిన్సిపాల్ మరియు అధ్యాపకులు అందించిన ప్రత్యేక అవసరాలను అందిపుచ్చుకొని ఈ విజయం సాధించానని, ప్రత్యేకంగా ప్రిన్సిపాల్ భూషేష్ సార్ చూపించిన చొరవ కారణంగానే ఈ విజయం సాధ్యమయిందని, అందుకు వారికి మా కుటుంబం తరపున ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేస్తున్నానని సంతోషాన్ని వ్యక్తం చేసింది.

విత్తన విక్రయ కేంద్రాలలో తనిఖీలు..

గూడ రమేష్, ప్రత్యక్ష సాక్షి, ఇబ్రహీంపట్నం

జగిత్యాల జిల్లా ఇబ్రహీంపట్నం మండల వ్యవసాయ అధికారి రాజ్ కుమార్ గురువారం మండలంలోని వివిధ విత్తన విక్రయ కేంద్రాలను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా విత్తన నిల్వలు, లైసెన్సులు, కొనుగోలు --అమ్మకాల రికార్డులు, బిల్లులు మరియు గోదాముల నిర్వహణను పరిశీలించారు. రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాలు అందేలా ప్రభుత్వం నిరంతరం పర్యవేక్షణ చేపడుతోందని తెలిపారు. విత్తన విక్రేతలు తప్పనిసరిగా నిబంధనల ప్రకారం రికార్డులు నిర్వహించాలని సూచించారు. తనిఖీల సందర్భంగా వివిధ కంపెనీల విత్తనాల నిల్వలు, ప్యాకింగ్ వివరాలు, గడువు తేదీలు మరియు విక్రయ విధానాలను పరిశీలించారు. నకిలీ లేదా నాణ్యత లేని విత్తనాల విక్రయం, అధిక ధరలకు అమ్మకాలు లేదా ఇతర అక్రమాలకు పాల్పడితే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు. రైతులు ఎల్లప్పుడూ బిల్లు తీసుకొని మాత్రమే విత్తనాలు కొనుగోలు చేయాలని, ఏదైనా అనుమానాలు ఉన్నట్లయితే వెంటనే వ్యవసాయ శాఖ అధికారులకు సమాచారం ఇవ్వాలని సూచించారు. ఈ తనిఖీల



ప్రధాన ఉద్దేశ్యం రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాలు అందుబాటులో ఉండేలా చూడటం మరియు నకిలీ విత్తనాల విక్రయాన్ని అరికట్టడం అని మండల వ్యవసాయ అధికారి రాజ్ కుమార్ తెలిపారు.

ఎమ్మెల్యే విజయ రమణారావును సన్మానించిన రైతులు



ప్రత్యక్ష సాక్షి, సుల్తానాబాద్

పెద్దపల్లి నియోజకవర్గంలో గత రెండు మాసాలుగా సాగిన పరిధాన్యం సేకరణ ప్రక్రియను రైతులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు, నష్టాలు కలగకుండా అత్యంత విజయవంతంగా పూర్తి చేసినందుకు గాను గురువారం ప్రభుత్వ విప్, పెద్దపల్లి శాసనసభ్యులు చింతకుంట విజయ రమణారావు ను సుల్తానాబాద్ రైతులు ఘనంగా సన్మానించారు. పెద్దపల్లిలో ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో రైతులు,

రైతు ప్రతినిధులు ఎమ్మెల్యే కి పూలమాలలు వేసి , శాలువా కప్పి, కృతజ్ఞతలుతెలియజేశారు.ఈ సందర్భంగా రైతు నాయకులు మాట్లాడుతూ, పరిధాన్యం కొనుగోలు ప్రక్రియను ఎమ్మెల్యే తన భుజాలపై వేసుకొని రాత్రింబగళ్లు శ్రమించారని కొనియాడారు. క్షేత్రస్థాయిలో ఐకేపీ పెంటరి ఇన్స్టాల్ లు, హామాలీలు, లాగి ఓనర్లు, రైస్ మిల్లర్లు, ఉన్నతాధికారులతో నిరంతరం సమీక్షలు జరుపుతూ.. ఎక్కడా చిన్న సమస్య కూడా రాకుండా పర్యవేక్షించారని తెలిపారు.ఎమ్మెల్యే చొరవ వల్ల అటు రైతులకు, ఇటు రైతు అనుబంధ కూలీలకు ఎలాంటి ఇబ్బంది కలగలేదని, పెద్దపల్లి నియోజకవర్గ పరిధాన్య సేకరణ విధానం రాష్ట్రంలోనే కాకుండా దేశంలోనే ఒక దిక్కుగా నిలిచిందని రైతులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. రైతు సంక్షేమమే ధ్యేయంగా పనిచేస్తున్న శాసనసభ్యులకు నియోజకవర్గ రైతాంగం ఎల్లప్పుడూ రుణపడి ఉంటుందని పేర్కొన్నారు.ఈ ఘన సన్మాన కార్యక్రమంలో రైతు నాయకులు గిల్ల కొమరయ్య, పల్లె ముత్తాళులు, జనగిరి భూమయ్య, గిద్దల ప్రభాకర్, మ్యారేజీ లక్ష్మయ్య, జనగిరి చంద్రయ్య ,సహకార సంఘాల అధ్యక్షులు, మార్కెట్ కమిటీల ఛైర్మన్, పెద్ద సంఖ్యలో సుల్తానాబాద్ ప్రాంత రైతులు పాల్గొన్నారు.

విధి నిర్వహణలో ఆలసత్వం వహిస్తే చర్యలు తప్పదు..

వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్.. సన్స్క్రిప్ట్ సింగ్



సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యారో చీఫ్

నిర్వహించాల్సిన విధులను నిర్వహించకుండా అలసత్వం వహిస్తే చర్యలు తప్పవని వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ అధికారులకు తెలియజేశారు. నెలవారీ నేర సమీక్షా సమావేశాన్ని గురువారం కేట్స్ కళాశాల సమావేశ ప్రాంగణంలో నిర్వహించారు.ఈ సమావేశంలో తోలి సానిగా గతంలో ఎన్నడూ లేని విధంగా సిసిటీ ఎస్ఎస్ ఆప్సకేషన్ 2.0 ద్వారా పోలీస్ కమిషనర్ పరిధిలోని పెండింగ్ కేసులు, నిందితుల అరెస్టులు కేసుల దర్భాప్తు, నేర నియంత్రణ కోసం సంబంధిత పోలీస్ అధికారులు తీసుకుంటున్న చర్యలపై పోలీస్ కమిషనర్ అనలైన్ పద్ధతిలో సంబంధిత స్టేషన్ అధికారులను అడిగి తెలుకోవడంతో పాటు, పెండింగ్ కేసుల, కేసుల పురోగతిపై తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై పోలీస్ కమిషనర్ అధికారులు సూచనలు, సలహాలను అందజేశారు. అనంతరం అధికారులను ఉద్దేశిస్తూ పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడుతూ ప్రతి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని రౌడీ పీటర్లను స్టేషన్ అధికారులు వ్యక్తిగతంగా వెళ్లి తనిఖీ చేయాలని, ఎట్టి పరిస్థితుల్లో విద్యా సంస్థల 100 మీటర్ల పరిధిలో ఎలాంటి

పోగాకు ఉత్పత్తుల విక్రయాలు జరగకుండా తగు చర్యలు తీసుకోవాలని, రానున్న విద్యా సంవత్సరాన్ని పురస్కరించు కోని విద్యార్థుల భద్రతను దృష్టిలో పెట్టుకొని విద్యార్థులను పాఠశాలలకు తరలించే స్కూల్ బస్లల స్థితిగతులపై స్థానిక పోలీస్ అధికారులు వ్యక్తిగతం వెళ్లి బస్సులను తనిఖీ చేయాలని. ఇటీవల హైదరాబాద్ లో జరిగిన వరుస సంఘటనలను దృష్టిలో వుంచుకొని నగరంలో నేపాల్ దేశానికి చెందిన పౌరులు ఎక్కడ పనిచేస్తున్నారో, ఎక్కడ నివస్తున్నారో, ముఖ్యంగా ఇండస్ట్రిల్ చీఫ్ నేని వారి వివరాలను సేకరించాలని రాబోవు లోక్ అడాలత్ ద్వారా పెద్ద సంఖ్యలో కేసులు పరిష్కారం అయ్యే విధంగా అధికారులు కృషి చేయాలని, పెండింగ్ కేసులను పరిష్కరించడంతో పాటు, పెండింగ్ డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ కేసులను త్వరగా పరిష్కరించాలని పోలీస్ కమిషనర్ అధికారులకు సూచించారు. ఈ సమావేశంలో డిసిపిలు అంకిత్ కుమార్, రాజమహేంద్ర నాయక్, దార కవిత, అనలపు డిసిపిలు రవి,బాలస్వామి, ప్రభాకర్ రావు, సురేష్ కుమార్తో పాటు ఏసిపిలు, ఇన్స్పెక్టర్లు, సబ్-ఇన్స్పెక్టర్లు పాల్గొన్నారు.

వర్ధన్నపేట ఇల్లందలలో ప్రత్యేక పూజలు

ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగశాయిపేట

నరేంద్ర మోడీ 4499 రోజులు పూర్తి చేసినట్లువంటి మొదటి ప్రధానమంత్రిగా నిలిచిన సందర్భంగా వర్ధన్నపేట మండలంలోని ఇల్లంద గ్రామంలో గల శివాలయంలో ఈరోజు బిజెపి మండల అధ్యక్షుడు అడుప రాజు అధ్వర్యంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా నాయకులు నాంపల్లి యాకయ్య మైన రాము కొట్టు రవి మూలరాము మంచే వెంకటేశ్వర్లు సుంకరిబాబు మల్లె పాక అనిల్ కన్నెబోయినదగ్గయ్య సిందం శీను గడ్డం కుమార్ తాళ్లపల్లి శ్రీ ధర్ తాండ్ర హరిష్ బాసోతు సంపత్ శ్యామ్ రాకేష్ కార్తీక్ గిరి విష్ణు నట్ల అనిల్ జోగుల సంపత్ మరియు బిజెపి కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు



కార్మికులకు 26,000 కనీస వేతనం.. పర్మినెంట్ చేయాలని సీఎంకి సిఐటియు ఆధ్వర్యంలో సంతకాల సేకరణ



సాయి ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యారో చీఫ్

తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పనిచేస్తున్న 65 వేల మంది మున్సిపల్ కాంట్రాక్ట్, ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులను పర్మినెంట్ చేయాలని,26 వేల కనీస వేతనం రెండవ,పిఆర్పి ప్రకటించి అమలు చేయాలని తెలంగాణ మున్సిపల్ వర్కర్స్ అండ్ ఎంప్లాయిస్ యూనియన్ సిఐటియు ఆధ్వర్యంలో మొదటి దశ దశల వారి పోరాట కార్యక్రమాన్ని రూపొందించడం జరిగింది. జూన్ 1 నుండి 15 వరకు తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి పేరుతో సంతకాల సేకరణ చేపట్టాలని, జూన్ 18, 19 తేదీలలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్ని మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ లు, మున్సిపల్ ఆఫీసుల వద్ద నిరాహార దీక్షలు చేయాలని,జూన్ 22వ తేదీన రాష్ట్రవ్యాప్తంగా అన్ని జిల్లా కలెక్టర్ ఆఫీసుల ముందు ధర్నాలు చేయాలని,జూన్ 29 30 తేదీలలో రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా ఎమ్మెల్యేలు మంత్రుల ఇండ్ల ముందు ధర్నాలు చేపట్టాలని.

ఇచ్చిన పిలుపులో భాగంగా ఈరోజు హనుమకొండలోని 59, 60 మున్సిపల్ డివిజన్ కరపత్రాలు పంచుతూ, ముఖ్య మంత్రికి సంతకాల సేకరణ మున్సిపల్ కార్మికులతో చేయించడం జరిగింది.ఈ యొక్క కార్యక్రమానికి సిఐటియు జిల్లా అధ్యక్షులు టి ఉప్పలయ్య సిఐటియు మున్సి పల్ యూనియన్ జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి బరుపల్ల మహేష్ ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొ నడం జరిగింది.ఈ సందర్భంగా జిల్లా అధ్యక్షులు టి ఉప్పల య్య మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా 65 వేల మంది మున్సిపల్ కాంట్రాక్ట్, ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులు పన్నులు ఉంటూ, అర్హతలితో జీవితాలు గడుపుతూ, అతి తక్కువ వేతనాలను పొందుతూ అనేక రోగాలు నొప్పులకు గురవుతూ కరోనా లాంటి జబ్బులకు ఎందరో మున్సిపల్ కార్మికులు బలవుతూ పనిచేస్తున్నప్పటికీ, తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం 2 వ పిఆర్పి ప్రకటించి

26 వేల కనీస వేతనం అమలు చేయాలని కార్మిక సంఘాలు, కార్మికు లు అనేక సంవత్సరాలుగా పోరాడుతుంటే గత బిఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం,నేటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం మున్సిపల్ కార్మికుల ఆక్రందనలు పట్టించుకోకుండా, కనీస వేతనం 26000 పెంచ కుండా కేవలం 16 వేల 600 ఇస్తూ మున్సిపల్ కార్మికుల శ్రమ దోపిడీకి పాల్పడుతూ, కార్మికుల జీవితాలతో ఆడు కుంటున్నారని టి ఉప్పలయ్య ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు.

కావున తప్పని పరిస్థితులలో మున్సిపల్ కాంట్రాక్టు ఔట్సోర్సింగ్ కార్మి కులు పోరాట బాట పట్టాల్సి వచ్చిందని అందుకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వమే బాధ్యత వహించాలని టి ఉప్పలయ్య అన్నారు.వీటితోపాటు వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ పరిధిలో నగర పాలకవర్గం అధికారులు స్థానిక సమస్యలు మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ కౌన్సిల్లో తీర్మానించి పరిష్కరించకుండా కాలయాపన చేస్తూ నెలల తరబడి పెండింగ్లో ఉన్న సమస్యలు హెపీ వెహికల్స్ డ్రైవర్స్ కి డ్రైవర్ కేటగిరి వేతనాలు పెంచుతూ కౌన్సిల్లో తీర్మానించడం జరిగింది అలాగే జవాబ్దకు 19500 లకి పెంచుతూ కౌన్సిల్ తీర్మానం చేసి 18 నెలలు గడుస్తున్న ఇంతవరకు అమలు చేయకుండా మున్సిపల్ కార్మికుల పట్ల చిత్తశుద్ధి లేకుండా వ్యవహరిస్తుందని టి ఉప్పలయ్య అన్నారు.

అంతేకాదు మున్సిపల్ కాంట్రాక్టు ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులను పీహెచ్ వర్కర్లుగా తీసుకొని వందల మందిని డ్రైవర్ కేటగిరి కింద పని చేయిస్తూ పీహెచ్ వర్కర్ వేతనాలను మాత్రమే ఇస్తూ కార్మికుల శ్రమ దోపిడీకి పాల్పడుతున్నది. మున్సిపల్ కార్మికులకు కనీసం చీపుర్ల పనిముట్లు సభ్యులు నూనెలు కూడా సరిపడనిన్ని ఇవ్వకు న్నా ఇచ్చినట్లు రికార్డులలో రాసుకోవడం జరుగుతుందని టి ఉప్పలయ్య విమర్శించారు.

మార్కెస్ లక్ష్మణని పరామర్శించిన వర్ధన్నపేట ఎమ్మెల్యే నాగరాజు

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యారో చీఫ్

హస్తకౌడ జిల్లా ఐనవోలు మండలంలోని కక్కిరాలపల్లి గ్రామ కంటెస్టెడ్ సర్పంచ్ మార్కెస్ లక్ష్మణ్--లక్ష్మణ్ రావు ఇటీవల కంటి శస్త్రచికిత్స చేయించుకొని విశ్రాంతి తీసుకుంటున్న నేపథ్యంలో హంటర్ రోడ్ లోని వారి నివాసంలో లక్ష్మణ్ ని కలిసిన ఆయన ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకొని, త్వరగా పూర్తిస్థాయిలో కోలుకోవాలని ఆకాంక్షిస్తూ మనోధైర్యం కనిపిస్తూ ఆరోగ్యంపై శ్రద్ధ వహించాలని సూచనలు అందించిన,వర్ధన్నపేట నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే, విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి కేఆర్ నాగరాజు.ఈ కార్యక్ర మంలో ఐనవోలు మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు సమ్మెట మహేందర్ గౌడ్, జిల్లా ఉపాధ్యక్షుడు పోలేపల్లి బుచ్చిరెడ్డి, వరంగల్ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ ఉ



పాధ్య క్షుడు పిన్నింటి అనిల్ రావు, ఐనవోలు మండల ఎస్సీ సెల్ అధ్యక్షుడు యాకర్ సాంబయ్య, కాంగ్రెస్ నాయకుడు చిలుక రవి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తల్లిదండ్రుల బాధ్యత “జల్సా కార్యక్రమం” విజయవంతం చేయండి : అబ్దుల్ జబ్బిద్

డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్ పల్లి టౌన్



జగిత్యాల జిల్లా మెట్పల్లి పట్టణంలో గురువారం బిస్మిల్లా మజిద్ లో మదర్స్ అధ్యక్షులు అబ్దుల్ జావిద్ హోమ్ అధ్యక్షులలో పోస్టర్ ఆవిష్కరణ కార్యక్రమం హోమ్ ఫునంగా జరిగింది ఆయన మాట్లాడుతూ బిస్మిల్లా మజిద్ గ్రౌండ్స్ హోమ్ జూన్ 13వ తేదీ శనివారం సాయంత్రం జరిగే జల్సా కార్యక్రమం విజయవంతం చేయాలని కోరారు ఈ సభలో తల్లిదండ్రుల బాధ్యత పిల్లల పోషక బాధ్యత పై ప్రసంగమును కావున ముస్లిం ప్రజలు తప్పనిసరి హోజర్ విజయవంతం చేయాలని బిస్మిల్లా మజిద్ లో మదర్స్ అధ్యక్షులు అబ్దుల్ జావిద్ హోమ్ కోరారు ఈ కార్యక్రమంలో జమీయత్ హాలెమ కమిటీ వారు పాల్గొన్నారు

కుల మత బేధం లేకుండా మానవత్వంతో నిరుపేద కుటుంబానికి ఆర్థిక సహాయం అందజేత..



యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండల కేంద్రంలోని పాత పోతంగల్ వాసి ముస్లిం సోదరుడు షేక్ మౌలానా గారు ఐతీ రమేష్ దగ్గరికి వెళ్లి తన ఆర్థిక పరిస్థితి బాలేనందున వారి కుమార్తె వివాహానికి

మీరు సహాయం చేయాలి అని కోరడంతో వారు వెంటనే స్పందించి సహాయం చేయడానికి ముందుకు వచ్చారు మతం మనుషులను వేరు చేయదు, మనసులు కలిపితే అదే మానవత్వం.” అని తెలియ జేస్తూ మన హిందూ సోదరులందరూ ఐతీ సీతాల్ రమేష్, పంచాంగిడ్డి అనిల్, మర్రిల్లి సంతోష్ పటిల్, సూదం సవీన్, సత్యనారాయణ సార్, శ్రావణ్ సార్, శ్రీనివాస్ (పాగోలి) అందరూ కలిసి ఒక క్వింటాల్ బియ్యం మరియు 2000/- ఆర్థిక సహాయం అందించడం జరిగింది. ఆ కుటుంబస్థులు సహకరించిన అందరికీ కృతజ్ఞతలు ధన్యవాదాలు తెలిపారు ఈ చిన్న సహాయం ఒక కుటుంబానికి అండగా నిలవడమే కాక, ఐకమత్యం మరియు పరస్పర గౌరవానికి నిదర్శనంగా నిలిచింది. “అందరం కలిసి ఉంటే సమాజం మరింత బలపడుతుంది. ఇదే నిజమైన భారతీయ సంస్కృతి, ఇదే మానవత్వం.

మెట్పల్లిలో “జల యోగ ఉచిత శిక్షణ” కార్యక్రమం..

డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్ పల్లి టౌన్

జగిత్యాల జిల్లా మెట్పల్లి పట్టణంలో గురువారం ప్రముఖ యోగాచార్యులు జి రాజ రత్నాకర్ శిక్షకులు బ్రహ్మోపదేశకులు మరియు సైకాలజిస్ట్ మాట్లాడుతూ జల యోగ ఉచిత శిక్షణ కార్యక్రమము రేపటి నుండి అనగా హోమ్ జూన్ 12వ తేదీ నుండి 21 తేదీ వరకు అంతర్జాతీయ యోగా దినోత్సవ సందర్భంగా జల యోగ శిక్షణ ఇవ్వబడుతుంది అని అన్నారు దీని ద్వారా వివిధ శారీరక నొప్పులు అలసట మానసిక ఒత్తిడి ఉపసమిస్తుందని సంపూర్ణ ఆరోగ్యం అనందం ఆత్మ విశ్వాసశీ , ఏకాగ్రత జ్ఞాపకశక్తి పెరుగుతుందని అన్నారు.కావున పట్టణ పరిసర ప్రాంత ప్రజలు ఆసక్తి ఉన్నవారు మహావీర్ సిమ్మింగ్ పూల్ గోధూర్ రోడ్ వద్ద జలయోగ ఉచిత శిక్షణ జరుగుతుందని దీనిని పత్రిక మిత్రుల సహకారంతో తెలియజేయడం జరిగింది ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని యోగాచార్యులు జి రాజరత్నాకర్ హాకోరారు.

