ప్రత్యక్ష సాక్షి
తెలుగు దినపత్రిక
RNI No.APTEL/2011/38267

విలేకరులు కావలెను

ప్రత్యక్ష సాక్షి దినపత్రికలో పనిచేయుటకు తెలంగాణ ప్రాంతంలోని అన్ని జిల్లాలు మరియు నియోజకవర్గాల నుంచి పనిచేయటకు విలేకరులు కావలెను. ప్రశ్నించే తత్వంతో పాటు నిజాన్ని నిర్భయంగా రాయగలిగే సత్తా ఉన్నవారికి ప్రాధాన్యత ఇవ్వబడును.

సంప్రదించండి : సెల్ : 99892 88546

సంపుటి : 15 సంచిక : 307 శనివారం 27-06-2026
ఎడిటర్ : కందుకూరి పరమేశ్వర్‌రావు, M.A. పేజీలు : 4 వెల : రూ2/-

రోళ్ల వాగు ప్రాజెక్టు అటవీ శాఖ అనుమతులు పూర్తి చేస్తాం : మంత్రి అడ్లూరి

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

జగిత్యాల జిల్లా బీర్ పూర్ మండలంలోని రోళ్ల వాగు ప్రాజెక్టు సంబంధించిన అటవీశాఖ అనుమతులు పూర్తి చేసి ఈవాన కాలం సీజన్ లో సాగు నీటిని అందించడానికి చర్యలు తీసుకుంటున్నామని రాష్ట్ర సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ తెలిపారు. శుక్రవారం జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్, జగిత్యాల జిల్లా కలెక్టర్ సత్యప్రసాద్ తోపాటు నీటిపారుదల శాఖ అటవీ శాఖ అధికారులతో కలిసి రోళ్లవాగు ప్రాజెక్టును మంత్రి సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ సాగునీటి ప్రాజెక్టు నిర్మాణం చేసే క్రమంలో డీపీఆర్ పూర్తి అయిన తర్వాత ప్రాజెక్టుల నిర్మాణం చేస్తారని అన్నారు.

కానీ బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వంలో రోళ్లవాగు ప్రాజెక్టుకు ఏలాంటి డీపీఆర్ లేకుండానే పనులు ప్రారంభించారని మంత్రి అడ్లూరి ఆరోపించారు. 2016లో ఏలాంటి అనుమతులు లేకుండా అప్పటి నీటిపారుదల శాఖ మంత్రి హరీష్ రావు గారు పనులు ప్రారంభించారని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ తెలిపారు. రూ. 60 కోట్లతో ప్రారంభించిన రోళ్ల వాగు ప్రాజెక్టు 2023 డిసెంబర్ వరకు రూ. 153 కోట్లకు పెంచారని అన్నారు. అంచనాలు పెంచినప్పటికీ రోళ్ల వాగు ప్రాజెక్టు నిర్మాణం పూర్తి చేయలేదని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ ఆరోపించారు. అప్పటి నీటి పారుదల శాఖ మంత్రి హరీష్ రావు మల్లన్న సాగర్, రంగనాయక సాగర్ ప్రాజెక్ట్ లు పూర్తి చేసుకున్నారని ధర్మపురి నియోజకవర్గ ప్రాజెక్టులను మాత్రం పెండింగ్ లో పెట్టారని మంత్రి అడ్లూరి అన్నారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చిన తర్వాత రోళ్ల వాగు ప్రాజెక్టుపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించి అన్నదాతలకు సాగునీటిని అందించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకున్నామని మంత్రి తెలిపారు. గత ప్రభుత్వం నిర్మాణ సంస్థకు ఇవ్వాల్సిన రూ. 40కోట్లు చెల్లించడంతో పాటు రెవెన్యూకు సంబంధించిన 800 ఎకరాల భూమిని అప్పగించడం జరిగిందని మంత్రి వివరించారు.

రిజర్వు ఫారెస్ట్ అనుమతుల కోసం రూ. 32 లక్షలు డిపాజిట్ చేయడం జరిగిందని మంత్రి వివరించారు. రిజర్వ్ ఫారెస్ట్ అనుమతులతో పాటు అటవీ శాఖ అనుమతులు సాధించి ఈవానకాలంలో సాగునీటిని రైతులకు అందించడానికి చర్యలు తీసుకుంటున్నామని మంత్రి తెలిపారు. 15 రోజుల్లో ప్రాజెక్టు కు గేట్లు బిగించి పాయింట్. 25 టీఎంసీల నీటిని నిలువ చేసి రైతులకు వానకాలం సీజన్ లో సాగు నీటిని అందిస్తామని మంత్రి తెలిపారు. రోళ్లవాగు ప్రాజెక్టు కాల్వ లైనింగ్ పనులకు అంచనాలు తయారు చేయాలని మంత్రి ఈ సందర్భంగా అధికారులను ఆదేశించారు. జగిత్యాల ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ ప్రాజెక్టు నిర్మాణం పూర్తి చేయడానికి ప్రభుత్వం నుంచి పూర్తి సహాయ సహకారాలు అందిస్తున్నారని అన్నారు. యుద్ధ ప్రాతిపాదికన గేట్ల బిగింపు చేపట్టి రైతులకు సాగునీటిని అందించాలని ఎమ్మెల్యే అధికారులకు సూచించారు.

కూడా.. ప్లాట్ల వేలంలో అంతు లేని అవినీతి

రీకాల్ చేయండి అని డిమాండ్ చేసిన మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

పాడిందే పాట..పాసుపళ్ల దాసు అన్న తీరుగా రెండున్నరేళ్లుగా కాంగ్రెస్ పాలన సాగుతున్నదని మాజీ ప్రభుత్వ చీఫ్ విప్, మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ ఆరోపించారు. దోచు కోవడం దాచుకోవడం తప్ప ప్రజల సంక్షేమాన్ని, ఇచ్చిన హామీలను కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం విస్మరిస్తుందంటూ ఆయన విమర్శించారు. హనుమకొండ బాలసముద్రంలోని టిఆర్ఎస్ పార్టీ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ మాట్లా డుతూ కాంగ్రెస్ నాయకులు తుపాకి రాములలాగా మాట్లా డుతున్నారని విమర్శించారు. ఇక్కడ అడిమార్ గుడ్డి దెబ్బ తో గెలిచిన వ్యక్తి..ప్రజా సమ స్యలను విస్మరించి ప్రజల కోసం పోరాడుతున్న ప్రతిపక్షా లపై విమర్శలు చేయడమే లక్ష్యంగా పనిచేస్తున్నారంటూ ఆయన ఎద్దేవ చేశారు. ఒక ప్రజా ప్రతినిధిగా ఉండవలసిన కనీస లక్షణాలు లేకుండా చిల్లర మాటలు మాట్లాడుతున్నా రంటూ, అంటూ ఆయన నాయిని పై విమర్శలు చేశారు..

420 హామీలు ఆరు గ్యారెంటీల హామీలు ఏమయ్యాయి అని ఆయన ప్రశ్నించారు. కూడా పేరిట అభివృద్ధి మరిచి అవి నీతికి తెరలేపారంటూ ఆయన విమర్శించారు. ప్రపంచం అంతా ఆన్లైన్ చేస్తుంటే కుడా వేలం ఆఫ్ లైన్ జరిగింది అని విమర్శించారు. కుడా ప్లాట్ల వేలంలో అవినీతి జరిగింది. కుడా వేలాన్ని రీకాల్ చేయండి అని దాస్యం డిమాండ్ చేశారు. అనంతరం కుడా మాజీ చైర్మన్ మర్రి యాదవ రెడ్డి మాట్లాడు తూ ఈ నెల 21న కుడా ఒక స్థలాన్ని వేలం వేసింది.నాడు కేసీఆర్ ఆ రెండున్నర ఎకరాల స్థలంలో కాళోజీ స్థలంలో నిర్మించాలని అనుకున్నారు కానీ స్థలం ఎక్కువ అవసరం కావడంతో ఇప్పుడు ఉన్న కుడా స్థలంలో కాళోజీ కళా క్షేత్రాన్ని నిర్మించారు. బాలసము ద్రం ప్రెస్ క్లబ్ వెనకాల స్థలాన్ని మున్సి పాలిటీ కుడాకు అప్ప గించింది. అయితే ఆ స్థలాన్ని కుడా ఇటీవల వేలం చేసింది. కుడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్ రామ్ రెడ్డి, స్థానిక ప్రజా ప్రతిని ధులు, అధికారులు కలిసి ఇటీవల నిర్వహించిన కుడా ప్లాట్ల వేలంలో అక్రమాలకు పాల్పడ్డారు అని ఆరోపించారు..

బహిరంగ మార్కెట్ లో ఆ స్థలంలో గజంధర 1,50,000 కాగా 66 వేల ధరకే వేలం వేశారు.కొందరు ఒక సిండికేట్ గా మారి తక్కువ ధరకు ప్లాట్లను కొనుగోలు చేశారు. వేలం పాట నిర్ణయిం చిన ధర కంటే 5 ప్లాట్ లు కేవలం వేయి, రెండు వేల ధర ఎక్కువ కు మాత్రమే పాడారు. ఈ వేలంలో పెద్ద అవినీతి జరిగింది. కావాల నే వేలం ధర పెరగకుండా సిండికేట్ అయ్యి తక్కువ ధరకు వేలం పాడారు. కుడాకు ఈ వేలం కారణంగా 50 కోట్ల నష్టం జరిగింది. చైర్మన్, వైస్ చైర్మన్, అధికారు లు సమాధానం చెప్పాలి అని ఆయన డిమాండ్ చేశారు.ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ డిప్యూటీ మేయర్ సిరాజుద్దీన్, మైనార్టీ కమిషన్ మాజీ సభ్యులు దర్శన్ సింగ్,మాజీ కార్పొరేటర్లు సోదా కిరణ్, బొంగు అశోక్ యాదవ్, జోరిక రమేష్, కుసుమ లక్ష్మీ నారాయణ, నాయకులు నయీమొద్దీన్, నార్లగిరి రమేష్, సల్వాజి రవీందర్ రావు, తక్కెళ్ళపల్లి వినీల రావు, రామ్మూర్తి, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

రేవంత్ ప్రభుత్వం మహిళ సంక్షేమానికి పెద్దపీట : పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం మహిళా సాధికారతకు అత్యంత ప్రాధాన్యత ఇస్తూ అనేక సంక్షేమ, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తోందని, వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి అన్నారు.శుక్రవారం హనుమ కొండలోని బాలసముద్రం 30వ డివిజన్ శ్రీనివాస నగర్‌లో సుమారు రూ.50 లక్షల వ్యయంతో నిర్మించనున్న మహిళా కమ్యూనిటీ హాల్ భవన నిర్మాణ పనులకు ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ మహిళలు ఆర్థికంగా, సామాజికంగా మరింత బలోపేతం కావాలనే లక్ష్యంతో కాంగ్రెస్ ప్రజా ప్రభుత్వం మహిళా సంక్షేమానికి పెద్దపీట వేస్తోందన్నారు. మహిళా స్వయం సహాయక సంఘాల బలోపేతం, మహిళలకు వడ్డీ లేని రుణాలు,ఇందిరా మహిళా శక్తి కార్యక్రమాలు,మహిళల ఉపాధి, స్వయం ఉపాధి అవకాశాల విస్తరణ వంటి అనేక కార్యక్రమాలను ప్రభుత్వం విజయవంతంగా అమలు చేస్తోందని పేర్కొన్నా రు.నిర్మిం చనున్న మహిళా కమ్యూనిటీ హాల్ స్థానిక మహిళా సంఘాలు, స్వయం సహాయక బృందాలు, సామా జిక, శిక్షణ, అవగాహన కార్యక్రమాల నిర్వహణకు ఎంతో ఉపయోగపడుతుందని తెలిపారు.మహిళల సమావే శాలు, నైపుణ్యాభివృద్ధి శిక్షణలు, వివిధ సామాజిక కార్యక్రమాలకు ఈ భవనం కేంద్రంగా నిలుస్తుందన్నారు.

పనులను నాణ్యత ప్రమాణా లకు అనుగుణంగా, నిర్ణీత గడువులోపు పూర్తి చేసి ప్రజలకు అందుబాటులోకి తీసుకురావాలని సంబంధిత అధికారులకు, కాంట్రాక్టర్‌కు ఎమ్మెల్యే ఆదేశాలు జారీ చేశారు.తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజా ప్రభుత్వం మహిళల అభ్యున్న తిని లక్ష్యంగా పెట్టుకుని ప్రతి డివిజన్‌లో అవసరమైన మౌలిక వసతులను కల్పిస్తూ అభివృద్ధిని వేగవంతం చేస్తోందని, ప్రజలకు ఇచ్చిన ప్రతి హామీని దశలవారీగా అమలు చేస్తూ ముందుకు సాగుతోందని ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి పేర్కొన్నారు.

తీగరాజుపల్లిలో.. మాజీ ఎమ్మెల్యే చల్లా ధర్మారెడ్డి పర్యటన..

బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకుడు శ్యామసుందర్ పరామర్శ..

నూతన వధూవరులకు ఆశీస్సులు..

ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ ప్రతినిధి

వరంగల్ జిల్లా పరకాల నియోజకవర్గం సంగెం మండలం తీగరాజుపల్లి గ్రామంలో పరకాల మాజీ ఎమ్మెల్యే చల్లా ధర్మారెడ్డి పర్యటించారు. ఈ సందర్భంగా ఇటీవల అనారోగ్యంతో శస్త్రచికిత్స చేయించుకున్న బీఆర్ఎస్ సీనియర్ నాయకు డు రంగరాజు శ్యామసుందర్‌ను ఆయన నివాసంలో పరామర్శిం చారు. శ్యామసుందర్ ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకుని, త్వరగా పూర్తిగా కోలుకోవాలని ఆకాంక్షించారు.అనంతరం బత్తుల రజిత--ఐలయ్య దంపతుల కుమారుడు రమేష్ యాదవ్, మనీషా రిసెప్షన్ వేడుకకు హాజరైన చల్లా ధర్మారెడ్డి నూతన వధూవ రులను ఆశీర్వదించారు.ఈ కార్యక్ర మాల్లో బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, యువ నాయకులు, గ్రామ పెద్దలు, అభిమానులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పేద డ్యాన్స్ కళాకారిణి వివాహానికి ఆర్థిక సాయం చేసిన బండి సదానందం యాదవ్

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి పట్టణానికి చెందిన డ్యాన్స్ కళాకారుని తస్లీమా కులాంతర వివాహానికి ఆహ్వానించడానికి వచ్చిన తస్లీమా కుటుంబానికి కాంగ్రెస్ పార్టీ రాష్ట్ర నాయకులు, అఖిలభారత యాదవ మహాసభ మంచిర్యాల జిల్లా అధ్యక్షులు బండి సదానందం యాదవ్ స్పందించి పేద కళాకారినికి 25,116, ఇరవై ఐదు వేల ఒక వంద పదహారు రూపాయల ఆర్థిక సాయం చేయడం జరిగిందని ఆయన అన్నారు. పేదలకు సహాయం చేయడంలో ఎప్పుడూ ముందు ఉంటారని కుల మతాలకు తావు లేకుండా ఆర్థిక ఇబ్బందుల్లో ఎవరున్నా అక్కున చేర్చుకొని తనకు తోచిన సహాయం అందజేస్తారని ముఖ్యంగా పేదింటి ఆడబిడ్డ పెళ్లిలకు పెళ్లి బట్టలతో పాటు పెండ్లి సామాగ్రి ఇతర నిత్యవసర సరుకులు అందజేస్తారని ఇవే కాకుండా ఎన్నో సామాజిక కార్యక్రమాలు ప్రజలకు సేవ చేయడానికి ముందుంటూ అందరి సాయం చేస్తూ అందరి మన్ననలు పొందుతున్నాడని పలువురు అంటున్నారు.

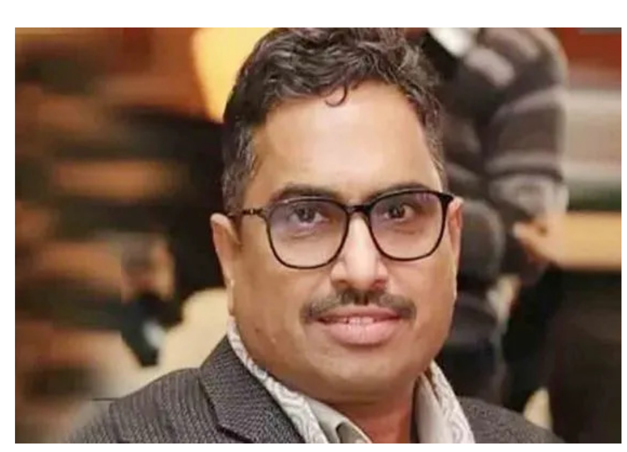
2లో

తినే ప్రతి ఉల్లి ముక్క వెనుక తడిచిన రైతు చెమట

తెలంగాణ నూతన సీఎస్‌గా సంజయ్ జాజు.. ఉత్తర్వులు జారీ..

(ప్రత్యక్ష సాక్షి, హైదరాబాద్)

తెలంగాణ ప్రభుత్వం నూతన ప్రధాన కార్యదర్శి(సీఎస్)గా సంజయ్ జాజు నియమితులయ్యారు. ఈ మేరకు రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఉత్తర్వులు జారీ చేసింది. ప్రస్తుతం సీఎస్‌గా ఉన్న రామకృష్ణారావు ఈనెల 30న పదవీ విరమణ చేయనున్నారు. ఈ నేపథ్యంలో ఆయన స్థానంలో సంజయ్ జాజును ప్రభుత్వం నియమించింది. కేంద్ర సర్వీసులో ఈశాన్య ప్రాంత అభివృద్ధి కార్యదర్శిగా పని చేస్తున్న సంజయ్ జాజును తెలంగాణ రాష్ట్రానికి పంపుతూ కేంద్ర ప్రభుత్వం మంగళవారం నిర్ణయం తీసుకొంది.



కొత్త ప్రధాన కార్యదర్శి పోస్టుకు సంజయ్ జాజుతో పాటు సీనియర్ ఐఏఎస్ అధికారి జయేశ్‌రంజన్ పేరును కూడా సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి పరిశీలించారు. చివరికి సంజయ్ జాజు వైపే ఆయన మొగ్గు చూపారు. 1992 ఐఏఎస్ బ్యాచ్‌కు చెందిన సంజయ్.. ఉమ్మడి ఆంధ్రప్రదేశ్‌లో విజయవాడ సబ్‌కలెక్టర్‌గా, పశ్చిమగోదావరి కలెక్టర్‌గా, హైదరాబాద్ నగరపాలక సంస్థ అదనపు కమిషనర్‌గా, కమిషనర్‌గా, పౌరసరఫరాల సంస్థ కమిషనర్‌గా పని చేశారు. 2014 నుంచి కేంద్ర సర్వీసులో ఉన్నారు. సంజయ్‌జాజు 2029 ఫిబ్రవరి వరకు సర్వీసులో ఉండనున్నారు.

తినే ప్రతి ఉల్లి ముక్క వెనుక తడిచిన రైతు చెమట

జూన్ 27...జాతీయ ఉల్లి దినోత్సవం

ఉల్లిపాయ భారతీయ వంటలలో విడదీయలేని భాగం మాత్రమే కాదు, దేశ వ్యవసాయ వ్యవస్థలోనూ ఒక కీలకమైన ఆర్థిక పంట. దీని శక్తి మన వంటకాల్లో గులాబీ సుగంధంలా వినిపించినా, దీని వెనుక రైతుల చెమట, కష్టం, ఆశలూ అంతే తీవ్రంగా దాగి ఉన్నాయి. ఈ విలువైన పంటను సమాజం గౌరవించేందుకు, రైతు కష్టాన్ని గుర్తించేందుకు, ఉల్లిపాయ మార్కెట్ సమస్యలపై చైతన్యాన్ని పెంచేందుకు జూన్ 27వ తేదీని జాతీయ ఉల్లి దినోత్సవంగా పాటిస్తున్నారు. ఈ దినోత్సవానికి అధికారిక కేంద్ర ప్రకటనా లేకపోయినప్పటికీ, వివిధ రాష్ట్రాల వ్యవసాయ శాఖలు, రైతు సంఘాలు ఈ దినాన్ని ప్రజల అవగాహన కోసం జరుపు కుంటున్నాయి. భారత దేశం ప్రపంచంలో రెండవ అతిపెద్ద ఉల్లి ఉత్పత్తిదారుగా నిలుస్తోంది. 2024--25 గణాంకాల ప్రకారం, దేశంలో సుమారు 25 నుండి 28 మిలియన్ మెట్రిక్ టన్నుల ఉల్లిపాయ ఉత్పత్తి జరుగుతోంది. ఇది ప్రపంచ ఉల్లి ఉత్పత్తిలో సుమారు 22 శాతం. దేశ వ్యాప్తంగా 1.3 మిలియన్ హెక్టార్లలో ఉల్లి సాగు సాగుతోంది. మహారాష్ట్ర, మధ్యప్రదేశ్, కర్ణాటక, ఆంధ్రప్రదేశ్, గుజరాత్ రాష్ట్రాలు ఈ పంటలో అగ్రస్థానంలో ఉన్నాయి. ప్రత్యేకించి మహారాష్ట్ర ఒంటరిగా దేశ ఉత్పత్తిలో 38 శాతానికి పైగా వాటా కలిగి ఉంది. ఉల్లి ఎగుమతుల ద్వారా దేశం వార్షికంగా 3,000 కోట్ల రూపాయల వరకు విదేశీ మారక ద్రవ్యాన్ని సంపాదిస్తోంది.

ఉల్లిపాయలు ఆరోగ్య పరంగా కూడా అమూల్యమైనవి. వీటిలో విటమిన్ సి, బీ6, పొటాషియం, ఫ్లావనాయిడ్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శరీర రక్షణ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తాయి, గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగు పరుస్తాయి, రక్తపోటును నియంత్రించడంలో సహాయ పడతాయి. జీర్ణ క్రియకు సహాయ పడటమే కాకుండా, క్యాన్సర్ కారక కణాల వ్యాప్తిని నిరోధించే శక్తి కూడా కలిగి ఉంటాయని శాస్త్రీయంగా గుర్తించ బడింది. ఈ పంట రైతుకు లాభం తీసుకు రావాల్సింది. కానీ విపరీతంగా మారుతున్న మార్కెట్ ధోరణులు, నిల్వ సౌకర్యాల కొరత, రవాణా సమస్యలు, మధ్యవర్తుల నియంత్రణ లేకపోవడం వలన రైతు నష్టాల పాలవుతున్నారు. కొన్నిసార్లు కిలో ఉల్లి ధర రూ. 100 దాటినా, మరికొన్ని సందర్భాల్లో రూ. 5కే విక్రయించాల్సిన పరిస్థితి నెలకొంటోంది. రైతులు ఎకరానికి రూ. 6,000 నుండి రూ. 8,000 వరకు ఖర్చు పెట్టినా, మార్కెట్లో తమ ఉత్పత్తికి న్యాయమైన ధర పొందలేక పోతున్నారు. పంట నిల్వలు చేయలేని పరిస్థితుల వలన భారీగా నష్టం ఎదురవుతోంది.

భారత దేశంలో ఉల్లి నిల్వ సామర్థ్యం సుమారు 35 శాతానికి పరిమితమై ఉంది. మిగతా ఉత్పత్తి నిల్వల అజాగ్రత్త వల్ల పాడైపోతూ, మార్కెట్లో ధరలు ఒక్కసారిగా పడిపోవటానికి దారితీస్తోంది. ఇది రైతుకు పెద్ద నష్టంగా మారుతోంది. ప్రభుత్వాలు ధరల నియంత్రణ కోసం ఎగుమతులపై ఆంక్షలు విధించినా, అదే సమయంలో దిగుబడి సమయంలో రైతుకు మద్దతుగా నిలబడడంలో వెనుకడుగు వేస్తున్నాయి. కనిష్ఠ మద్దతు ధర అమలులో ఉన్న అసమర్థత, గిడ్డంగుల కొరత, భద్రతా గనులలో క్రమం తప్పిన నిబంధనలు రైతు నిస్పృహకు మూలంగా మారాయి. ప్రజల పాత్ర కూడా ఇక్కడ కీలకం. మనం నిత్యం వినియోగించే ఉల్లిపాయలు ఎక్కడి నుంచి వస్తున్నాయో, రైతు పరిస్థితి ఏంటి అన్నదానిపై అవగాహన పెరగాలి. మధ్యవర్తులపై ఆధారపడకుండా నేరుగా రైతు బజార్ల ద్వారా కొనుగోలు చేయడం రైతుకు ఉపయోగ పడుతుంది. పౌరులుగా సామాజిక చైతన్యాన్ని పెంచేలా వ్యవహరించాలి. ఉల్లి ధరల విషయంలో కొంత ఆత్మ నియంత్రణ పాటిస్తూ, రైతు దుస్థితిపై ప్రశ్నలు వేయగల సామర్థ్యం మనలో ఉండాలి. జాతీయ ఉల్లి దినోత్సవం సందర్భంగా రైతుల పట్ల సంఘీభావాన్ని వ్యక్తపరచే కార్యక్రమాలు నిర్వహించవచ్చు. నూతన సాగు సాంకేతికతలపై శిక్షణ శిబిరాలు, రైతుల సన్మానాలు, ఆరోగ్యావగాహన కార్యక్రమాలు, పాఠశాలల్లో పోషకాహారంపై ఉపన్యాసాలు, వంటల పోటీలు వంటి అనేక కార్యక్రమాల ద్వారా ఈ దినానికి ప్రాముఖ్యత ఇవ్వవచ్చు. ఇది కేవలం ఉల్లిపాయను గుర్తించే దినం కాదు -- ఇది వ్యవసాయ విధానాలపై పునరాలోచన చేసే అవకాశం, రైతు కన్నీటిని తుడిచే మార్గం. ఈ దేశ భవిష్యత్తు రైతు పైనే ఆధారపడి ఉంది. రైతు కన్నీటిలో మానవతా పరిమళం ఉంది. మనం నిత్యం తినే ఒక్క ఉల్లిపాయ వెనకున్న జీవనయానం తెలుసుకొని, రైతుల పట్ల గౌరవాన్ని పెంపొందించు కోవాలి. రైతు శ్రమకు మనం తగిన గుర్తింపు ఇవ్వగలిగితేనే ఈ దినోత్సవానికి సార్థకత ఉంటుంది. ఇది కేవలం ఒక ఆహార పదార్థం పట్ల కాదు -- ఒక జీవన వేదన పట్ల ఉదాత్తమైన భావోద్వేగం.

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

విద్యారంగాన్ని విస్మరిస్తున్న కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

విద్యాశాఖ అధికారులు చిత్తశుద్ధితో పనిచెయ్యాలి

ఏఐఎస్ఎఫ్ రాష్ట్ర ఉపాధ్యక్షులు బాలసాని లెనిన్

ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

పెద్దపల్లి జిల్లా కేంద్రంలో శుక్రవారం ఏఐఎస్ఎఫ్ జిల్లా ముఖ్య నాయకుల సమావేశం జరిగింది, ఈ కార్యక్రమానికి జిల్లా అధ్యక్షులు ఆజాద్ అధ్యక్షత వహించగా బాలసాని లెనిన్ ముఖ్య అతిధి గా హాజరై మాట్లాడారు. అనుమతులు లేని అన్ని ప్రైవేట్ పాఠశాల పై చర్యలు తీసుకోవాలని, ప్రైవేట్ పాఠశాలలలో బుక్స్, యూనిఫామ్ తదితర వస్తువుల పేర్లతో విద్యార్థుల తల్లిదండ్రుల నుంచి అధిక ఫీజులు వసూలు చేస్తూ విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులను వేధిస్తున్నారని ప్రభుత్వ నిబంధనలు పాటించడం లేదని వారు మండిపడ్డారు. వెంటనే ప్రవేటు పాఠశాలలను ఆకస్మిక తనిఖీలు చేయాలని డిఈఓ కి విజ్ఞప్తి చేశారు. లేనిపక్షంలో ఏఐఎస్ఎఫ్ ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున ఆందోళన నిరసన చేస్తామని అన్నారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలలో మౌలిక సదుపాయాలు కల్పించాలని కోరారు. విద్యాశాఖ అధికారులు చిత్త

శుద్ధి తో పనిచేస్తూ ప్రభుత్వ విద్య బలోపేతానికి కృషి చెయ్యాలి అని అన్నారు, ఈ కార్యక్రమంలో మహంకాళి, శ్రీ వర్ధన్ ఆర్నకొండ ఆదిత్య, జాశ్వంత్, వెంకటేశ్వర్లు, రామగిరి రాజ్ కుమార్, జిల్లా నాయకుల తదితరులు పాల్గొన్నారు.

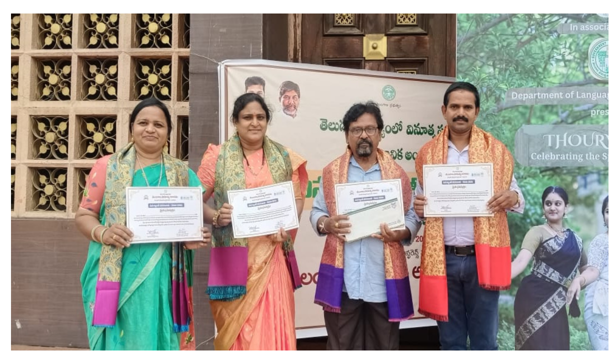
ఇందిరమ్మ ఇల్లును ప్రారంభించిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు జువ్వాడి నర్సింగారావు..

డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్పల్లి టౌన్

జగిత్యాల జిల్లా మెట్పల్లి పట్టణంలో పట్టణ 6 వార్డులో షేక్ మొహరా బేగం సదుల్లాహొ వారుహొనూతనంగా నిర్మించిన ఇందిరమ్మ ఇల్లును రాష్ట్ర వెలమ సంక్షేమ కార్పోరేషన్ చైర్మన్ జువ్వడి నర్సింగారావుహొహొప్రారంభించారు. అనంతరం ఆయన మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర ప్రభుత్వం పేదల సొంత ఇంటి కల నెరవేర్చాలని ఉద్దేశంతో ఎక్కడలేని విధంగా మన తెలంగాణలో ఇందిరమ్మ ఇల్లు పథకం కింద ఐదు లక్షల రూపాయలు ఇవ్వడం జరుగుతుందని ఇంతవరకు ఏహొహొప్రభుత్వము చేయలేదని కాంగ్రెస్ పార్టీ పేదలకు సొంతింటి కల నెరవేర్చాలని ఉద్దేశంతో ఈ పథకము ఏర్పాటు చేసినట్టు ఇండ్లు లేక సొంత స్థలం ఉన్నవారు దీనిని ఇందిరమ్మ ఇల్లు ద్వారా ఐదు లక్షల లబ్ధి పొందాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో వైస్ చైర్మన్ ఓంకారి నవీన్ కౌన్సిలర్ బత్తుల నరేష్ గుడి కందుల

అజయ్ మాసుల ప్రవీణ్ మైలారం రాము కాంగ్రెస్ పార్టీ వార్డు ఇన్చార్జి జాకీర్ షకీల్ మహేందర్ కాలనీవాసులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కరీంనగర్ కవులకు సన్మానం..



(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్ టౌన్)

తెలంగాణ సాహిత్య అకాడమీ మరియు యు అండ్ మి సంస్థ సంయుక్తంగా మనోవైజ్ఞానిక అంశం మనశ్శాంతే జీవన కాంతి అంశంపై హైదరాబాద్ లోని రవీంద్రభారతిలో నిర్వహించిన కవితా పఠనంలో కరీంనగర్ కు చెందిన వైరాగ్యం ప్రభాకర్ జీవన సూత్రాలు,కోట లక్ష్మణ్ క్షమా భావం,అనంతోజు పద్మశ్రీ అంతరంగ దర్పణం,మాసం సీమ స్నేహం మరియు మానసిక మద్దతు కవితలు చదివి ఆహుతులను ఆకట్టుకున్నారు. తెలంగాణ సాహిత్య అకాడమీ తొలి అధ్యక్షులు,కేంద్ర సాహిత్య అకాడమీ అవార్డు గ్రహీత డా.నందిని సిధారెడ్డి , తెలంగాణ సాహిత్య అకాడమీ ప్రధాన కార్యదర్శి నామోజు బాలాచారి, తెలంగాణ రచయితల సంఘం అధ్యక్షులు నాళేశ్వరం శంకరం, ప్రముఖ సైకాలజిస్ట్ డా.సి.వీరేందర్ చేతులమీదుగా ఘన సన్మానం పొందారు.వైరాగ్యం ప్రభాకర్ చదివిన కవితకు ప్రత్యేక బహుమతిని ప్రకటించి సన్మానించారు.ఈ సందర్భంగా పలువురు కవులు, సాహితీ వేత్తలు అభినందించారు .

చత్రపతి సాహు మహారాజ్ జయంతి వేడుకలు

బీఎస్పీ జిల్లా అధ్యక్షులు ముల్కల్ల రాజేంద్రప్రసాద్

(పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి)

మందమర్రి జిల్లా కేంద్రంలో చార్వక ఈ ఎన్ టి ట్రస్టు కార్యాలయంలో ఘనంగా నిర్వహించారు,చత్రపతి సాహు మహారాజ్ చిత్రపటానికి పూలమాల వేసి కేక్ కట్ చేసి మిఠాయి లు పంచి పెట్టి ఘన నివాళులు అర్పించారు. బహుజన్ సమాజ్ పార్టీ మంచిర్యాల జిల్లా అధ్యక్షులు ముల్కల్ల రాజేంద్రప్రసాద్ మాట్లాడుతూ కొల్హాపూర్ సంస్థానంలో మహా సంఖ్యాకులైన బహుజనులకు రిజర్వేషన్స్ ఇచ్చి కొల్హాపూర్ సంస్థానాన్ని సామాజిక సంస్థానంగా మార్చారన్నారు.

బుద్ధుడు కబీర్ మహాత్మ జ్యోతిబాపూలే ఆశయాలను ఆలోచనలను ఆచరణాత్మకంగా చూపిన చత్రపతి సాహు మహారాజ్ అంబేద్కర్ విద్యకు సహకారం అందించడమే కాక ముక్ నాయక్ పత్రికకు అండగా నిలిచారనీ,1920 మార్చి 22వ తేదీన దక్కన్ అస్పృశ్య సమాజ సమ్మేళన సభలో భవిష్యత్తు అంబేద్కర్ ఆశయాలతోనే ముందుకు సాగుతుందని,వారి సంస్థానంలో ఉద్యోగాలు ఇస్తూ భూములకు పట్టాలిచ్చారన్నారు, గంగారాం కాంబ్లే హోటల్ పెట్టేందుకు

ఆర్థిక మద్దతు ఇచ్చి హోటల్ కు వెళ్లి టీ తాగారని, వితంతు వివాహ చట్టం తెచ్చి, కులాంతర వివాహాలు ప్రోత్సహించరని రాజేంద్రప్రసాద్ అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంచిర్యాల నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు బండారి రాజ్ కుమార్, చెన్నూరు నియోజకవర్గ అధ్యక్షులు గాజుల శంకర్, బెల్లంపల్లి నియోజకవర్గం ఇంచార్జ్ గోమాస బ్రహ్మానందం మంచిర్యాల జిల్లా నాయకులు పేట్టెం చంద్రశేఖర్,దుర్గం గంగారాం, కుమ్మరి కృష్ణ చైతన్య, ముల్కల్ల జశ్వంత్ తదితరులు,పాల్గొన్నారు.

మొహరం పండుగ పీర్లను దర్శించుకున్న కౌన్సిలర్ పూదారి జ్యోతి సుధాకర్ గౌడ్..

డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్పల్లి టౌన్

జగిత్యాల జిల్లా మెట్పల్లి పట్టణంలో శుక్రవారంహొమొహరం పండుగ పురస్కరించుకొని వార్డు కౌన్సిలర్ పూదారి జ్యోతిహొహొసుధాకర్ గౌడ్ పట్టణ పాత మార్కెట్ లో గల పీర్లను దర్శించుకుని మొక్కులు చెల్లించారు ఈ కార్యక్రమంలో నవాబు పుల్ల చిన్నయ్య ముంజే సత్యనారాయణ జోగినిపల్లి రాజేశ్వర్గౌడ్ గంగాధర్ లక్ష్మయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు పట్టణ ప్రజలు అత్యధిక సంఖ్యలో పాల్గొని మొక్కలు మరియు కఠిన కానుకలు చెల్లించుకున్నారు.

సోదర భావానికి ప్రతీక మొహర్రం..

మొహర్రం వేడుకల్లో పాల్గొన్న మంత్రి అడ్లూరి..

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

మొహర్రం సందర్భంగా రాష్ట్ర సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ శుక్రవారం ధర్మపురిలో మొహర్రం వేడుకలు పాల్గొన్నారు. ఈసందర్భంగా పట్టణంలోని నంది చౌరస్తాలో పీరీలను దర్శించుకుని మొక్కులు తీర్చుకున్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అనేక సంవత్సరాలుగా హిందూ, ముస్లింలు సోదరభావంతో కలిసి పీర్ల పండుగ జరుపుకుంటారని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ అన్నారు. ప్రజాస్వామ్యా దేశంలో భవిష్యత్తు తరాల కోరకు ఇదే సంస్కృతిని కొనసాగించాలని మంత్రి కోరారు.

టిపిసిసి ఎస్సి సెల్ రాష్ట్ర కార్యదర్శిగా ఆరెపల్లి రాహుల్..

ప్రత్యక్షసాక్షి సుల్తానాబాద్

సుల్తానాబాద్ పట్టణానికి చెందిన కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు ఆరెపల్లి రాహుల్ ను టి పి సి సి ఎస్సీ సెల్ డిపార్ట్మెంట్ రాష్ట్ర కార్యదర్శి గా ఎన్నికయ్యారు.. శుక్రవారం నియామక పత్రాన్ని డిపార్ట్మెంట్ రాష్ట్ర చైర్మన్, మానకొండూర్ ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణ అందజేయడం జరిగింది, ఈ నియామకానికి సహకరించిన రాష్ట్ర కార్మిక, మైనింగ్ శాఖ మంత్రి గడ్డం వివేక్ వెంకటస్వామి కి, మంత్రి శ్రీధర్ బాబు కి, పెద్దపల్లి ఎంపీ గడ్డం వంశీ కృష్ణ కి, ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే విజయరమణారావు కి, రామగుండం ఎమ్మెల్యే రాజ్ ఠాకూర్ కి, ఎమ్మెల్యే కవ్వంపల్లి సత్యనారాయణకి, కోర్డినేటర్ కొరివి అరుణ్ కుమార్ కు ఆరెపల్లి రాహుల్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

సుల్తానాబాద్లో ఘనంగా మొహరం వేడుకలు..

ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

సుల్తానాబాద్ పట్టణంలోని పాత జెండా వద్ద మొహరం పండుగ వేడుకలను శుక్రవారం ఘనంగా నిర్వహించారు, పీరీలను పట్టణంలో పలు వీధుల గుండా ఊరేగింపు జరిపారు, భక్తులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని కొబ్బరి కుడుకల దండలు, పూల దండలు వేసి మో క్కులు చెల్లించుకున్నారు, తొమ్మిది రోజులపాటు ఎంతో వైభవంగా జరిగిన వేడుకలు శుక్రవారం రాత్రి పీరిలను ఊరేంపుగా తీసుకెళ్లి చెరువులో నిమజ్జనం చేశారు, ఈ కార్యక్రమంలో నిర్వాకులు ఎండి సుల్తాన్ , రఫిక్, ఫయాజ్ , శంకర్, గౌస్, అజ్జు తో పాటు పలువురు పాల్గొన్నారు.

రైతు భరోసా పథకం కోసం దరఖాస్తులు చేసుకోండి..

వ్యవసాయ అధికారి పైడితల్లి

ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

సుల్తానాబాద్ మండలంలో కొత్తగా పట్టాదారు పాస్ పుస్తకాలు పొందిన రైతులు వానాకాలం--2026 పంటల సాగుకు పెట్టుబడి సహాయం అందించే రైతు భరోసా పథకం కోసం దరఖాస్తులు చేసుకోగలరని సుల్తానాబాద్ మండల వ్యవసాయ అధికారి పైడితల్లి శుక్రవారం సాయంత్రం తెలిపారు, కొత్తగా పట్టాదారు పాస్ పుస్తకాలు పొందిన రైతులు సంబంధిత గ్రామ వ్యవసాయ విస్తరణ అధికారిని (ఏ ఈ ఓ) ను సంప్రదించి, కొత్త పట్టాదారు పాస్ పుస్తకం, ఆధార్ కార్డు, బ్యాంకు పాస్బుక్ తో వెంటనే దరఖాస్తు చేసుకోగలరని పైడితల్లి కోరారు..

3లో

లెట్స్ పిల్లో టాక్!

అనేక వ్యాధులను తగ్గించే ఈ మొక్క..

మన ఇంటి చుట్టూనే పెరుగుతుంది.. కనిపిస్తే వదలకండి..

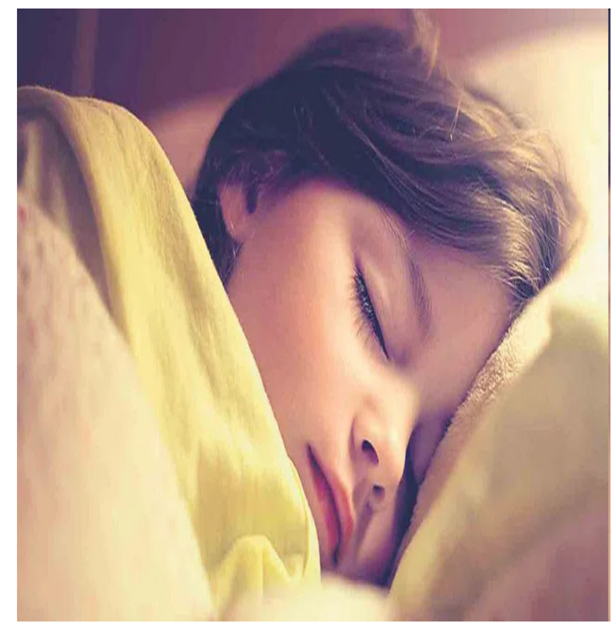
మన వంట ఇంటి పోపు దినుసుల్లో వాము కూడా ఒకటి. ఇది ఎంతో సువాసనను కలిగి ఉంటుంది. దీన్ని కూరల్లో వేస్తే మంచి రుచి, వాసన వస్తాయి. అయితే కేవలం వాము గింజలు మాత్రమే కాదు, మనకు వాము ఆకులు కూడా లభిస్తాయి. ఈ మొక్క చాలా మంది ఇళ్లలో పెరుగుతూనే ఉంటుంది. కానీ దీన్ని వాము ఆకు మొక్క అనిఎవరూ గుర్తు పట్టి ఉండరు. ఈ మొక్క ఆకులను కూడా మనం పలు వ్యాధులను తగ్గించేందుకు ఉపయోగించవచ్చు. వాము ఆకుల్లో అద్భుతమైన ఔషధగుణాలు ఉంటాయనిఆయుర్వేదం చెబుతోంది. దీంతో అనేకలాభాలు పొందవచ్చునివైద్యులు అంటున్నారు.

జీర్ణ సమస్యలకు..: వాము ఆకులను నేరుగా అలాగే నమిలి తినవచ్చు. దీంతో పొట్టలో ఉండే అసౌకర్యం తగ్గుతుంది. కడుపు నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వాము ఆకుల్లో థైమోల్ అనే సమ్మేళనం ఉంటుంది. ఇది జీర్ణాశయ ఎంజైమ్‌లు, జీర్ణ రసాలు సరిగ్గా ఉత్పత్తి అయ్యేలా చేస్తుంది. దీని వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. తిన్న ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. అజీర్తి తగ్గుతుంది. కడుపు ఉబ్బరం నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. వాము ఆకులను తినడం వల్ల ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది. కొందరు ఆహారం అతిగా తింటారు. దీంతో బరువు పెరుగుతారు. అయితే ఈ సమస్య నుంచి బయట పడాలంటే వాము ఆకులను రోజూ నమిలి తింటుండాలి. దీంతో ఆకలి నియంత్రణలో ఉంటుంది. ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. వాము ఆకులను నమలడం వల్ల అతిగా తినడం అనే సమస్య తగ్గుతుంది. బరువును నియంత్రణలో ఉంచుకోవచ్చు. బరువు తగ్గాలనుకునే వారు ఈ ఆకులను తింటుంటే ఫలితం ఉంటుంది.

శ్వాసకోశ సమస్యలకు..: వాము ఆకులు దగ్గు, జలుబు, ముక్కు దిబ్బడ నుంచి ఉపశమనాన్ని అందిస్తాయి. గొంతు, ఊపిరితిత్తులలో ఉండే కఫాన్ని కరిగిస్తాయి. దీంతో ఊపిరితిత్తులకు గాలి సరిగ్గా లభిస్తుంది. శ్వాసనాశాలు క్లియర్ అవుతాయి. శ్వాసకోశ సమస్యల నుంచి బయట పడవచ్చు.గొంతులో గరగర,నొప్పి, మంట ఉన్నవారు వాము ఆకులను నీటిలో వేసి మరిగించి తాగుతుంటే ఫలితం ఉంటుంది. ఆస్తమా ఉన్నవారు ఈ నీళ్లను తాగుతుంటే సత్వరమే ఉపశమనం లభిస్తుంది. వాము ఆకుల్లో యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు ఉంటాయి. కనుక ఈ ఆకులను నోట్లో వేసుకుని నమిలి తింటుంటేనోట్లోని బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది.దీంతోనోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది. దంతాలు, చిగుళ్లు దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. నోటి సమస్యలు కూడా తగ్గుతాయి. నోట్లోని పుండ్లు నయమవుతాయి.

ఆర్థరైటిస్ నొప్పులకు..: వాయు ఆకుల్లో యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి నొప్పులు, వాపులను తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల ఆర్థరైటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. వాము ఆకులను మొటిమలను తగ్గించేందుకు కూడా ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ఆకులను మెత్తని పేస్టులా చేసి ముఖానికి రాస్తుంటే ముఖంపై ఉండే మొటిమలు, ముడతలు, మచ్చలు పోతాయి. ముఖం కాంతి వంతంగా మారి మెరుస్తుంది. యవ్వనంగా కనిపిస్తారు. శిరోజాల సంరక్షణకు కూడా ఈ ఆకులను ఉపయోగించవచ్చు. ఈ ఆకుల్లో ఉండే యాంటీ బ్యాక్టీరియల్, యాంటీ ఫంగల్ గుణాలు శిరోజాలను సంరక్షిస్తాయి. చుండ్రు, దురద వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. జుట్టు ఒత్తుగా, దృఢంగాపెరిగేలా చేస్తాయి.వాము ఆకుల్లోయాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతాయి. దీంతో బ్యాక్టీరియా, వైరస్ ఇన్ఫెక్షన్ల నుంచి సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఇలా వాము ఆకులను తినడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

మంచినిద్రతో మేధాశక్తి

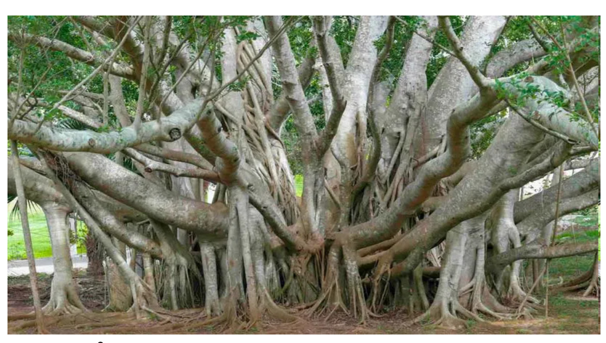


రాత్రిళ్లు తొందరగా, ఎక్కువసేపు పడుకొంటే టీనేజీ వయసువాళ్ల మెదడు పదునెక్కుతుందట. కేంబ్రిడ్జి యూనివర్సిటీకి చెందిన పరిశోధకులు ఈ విషయాన్ని కనుక్కొన్నారు. త్వరగా పడుకొని, ఎక్కువసేపు నిద్రించిన వాళ్లతో పోలిస్తే మిగిలిన వాళ్లు.. లెక్కలు చేయడం, పదజాలం, చదవడం లాంటి మేధాశక్తికి సంబంధించిన పరీక్షల్లో చాలా వెనకబడ్డారని ఈ పరిశోధనలో తేలింది. “నిద్రించే సమయంలో మనం జ్ఞాపకాలను సంఘటితం చేసుకుంటాం కాబట్టి, నిద్ర మన మెదడు సామర్థ్యాన్ని పెంచుతుంది” అని ఈ అధ్యయన బృంద నాయకుడు బార్బరా సహాకియాన్ వెల్లడించారు. కాబట్టి, పిల్లల నిద్రించే వేళలు, నిద్రలో నాణ్యత విషయంలో పెద్దలు తగినంత శ్రద్ధ తీసుకోవాలి. అప్పుడే వాళ్లు జీవితంలో రాణిస్తారు.

మీ ఇంటి చుట్టు పక్కల మర్రి చెట్టు ఉందా..

అందులోని ప్రతి భాగమూ ఉపయోగకరమే..!

పూర్వ కాలంలో గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో ఎక్కడ చూసినా ఏదో ఒక భారీ వృక్షం కనిపిస్తూనే ఉండేది. ముఖ్యంగా మర్రి చెట్లు మనకు ఎక్కువగా కనిపించేవి. కానీ ఇప్పుడు వాటి సంఖ్య బాగా తగ్గిపోయింది. చూద్దామంటే అసలు ఈ చెట్లు కనిపించడం లేదు. అయితే మర్రి చెట్టు మనక నీడను మాత్రమే కాదు, ఆరోగ్యాన్ని కూడా అందిస్తుంది. ఆయుర్వేదంలో మర్రి చెట్టుకు ఎంతో ప్రాధాన్యతను కల్పించారు. మర్రి చెట్టుకు చెందిన అన్ని భాగాలు మనకు ఏదో ఒక విధంగా ఉపయోగపడతాయి. మర్రి మెరడు, ఆకులు, వేళ్లు, ఊడలు అన్నీ మనకు ఉపయోగపడేవే. ఈ క్రమంలోనే ఆయా భాగాలతో అనేక వ్యాధులను నయం చేసుకోవచ్చని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది.



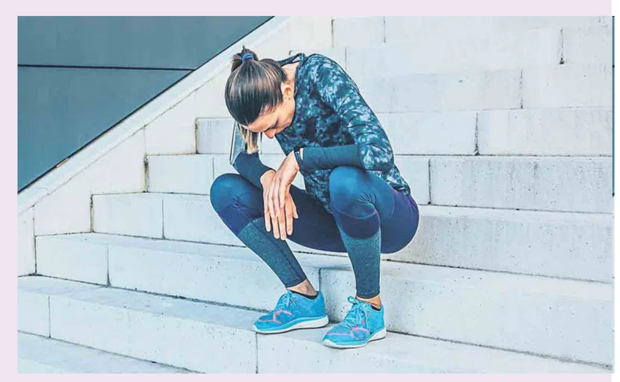
డయాబెటిస్ అదుపులో..: మర్రి చెట్టు ఆకులు, బెరడులో యాస్ట్రింజెంట్ గుణాలు ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ ఆకులు లేదా బెరడను నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను తాగుతుంటే జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. జీర్ణాశయం, పేగుల్లో ఉండే వాపులు తగ్గిపోతాయి. మర్రి చెట్టు ఆకులను ఉపయోగించడం వల్ల పేగుల్లో మలం సులభంగా కదులుతుంది. మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. పొట్టలో అసౌకర్యంగా ఉన్నవారు కూడా మర్రి చెట్టు ఆకులను తీసుకుని వాటితో కషాయం తయారు చేసి తాగుతుంటే ఎంతగానో ఉపశమనం లభిస్తుంది. షుగర్ ఉన్నవారికి మర్రి చెట్టును వరంగా చెప్పవచ్చు. మర్రి చెట్టు బెరడు ఇందుకు చక్కగా పనిచేస్తుంది. దీంట్లో హైపో గ్లైసీమిక్ గుణాలు ఉంటాయి. అంటే ఇది షుగర్ లెవల్స్‌ను గణనీయంగా తగ్గిస్తుందన్నమాట. మర్రి బెరడును నీటిలో వేసి మరిగించి ఆ నీళ్లను సేవిస్తుంటే డయాబెటిస్ తగ్గుతుంది. మర్రి బెరడులో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు శరీరం ఉత్పత్తి చేసే ఇన్సులిన్‌ను కణాలు సరిగ్గా శోషించుకునేందుకు పనిచేస్తాయి. దీంతో షుగర్ లెవల్స్ తగ్గి డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది.

దంతాలు, నోరు, చిగుళ్ల సమస్యలకు..: మర్రి చెట్టు ఆకులను నేరుగా అలాగే నమిలి కాసేపు అయ్యాక ఉమ్మేయాలి. ఇలా చేస్తుంటే నోట్లో ఉండే బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది. దీంతో నోటి దుర్వాసన తగ్గిపోతుంది. ముఖ్యంగా పుచ్చిపోయిన దంతాలు ఉన్నవారు, చిగుళ్ల నుంచి రక్తం కారుతున్న వారు ఈ చిట్కాను పాటిస్తే ఫలితం ఉంటుంది. నోట్లో ఉండే పొక్కులు, పుండ్లను తగ్గించడంలోనూ మర్రి ఆకులు, బెరడు ఎంతగానోఉపయోగపడతాయి.మర్రి బెరడులోయాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. మర్రి బెరడును కాస్త పొడి చేసి అందులో కొద్దిగా నీళ్లను పోసి మెత్తని పేస్ట్‌లా తయారు చేయాలి. ఈ మిశ్రమాన్ని రాత్రి పూట ఆర్థరైటిస్ నొప్పులు ఉన్న చోట రాయాలి. ఇలా రోజూ చేస్తుంటే కొన్ని రోజులకు ఆర్థరైటిస్ నుంచి విముక్తి లభిస్తుంది. అలాగే శరీరంలో ఇతర చోట్లలో ఉండే నొప్పులు కూడా తగ్గిపోతాయి.

చర్మ సమస్యలకు..: మర్రి ఆకుల్లో యాంటీ మైక్రోబియల్, యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు అధికంగా ఉంటాయి. అందువల్ల ఈ ఆకులు అనేక చర్మ సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. ముఖ్యంగా తామర, గజ్జి, ఇతర చర్మ ఇన్ఫెక్షన్లు తగ్గుతాయి. మర్రి ఆకుల పేస్ట్ లేదా బెరడు పొడి, నీటి మిశ్రమాన్ని రాస్తుంటే గాయాలు, పుండ్లు త్వరగా మానిపోతాయి. సూర్య కాంతి వల్ల చర్మం కందిపోయినా కూడా మర్రి ఆకుల మిశ్రమాన్ని ఉపయోగించవచ్చు. అలాగే మర్రి ఆకుల పేస్ట్‌లో కొద్దిగా చల్లని పాలను కలిపి ఈ మిశ్రమాన్ని రాస్తుంటే మొటిమలు, చర్మంపై ఉండే దురదలు,దద్దుర్లు తగ్గిపోతాయి. ఇలా మర్రి చెట్టు అనేక విధాలుగా ఉపయోగపడుతుంది. దీని లాభాలను అసలు మరిచిపోకండి.

కొంచెం శ్రమకే ఆయాసమా?

కొన్ని మెట్లు ఎక్కగానే ఊపిరి సరిగ్గా ఆడటం లేదా? ఆయాసంగా అనిపిస్తున్నదా? ఏ కొంచెం శారీరక శ్రమ చేసినా ఊపిరి సరిపోవడం లేదంటే దాన్ని తేలిగ్గా తీసుకోకూడదు. వయసు పెరగడం, అలసట వల్ల ఇలా జరుగుతుంది. దీన్ని అయిదు ప్రధాన ఆరోగ్య సమస్యలకు హెచ్చరికగా భావించాలి. ఏదైనా అనుమానం అనిపిస్తే వెంటనే వైద్య సహాయం పొందాలి. తగిన చికిత్స తీసుకోవాలి.



రక్తహీనత: శరీరం తగిన మోతాదులో ఎర్ర రక్త కణాలు లేదా హిమోగ్లోబిన్‌ను ఉత్పత్తి చేయకపోతే రక్తహీనత (ఎనీమియా) వస్తుంది. హిమోగ్లోబిన్ మనం పీల్చిన గాలి నుంచి ఆక్సిజన్ గ్రహించి శరీర అవయవాలకు సరఫరా చేస్తుంది. హిమోగ్లోబిన్ తగ్గితే శరీర కణజాలానికి ఆక్సిజన్ తగినంతగా అందదు. దీంతో శ్వాసించే క్రమం తగ్గిపోతుంది. ముఖ్యంగా శారీరక శ్రమ చేస్తున్నప్పుడు ఇలా జరుగుతుంది. కాబట్టి, చర్మం పచ్చబడటం, బలహీనత, అలసట మొదలైన వాటితో బాధపడుతుంటే అది రక్తహీనత లక్షణం కావచ్చు.

గుండెజబ్బులు: చిన్న ప్రయత్నానికే ఊపిరి సరిగ్గా ఆడటం లేదంటే అది గుండెజబ్బుకు సంకేతం కావచ్చు. వయసు పెరిగేకొద్ది గుండె రక్తాన్ని పంప్ చేసే శక్తి తగ్గుతూ వస్తుంది. దీంతో ఊపిరితిత్తుల్లో ఫ్లూయిడ్ పేరుకుంటుంది. మెట్లెక్కేటప్పుడు మీకు కండ్లు తిరగడం (డిజినెస్), కాళ్లవాపు, ఛాతినొప్పి లాంటి సమస్యలు వేధిస్తుంటే డాక్టర్‌ను కలవాలి. ఇది గుండె సమస్యలకు సంకేతం అయ్యుంటుంది.

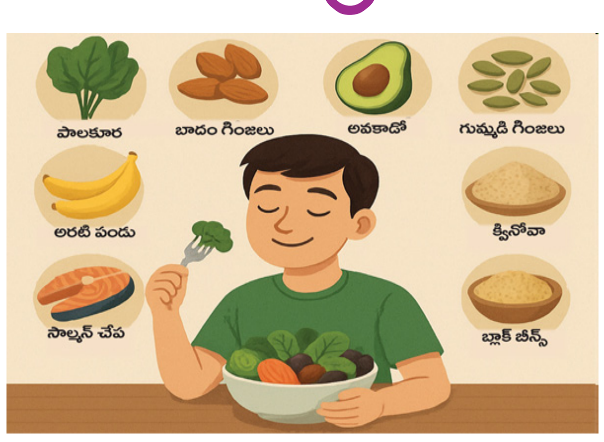
ఊపిరితిత్తుల సమస్యలు: మన శరీరానికి కావాల్సిన ఆక్సిజన్‌ను సరఫరా చేయడమే ఊపిరితిత్తుల పని. శ్వాసించడం కష్టమైపోతున్నదంటే అది ఊపిరితిత్తుల సమస్య కావచ్చు. ఆస్తమా, బ్రాంకైటిస్, ఇంటర్‌స్టిషియల్ లంగ్ డిసీజ్ (ఐఎల్‌డీ), క్రానిక్ అబ్‌స్ట్రక్టివ్ పల్మనరీ డిసీజ్ (సీఓపీడీ) లాంటివి ఊపిరితిత్తుల పనితీరును దెబ్బతీస్తాయి. ఫలితంగా ఏ కొంచెం శ్రమపడ్డా శ్వాసలో ఆటంకం (డిస్ప్నోయియా) కలుగుతుంది. దగ్గు, శ్వాస గుర్‌గుర్‌మని రావడం (వీజింగ్), ఛాతీలో అసౌకర్యంగా అనిపిస్తుంటే జాగ్రత్తగా ఉండాలి.

ఒత్తిడి- ఆందోళన: ఒత్తిడి, ఆందోళన కారణంగా కూడా ఊపిరి సరిగ్గా ఆడదు. అధిక ఒత్తిడి వల్ల శరీరం అడ్రినలిన్ హార్మోన్‌ను ఎక్కువగా విడుదల చేస్తుంది. ఇది శ్వాసించే క్రమాన్ని పెంచుతుంది. దీంతో సరిగ్గా శ్వాస పీల్చుకోవడం లేదనే భ్రమలో పడిపోతారు.

అధిక బరువు వల్ల: అధిక బరువు ఉంటే శరీరం తన సాధారణ విధులను నిర్వర్తించడానికి మరింత ప్రయత్నం చేయాల్సి వస్తుంది. అధిక కొవ్వు వల్ల డయాఫ్రమ్, ఊపిరితిత్తుల మీద ఒత్తిడి పడుతుంది. ఇది ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీంతో ఏ కొంచెం శారీరక శ్రమ చేసినా శ్వాస సరిపోని పరిస్థితి తలెత్తుతుంది.

ఆహారంలో ఇవి చేర్చుకోండి.. మంచి నిద్రపోండి..

కొంతమందికి రాత్రుళ్లు సరిగ్గా నిద్ర పట్టదు. అనారోగ్య సమస్యలున్న వారు డాక్టరు చెప్పిన పద్ధతులు పాటిస్తారు. అయితే ఆరోగ్యంగా ఉన్న వాళ్లు కూడా ఈ సమస్యతో బాధపడుతుంటారు. అటువంటి వారు ఆహారంలో కొన్ని మార్పులు చేసుకుంటే మంచి నిద్రని పొందవచ్చు. ఆర్థికంగా భారమైనా వీటిని చేర్చుకుంటే ఫలితం ఉంటుంది. పాలకూరలో మెగ్నీషియంతో పాటు ఐరన్, కాల్షియం పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఈ పోషకాలు ఒత్తిడిని తగ్గించి మనసును ప్రశాంతం చేయడంలో సహాయపడతాయి. అందుకే రోజూ పాలకూర తినడం మంచి నిద్రకు దారి తీస్తుంది. పాలకూర వల్ల రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడి శరీరం స్థిరంగా ఉంటుంది. బాదం గింజల్లో పోషకాలు చాలా ఉంటాయి. వీటిలో మెగ్నీషియం ఎక్కువగా ఉండటం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన మినరల్స్ అందుతాయి. రోజూ కొద్దిగా బాదం గింజలు తినడం వల్ల మెదడు కూడా చురుగ్గా మారుతుంది. అంతేకాకుండా ఇందులో ఉన్న ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు మంచి నిద్రకు సహాయపడతాయి. అందుకే నిద్ర సమస్యలు ఉన్నవారు బాదం తినడం అలవాటు చేసుకోవాలి. అవకాడో పండులో కూడా మెగ్నీషియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. ఇది ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు, పొటాషియంతో నిండి ఉంటుంది. అవకాడో తినడం వల్ల మానసిక ఒత్తిడి తగ్గి శరీరంలోని రసాయనాలు సరిగ్గా పనిచేస్తాయి. ఫలితంగా మంచి నిద్ర వచ్చే అవకాశం ఉంటుంది. గుమ్మడి గింజలు శరీరానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిలో మెగ్నీషియం, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. వీటిని రోజూ ఆహారంలో చేర్చుకోవడం వల్ల కండరాలు రిలాక్స్ అవుతాయి. మానసిక ఒత్తిడి తగ్గి నిద్ర మెరుగుపడుతుంది. గుమ్మడి గింజలు నిద్ర సమస్యలకు ఒక సహజమైన పరిష్కారం. క్వినోవా మెగ్నీషియం, ప్రోటీన్, ఫైబర్ అధికంగా కలిగిన ఆహారం. ఇవి తినడం వల్ల శరీరంలో



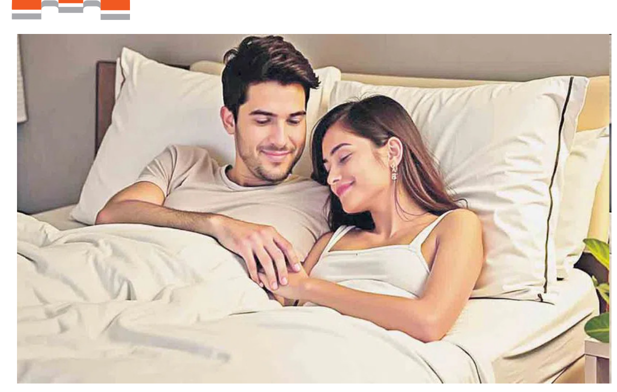
చక్కెర స్థాయిలు అదుపులో ఉంటాయి. మంచి నిద్రకు కూడా సహాయ పడుతుంది. ఇది శరీరశక్తిని పెంచడంలో కూడా మేలు చేస్తుంది. బ్లాక్ బీన్స్‌లో కూడా మెగ్నీషియం, ప్రోటీన్, ఫైబర్ మంచి మోతాదులో ఉంటాయి. ఈ బీన్స్‌ను సలాడ్, సూప్,కూరలలో వేసితినడం వల్ల శరీరానికి కావాల్సిన పోషకాలు అందుతాయి. ఇవి ఒత్తిడిని తగ్గించి శరీరాన్ని ప్రశాంతంగా ఉంచి నిద్రకు సహాయపడతాయి. అరటి పండులో కూడా మెగ్నీషియం ఉంటుంది. ఇందులో పొటాషియం అధికంగా ఉండటం వల్ల కండరాలను రిలాక్స్ చేసి శరీర ఒత్తిడిని తగ్గిస్తుంది. దాంతో మానసిక ప్రశాంతత కలుగుతుంది. నిద్ర మరింత హాయిగా వస్తుంది. సాల్మన్ చేపల్లో మెగ్నీషియం, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఎక్కువగా ఉంటాయి. ఇవి ఒత్తిడిని తగ్గించి నిద్ర నాణ్యతను పెంచడంలో సహాయపడతాయి. ఈ చేపలు తినడం వల్ల శరీరం, మనస్సు రెండూ బాగా విశ్రాంతి పొందుతాయి. ఈ విధంగా మెగ్నీషియం ఉన్న ఆహారాలు మంచి నిద్రను అందించి ఆరోగ్యానికి తోడ్పడతాయి.

లెట్స్ పిల్లో టాక్!

ప్రస్తుతం భార్యాభర్త.. ఇద్దరూ ఉద్యోగాలు చేయాల్సిన పరిస్థితులు. ఓవైపు ఆఫీస్.. ఇంటి పనులంటూ ఉరుకులు పరుగులు. మరోవైపు పిల్లలు, వారి చదువులు. పెద్దవాళ్ల బాధ్యతలు! వెరసి.. క్షణం తీరికలేని జీవితాలు! దంపతులకు కాస్తంత సమయం దొరకడం కూడా గగనమే అవుతున్నది.ఒకవేళ దొరికినా.. ఇద్దరూ ఏకాంతంగా గడపడం కూడా కష్టంగా మారుతున్నది. ఫలితంగా..భార్యాభర్తల మధ్యదూరం పెరుగుతున్నది. ఈ సమస్యకు ‘పిల్లో టాక్’ ఓ పరిష్కారం చూపుతున్నది.

దంపతులు ఎంత సన్నిహితంగా ఉంటే.. వారి మధ్య బంధం అంత బలంగా ఉంటుంది. మనసు విప్పి మాట్లాడుకుంటేనే.. సాన్నిహిత్యం పెరుగుతుంది. కానీ, ఈ ఉరుకుల పరుగుల జీవితంలో చాలామందికి అలాంటి సమయం దొరకడం లేదు. దొరికినా.. కొంతమంది తమ భాగస్వామితో అన్ని విషయాల్నీ స్వేచ్ఛగా చెప్పుకోలేకపోతున్నారట. తమ ఇష్టాయిష్టాలు, భవిష్యత్తు లక్ష్యాల గురించి పంచుకోవడానికీ ఆసక్తి చూపించడం లేదట. చెబితే భాగస్వామి ఎలా రియాక్ట్ అవుతారో.. తమ ఇష్టాయిష్టాలు, లక్ష్యాలను గౌరవిస్తారో లేదోనన్న సందిగ్ధమే ఇందుకు కారణమని నిపుణులు అంటున్నారు. ఇలాంటి వాళ్లు ‘పిల్లో టాక్’తో ఒక్కటవ్వొచ్చని చెబుతున్నారు.

మనసులు దగ్గర..: రాత్రిపూట పడకగదిలో భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ ఏకాంతంగా, మనసు విప్పి మాట్లాడుకోవడమే.. పిల్లో టాక్! దీనివల్ల భార్యాభర్తల శరీరాల్లో ‘ఆక్సిటోసిన్’ అనే ప్రేమ హార్మోన్ విడుదలవుతుంది. ఇది మానసిక సమస్యలను దూరం చేస్తుంది. మనసుకు ప్రశాంతత చేకూరుస్తుంది. దంపతుల మధ్య దూరం తగ్గడంతోపాటు ఒకరినొకరు అర్థం చేసుకునే సమయం చిక్కుతుంది. భాగస్వామి మనసులో కోరికలు తెలుసుకోవడంతోపాటు వాటిని నెరవేర్చడానికీ



అవకాశం ఉంటుంది. అందుకే.. భార్యాభర్తలు రోజంతా ఎంత బిజీగా ఉన్నా.. రాత్రిపూట కనీసం ఓ అరగంటైనా మనసు విప్పి, ఏకాంతంగా మాట్లాడుకోవాలని మానసిక నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

ఇవి వద్దే వద్దు..: అయితే, చాలామంది ‘పిల్లో టాక్’లో లేనిపోని సమస్యలను ముందేసుకుంటారు. దొరక్కదొరక్క దొరికిన సమయాన్ని దుర్వినియోగం చేసుకుంటారు. ఎప్పుడో జరిగిన గొడవలు, ఆఫీస్ సమస్యలు, పిల్లల చదువులు, పెద్దల ఆరోగ్యానికి సంబంధించిన విషయాలను చర్చిస్తుంటారు. ఇలాంటి చర్చలవల్ల సరదాగా సాగాల్సిన సమయం.. వృథాగా గడిచిపోతుంది.

ఒక్కోసారి పాతగొడవలు ముందుకొచ్చి.. దంపతుల మధ్య దూరం పెరిగే ప్రమాదమూ ఉంటుంది. వాటికి బదులుగా పెళ్లినాటి జ్ఞాపకాలు, హనీమూన్ మధురానుభూతులు, ఇచ్చిపుచ్చుకున్న కానుకలు, ఇద్దరి మధ్య జరిగిన సరదా సంఘటనలు.. ఇలాంటివి గుర్తుకు తెచ్చుకుంటే మంచిది. ఇలాంటి సంభాషణలతో ఇద్దరి మధ్య అనుబంధం మరింత దృఢంగా మారుతుంది.

విద్యార్థుల సంక్షేమం కోసమే ఏఐఎస్ఎఫ్..

ఏఐఎస్ఎఫ్ మాజీ జాతీయ అధ్యక్షుడు తక్కళ్లపల్లి శ్రీనివాసరావు

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

విద్యార్థుల హక్కులు, సంక్షేమం కోసమే అఖిల భారత విద్యార్థి సమాఖ్య (ఏఐఎస్ఎఫ్) పని చేస్తోందని, గుండ్ల సింగారంలో ఇండ్ల కూల్చి వేతతో నిరాశ్రయు లైనా విద్యార్థులకు ఎఐఎస్ఎఫ్ అండగా ఉంటుందని, కూల్చిన ఇండ్ల చోటనే పట్టాలిచ్చి, ఇంది రమ్మ ఇళ్లు కట్టించాలని ఎఐఎస్ఎఫ్ మాజీ జాతీయ అధ్యక్షుడు తక్కలపల్లి శ్రీనివాసరావు అన్నారు. శుక్రవారం హనుమకొండ మండలం గుండ్ల సింగారంలోని సురవరం సుధాకర్ రెడ్డి నగర్ లో ఇటీవలే కాలంలో ఇండ్ల కూల్చివేతతో నిరాశ్రయులైనా కుటుంబాల విద్యార్థులకు ఎఐఎస్ఎఫ్ రాష్ట్ర సమితి ఆధ్వర్యంలో 120 మంది విద్యార్థులకు 500 నోట్ పుస్తకాలు, పెన్నులు, పెన్సిల్, విద్యావసరాల వస్తువులు పంపిణీ చేశారు. ఈ కార్యక్ర మానికి ముఖ్య అతిథిగా ఏఐఎస్ఎఫ్ మాజీ జాతీయ అధ్యక్షుడు తక్కలపల్లి శ్రీనివాసరావు,అతిథులుగా ఏఐఎస్ఎఫ్ జాతీయ ఉపాధ్య క్షులు ఎన్ ఎ స్టాలిన్, రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కసిరెడ్డి మణికంఠ రెడ్డి, కార్యదర్శి పుట్ట లక్ష్మణ్, మాజీ రాష్ట్ర నాయకులు కర్రె బిక్షపతి లు హాజరై ప్రసంగిం చారు. ఈ సందర్భంగా ఏఐఎస్ ఎఫ్ జిల్లా కార్యదర్శి బాషబో యిన సంతోష్ అధ్యక్షతన జరిగిన సభలో తక్కలపల్లి శ్రీనివాస రావు మాట్లాడుతూ గుండ్ల సింగారంలో గత కొన్ని సంవత్సరాలుగా నిరుపేదలు వేసుకొని నివసిస్తున్న 360 మంది పేదల ఇళ్ళను కూల్చి వేయడం దారుణమని అన్నారు.

ప్రభుత్వం పేదల గుడిసెలు కూల్చి వేసే ముందు సర్వే నిర్వహించాలని, అనర్హు లు ఉంటే తొలగించాలని, కానీ ఏమాత్రం సమాచారం లేకుండా ఒక్కసారిగా పేదల గుడిసెలపై బుల్డోజర్ లతో దాడి చేయడం ప్రభుత్వానికి తగదని అన్నారు. రోజు రోజుకు నగరం విస్తీర్ణం పెరుగుతున్న క్రమంలో గ్రామీణ ప్రాంతాల వలస వచ్చి కూలీ, నాలీ చేసుకుని జీవించే వారు ఇండ్లలో కిరాయిలు కట్టలేని పరిస్థితిలో గుడిసెలు వేసుకుని జీవిస్తున్నారని తెలిపారు. గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాం నుండి గుడిసెలు వేసుకుని నివసిస్తున్నప్పటికీ ప్రస్తుతం ఈ ప్రభుత్వం పేదలను లక్ష్యంగా చేసుకున్నదని, పేదల జీవించే హక్కును కాలరాస్తున్నదని అన్నారు.

సొంత ఇంటి కలను దూరం చేయడమే ఈ ప్రభుత్వా నికి సరికాదని అన్నారు. గుండ్ల సింగారంలో నిరాశ్రయులైనా కుటుంబాల విద్యార్థులకు ఎఐఎస్ఎఫ్ రాష్ట్ర సమితి ఆధ్వర్యంలో నోట్ పుస్తకాలు, విద్యావసరాల వస్తువులు పంపిణీ చేయడం అభినందనీ యమని అన్నారు. అదేవిధంగా ఏఐఎస్ఎఫ్ జాతీయ ఉపాధ్య క్షులు ఎన్ ఎ స్టాలిన్, రాష్ట్ర అధ్యక్షుడు కసిరెడ్డి మణికంఠ రెడ్డి, కార్యదర్శి పుట్ట లక్ష్మణ్ మాట్లాడుతూ నిరాశ్రయులైన విద్యార్థులను ప్రభుత్వం ఆదుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు. ఏఐఎస్ఎఫ్ మాజీ రాష్ట్ర నాయకులు కర్రె బిక్షపతి మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం పేదల పట్ల ప్రభుత్వం తీరు సరికాదని అన్నారు.

యువత మత్తుకు దూరంగా ఉండాలి..

2 కె..రన్‌లో పాల్గొన్న ఎమ్మెల్యే కేఆర్ నాగరాజు

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

అంతర్జాతీయ మత్తు పదార్థా లు ధూమపాన నివారణ దినోత్సవ సందర్భంగా నిర్వహించిన 2 కె రన్ లో వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి, డీసీసీ ప్రెసిడెంట్ ఇనుగాల వెంకట్రా మిరెడ్డి,కలెక్టర్లు డా.సత్య శారద,చాహత్ బాజ్‌పాయ్, ఎన్పీడీసీఎల్ ఎండి వరుణ్ రెడ్డి,వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్ ప్రీత్ సింగ్ తో కలిసి పోలీస్ కమిషరేట్ కార్యాలయం నుండి ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాల వరకు ర్యాలీలో వర్ధన్నపేట ఎమ్మెల్యే విశ్రాంత ఐపీఎస్ అధికారి కేఆర్ నాగరాజు పాల్గొన్నారు. యువత మాదకద్రవ్యాలకు దూరంగా ఉంటూ వ్యాయామం ఆరోగ్యకరమైన అలవాట్లతో జీవితం ముందుకు సాగాలని ఆయన పిలుపునిచ్చారు. యువత మాదకద్రవ్యాల జోలికిపో వద్దని, మత్తులో పడితే భవిష్యత్ అంధకారం అవుతుందన్నారు. డ్రగ్స్ రహిత సమాజ నిర్మాణానికి ప్రతి ఒక్కరూ భాగస్వాములు కావాలని పిలుపునిచ్చారు. ర్యాలీ అనంతరం ఆర్ట్స్ అండ్ సైన్స్ కళాశాలలో మాదకద్ర వ్యాల నిర్మూలలపై ప్రతిజ్ఞ కార్యక్రమం నిర్వహించారు. యువకులు,స్థానికులు జిల్లా అధికారులు పెద్ద ఎత్తున ఈ ప్రతిజ్ఞ కార్యక్ర మంలో పాల్గొని మాదకద్ర వ్యాలకు దూరంగా ఉంటామని, సమాజంలో అవగాహన కల్పించేందుకు కృషి చేస్తామని ప్రతిజ్ఞ చేశారు. 2కె రన్ విజేతలను ఎమ్మెల్యే గారు అభినందించి, విజేతలకు మెడల్స్, ప్రశంస పత్రాలు అందజేశారు.

సైబర్ నేరాలపై పోలీసుల అవగాహన సభ ఎస్సై జి శ్రీనివాస్

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలం కోడిచెర్ల గ్రామంలో సర్పంచ్ కవిత ఈర్వంత్ అధ్యక్షతన మాదకద్రవ్యాలు సైబర్ నేరాలపై పోలీసులు అవగాహన సభ నిర్వహించారు ఎస్సై శ్రీనివాస్, ఏఎస్ఐ బన్సీలాల్, మాట్లాడుతూ మాదాక ద్రవ్యాల దుష్ప్రభావాలను వివరించి అక్రమ కార్యకలాపాలపై 100కు సమాచారం ఇవ్వాలని చెప్పారు బైక్ నడిపేటప్పుడు తప్పకుండా హెల్మెట్ వాడాలి త్రిబుల్ రైడింగ్ చేయరాదు మద్యం సేవించి వాహనం నడపవద్దు మైనర్ల చేతికి వాహనాలు ఇవ్వద్దు వాహనాలు నడిపేటప్పుడు సరైన ధ్రువపత్రాలు వెంట ఉంచుకోవాలి సూచించారు. మాఊరు మా బాధ్యత మా భద్రత, నినాదంతో గ్రామస్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని ఈ కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేశారు

ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియ పరిశీలించిన బాన్సువాడ ఆర్డీవో రవీందర్ రెడ్డి

యాదవ రావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలంలోని కారేగాం గ్రామంలో శుక్రవారం రోజున సర్పంచ్ సునీల్ ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక సమగ్ర సవరణ (ఎస్ ఐ ఆర్) ప్రక్రియలో భాగంగా చేపట్టిన ఓటర్ మ్యాపింగ్ కార్యక్రమాన్ని బాన్సువాడ ఆర్డీవో రవీందర్ రెడ్డి కారేగాం గ్రామంలో పర్యటించి ఎన్యుమరేషన్ ఫారాలను ఓటర్లకు పంపిణీ చేసి ఒక కుటుంబానికి సంబంధించిన వివరాలను మొబైల్ యాప్ ద్వారా నమోదు చేశారు ఈ సందర్భంగా ఓటరు జాబితా సవరణ ప్రక్రియను పారదర్శకంగా సమర్ధవంతంగా నిర్వహించాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు ఈ కార్యక్రమంలో పోతంగల్ మండల ఎమ్మార్వో సందీప్,కారేగాం గ్రామ సర్పంచ్ నరహరి సునీల్, కరోబరి నరహరి కిరణ్,తదితరులు పాల్గొన్నారు

రియంబర్స్మెంట్ నిధులు విడుదల కోసం పోరాటం చేస్తామన్న ఎమ్మెల్సీ పోటీ చేసిన అభ్యర్థులారా ఏది మీ పోరాటం... దొగ్గలి శ్రీధర్ ప్రశ్న...

(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్ టౌన్)

గత సంవత్సరం పట్టభద్రుల ఎమ్మెల్సీ ఎన్నికలలో పోటీ చేసిన కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి బహుజన సమాజ్ పార్టీని పోటీ చేసిన అభ్యర్థులు రియంబర్స్మెంట్ నిధులు విడుదల కోసం ఉద్యమం కళాశాలల ఉనికిని కాపాడుతామని ప్రకటించి పోటీ చేసి వారి మద్దతు కూడా కొట్టుకున్న ఎమ్మెల్సీ అభ్యర్థులారా ఇప్పటివరకు దీనికొరకు మీ పోరాటం మీ ఉద్యమం చేపడుతలేరని బీసీ సంక్షేమ సంఘం నాయకులు దొగ్గలి శ్రీధర్ ప్రశ్నించారు శ్రీధర్ మాట్లాడుతూ ప్రభుత్వం పదివేల కోట్ల బకాయిలు విడుదల చేయలేదు అలాగే జీవో ఎంఎస్ 8 మరియు 9 ని విడుదల చేసి విద్యార్థుల కౌన్సిలింగ్లో గందరగోళం ఏర్పడింది కాంగ్రెస్ అభ్యర్థి ప్రతి మూడు నెలలకు ఒకసారి రియంబర్స్మెంట్ నిధులు విడుదల చేయించి అన్ని కళాశాలలను ఆదుకుంటామని దాని కొరకు ముఖ్యమంత్రి గారి వద్దకు వెళ్లి సమస్యలు దృష్టికి తీసుకు వెళ్తామని పరిష్కరిస్తామని నిధులు విడుదల చేపిస్తామని పలు సందర్భాలలోబహిరంగ ప్రకటన చేశారు అప్పుడు ఉమ్మడి కరీంనగర్ ఉమ్మడి ఆదిలాబాద్ నిజామాబాద్ మెదక్ జిల్లాలోని డిగ్రీ జూనియర్ ఇంజనీరింగ్ వివిధ కళాశాలలోని అధ్యాపకులు అందరూ సంపూర్ణ సహకారం అందించారు..

అలాంటి అధ్యాపక వర్గానికి జీతాలు చెల్లించే పరిస్థితిలో కళాశాల యజమాన్యాలు ఉండగా ఇప్పటివరకు ఈ సమస్యపై మీరు ఒక్కసారైనా స్పందించలేదు కేవలం ఎన్నికల కోసం మాత్రమే వాగ్దానాలు చేశారు వారు మీ వెంట ఉండి ప్రచారం నిర్వహించారు అలాంటి వారిని మీరు విస్మరించారు మీరు ఇప్పటికైనా ఈ ఉద్యమం కోసం ముఖ్యమంత్రి గారి దగ్గరికి కళాశాల యజమాన్యాలను తీసుకవెల్లి నిధులు విడుదల జీవో నెంబర్ 8 మరియు తొమ్మిదిని రద్దు చేసేందుకు ప్రయత్నించాలని బీసీ సంఘాల పక్షాన బహిరంగంగా కోరుతున్నాం అలాగే మరో అభ్యర్థి విద్యా వ్యవస్థ నుండి వచ్చిన అభ్యర్థి బహుజన సమాజ్ పార్టీ నుండి పోటీ చేశారు మీరు కూడా నిరుద్యోగుల మద్దతు కళాశాల యాజమాన్యాల మద్దతు ఉండగా వారు కూడా ఇప్పటివరకు కూడా రియంబర్స్మెంట్ నిధుల విడుదల లాంటి పై ఎలాంటి ఉద్యమాలు నిర్వహించలేదు ఆందోళన చేయలేదు ప్రభుత్వాన్ని అడగలేదు అనేకమంది ఉపాధ్యాయులు మీ వెంట ఉన్న వారికి జీతభత్యాలు కళాశాల యజమాన్యాలు చెల్లించే పరిస్థితి లేనప్పుడు ప్రభుత్వాన్ని మీరు ఎందుకు ప్రశ్నించలేదు వారి కోసం మీరు ఎందుకు పోరాటం చేయలేదు వెంటనే ఈ సమస్యపై కళాశాల యాజమాన్యాలకు ఉపాధ్యాయ వర్గాలకు ఆసరాగా ఉండే ఈ యొక్క ఫీజుల బకాయిలపై వెంటనే ఉద్యమించాలని వారి వెంట ఉండాలని నిధులు విడుదల ఎంతవరకు పోరాటం చేయాలని బీసీ సంఘాల పక్షాన తమరికి విజ్ఞప్తి చేస్తున్నాం.

ఘనంగా మాజీ కౌన్సిలర్ గౌరీ శంకర్ జన్మదిన వేడుకలు

ప్రత్యక్ష సాక్షి, అచ్చంపేట

కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకుడు, మాజీ కౌన్సిలర్ గౌరీ శంకర్ జన్మదిన వేడుకలను పట్టణంలోని ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో శుక్రవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. నల్లమల ముద్దు బిడ్డ ఎమ్మెల్యే డాక్టర్ చిక్కుడు వంశీకృష్ణ సమక్షంలో కేక్ కట్ చేసి జన్మదిన వేడుకలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే బాలు నాయక్, ఎమ్మెల్సీ శంకర్ నాయక్, నాయకులు మల్లేష్, ఖాదర్ పాషా పాల్గొన్నారు.

కోటగిరి ఉమ్మడి మండల నూతన ఎస్సైగా బాధ్యతలు స్వీకరించిన జి శ్రీనివాస్..

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్

నిజామాబాద్ జిల్లా కోటగిరి పోలీస్ స్టేషన్ లో గత సంవత్సరాలుగా ఎస్సైగా సునీల్ బాధ్యతలు నిర్వహించారు ఆయన స్థానంలో నూతన ఎస్సైగా జి శ్రీనివాస్ బాధ్యతలు స్వీకరించారు ఈ సందర్భంగా పోతంగల్ మండల బిఆర్ఎస్ నాయకుడు ఆధ్వర్యంలో ఎస్సై జి శ్రీనివాస్ గారికి చిరు సన్మాన కార్యక్రమం చేయడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో డాక్టర్ ఎంఎ హకీమ్ సామాజిక సేవ కర్త, జుమ్మాఖన్, షేరు, మాజీ కోఆప్షన్ నెంబర్ ఇస్మాయిల్, సురేష్ పటేల్, హనుమాన్లు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరంగల్ పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని...ఎస్ఐఆర్ ఎన్యూమరేషన్ పూర్తి

సాయి.. ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సవరణ (ఎస్ఐఆర్) కార్యక్ర మంలో భాగంగా వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి, వారి కుటుంబ సభ్యుల ఓటరు వివరాల ఎన్యూమ రేషన్ ప్రక్రియను అధికారులు శుక్రవారం పూర్తి చేశారు. బాల సముద్రంలోని ఎమ్మెల్యే క్యాంపు కార్యాలయంలో నిర్వహించిన ఈ ప్రక్రియలో అధికారులు ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి ,వారి కుటుంబ సభ్యుల వివరాలను సేకరించి నమోదు చేశారు. ఈ కార్యక్ర మంలో ఆర్డీఓ వెంకటేష్, ఎంఆర్ఓ రవీందర్ రెడ్డి, నాయబ్ తహసీల్దార్ (ఎన్నికలు) విఠలేశ్వర్, ఆర్ఐ దశరథ్ రామ్ రెడ్డి ,స్థానిక బీఎల్వో సరస్వతి పాల్గొని అవసరమైన వివరాలను నమోదు చేశారు. ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియ పారదర్శకంగా, నిబంధ నల మేరకు కొనసాగుతోందని

అధికారులు తెలిపారు. ఓటర్లం దరూ తమ వివరాలను సక్ర మంగా నమోదు చేసుకుని ఓటు హక్కును పరిరక్షించు కోవాలని ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాయిని సూచించారు.

బస్‌స్టాండ్ నిర్మాణ పనులను త్వరగా పూర్తి చేయాలి

కుడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్ నగర ప్రజలకు మెరుగైన రవాణా సౌకర్యాలు కల్పించడమే లక్ష్యంగా స్మార్ట్ సిటీ ప్రాజెక్టులో భాగంగా రూ. 75 కోట్ల వ్యయంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా చేపట్టిన వరంగల్ నూతన బస్ స్టాండ్ నిర్మాణ పనులను వరంగల్ కాకతీయ పట్టణాభి వృద్ధి సంస్థ (కుడా) చైర్మన్, హనుమకొండ డీసీసీ అధ్యక్షులు ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి క్షేత్రస్థాయిలో పరిశీలించారు. ఆయన కుడా అధికారులు, ఇంజనీరింగ్ సిబ్బందితో కలిసి నిర్మాణ స్థలాన్ని సందర్శించా రు. ఈ సందర్భంగా ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలోని ప్రజా ప్రభు త్వం వరంగల్ నగర సర్వతో ముఖాభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉందన్నారు. వరంగల్ పాత బస్ స్టాండ్ స్థానంలో అన్ని రకాల ఆధునిక హంగులు, ప్రయాణికులకు అవసరమైన సకల సదు పాయాలతో ఈ నూతన బస్ స్టాండ్ కాంప్లెక్స్ రూపుదిద్దు కుంటోందని తెలిపారు.

గత కొంతకాలంగా వివిధ కారణాల వల్ల నిలిచి పోయిన లేదా మందకొడిగా సాగుతున్న పనులను వేగవం తం చేసి, ప్రజలకు అందు బాటులోకి తీసుకు రావడమే తమ ప్రాధాన్యత అని స్పష్టం చేశారు. నిర్మాణ పనుల్లో ఎక్కడా నాణ్యతా ప్రమాణాలు లోపించకుండా చూడాలని, వర్షాకాలాన్ని దృష్టిలో ఉంచు కుని పనుల్లో మరింత వేగం పెంచాలని సంబంధిత కాంట్రాక్ట్ ఏజెన్సీలను, అధికారులను ఆయన ఆదేశించారు. ప్రయాణి కులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా బస్ బేలు, వెయి టింగ్ హాళ్లు, అత్యాధునిక రవాణా వసతులను సకాలం లో పూర్తి చేసి, నిర్ణీత గడువు లోగా నూతన బస్ స్టాండ్‌ను ప్రారంభించేందుకు చర్యలు తీసుకోవాలని అధికారులకు సూచించారు. వరంగల్ నగరాన్ని అద్భుతమైన ఐటీ మరియు పర్యాటక హబ్‌గా తీర్చిదిద్దే క్రమంలో మెరుగైన రవాణా వ్యవస్థ ఎంతో కీలక మని, ఇందుకోసం కుడా ఆధ్వర్యంలో మరిన్ని అభివృద్ధి కార్యక్రమా లు చేపడుతున్నట్లు ఈ సందర్భంగా వెంకట్రామ్ రెడ్డి వెల్లడించారు.

printed,published and owned by Kandukuri Parameshwar Rao, printed at Rimsha printers,. H .no 5-16/1, Algunoor,Mandal Thimmapur, Dist Karimnagar (TS) place of Publication H.NO.1-2-31/4/B/1 krishna nagar jagital dist(TS).cell no.99892 88546, Editor K.Parameshwar rao. RNI No.APTEL/2011/38267. kprao1961@gmail.com