ప్రత్యక్ష సాక్షి

తెలుగు దినపత్రిక

RNI No.APTEL/2011/38267

సంపుటి : 15 సంచిక : 310 బుధవారం 01-07-2026

ఎడిటర్ : కందుకూరి పరమేశ్వర్‌రావు, M.A. పేజీలు : 4 వెల : రూ2/-

విలేకరులు కావలెను

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

సంప్రదించండి : సెల్ : 99892 88546

పుష్కరాలకు వచ్చే భక్తులకు సౌకర్యాల కల్పన లక్ష్యం..

రాష్ట్ర సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

2027లో జరిగే గోదావరి పుష్కరాలు వచ్చే భక్తులకు అన్ని రకాల సౌకర్యాలు కల్పించడమే లక్ష్యంగా ముందుకు సాగుతున్నమని రాష్ట్ర సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ అన్నారు. పుష్కరాలకు వచ్చే భక్తుల కోరకు తీసుకోవాల్సిన చర్యలపై మంగళవారం ప్రైవేట్ కన్సల్టెన్సీ ప్రతినిధులతో గోదావరి తీరంలో మంత్రి పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మంత్రి అడ్లూరి మాట్లాడుతూ 2027 లో నిర్వహించే గోదావరి పుష్కరాలను అత్యంత వైభవంగా నిర్వహించడానికి రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ఏర్పాటు చేస్తుందని మంత్రి తెలిపారు. బాసర నుంచి భద్రాచలం వరకు గోదావరి తీరంలో ఆలయాల అభివృద్ధి మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు ఇప్పటికి ప్రభుత్వం రూ. వెయ్యి కోట్లు కేటాయించిందని మంత్రి తెలిపారు. ఇందులో ధర్మపురి నియోజకవర్గానికి రూ. 117 కోట్లు కేటాయించినట్లు మంత్రి వివరించారు.

ధర్మపురి క్షేత్రానికి పుష్కర స్నానాలు ఆచరించే భక్తులకు ఏలాంటి అసౌకర్యాలు కలగకుండా చర్యలు తీసుకుంటామని మంత్రి తెలిపారు. పుష్కరాలకు వచ్చే భక్తుల కొరకు తాగునీటి సౌకర్యం, డ్రెస్సింగ్ రూమ్స్, మరుగుదొడ్ల సౌకర్యం, పారిశుద్ధ్య పనుల నిర్వహణ కొరకు గత గోదావరి పుష్కరాలకు, కృష్ణ పుష్కరాలకు పనులు చేసిన ప్రతినిధులతో కలిసి ఈరోజు పరిశీలించినట్లు మంత్రి తెలిపారు. మౌలిక సదుపాయాల కల్పనకు చేయాల్సిన ఏర్పాట్లపై కన్సల్టెన్సీ ప్రతినిధులు పూర్తిస్థాయి నివేదిక అందజేస్తారని మంత్రి తెలిపారు. ఈ నివేదిక ఆధారంగా ప్రభుత్వం నుండి అదనపు నిధులు తీసుకువచ్చి భక్తులకు అన్ని రకాల సౌకర్యాలు కల్పించడానికి చర్యలు తీసుకుంటామని మంత్రి వివరించారు. మంత్రి వెంట జగిత్యాల జిల్లా గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ సంగనభట్ల దినేష్ తోపాటు వేముల రాజు ధర్మపురి మున్సిపల్ వైస్ చైర్మన్ రామన్న , వార్డు కౌన్సిలర్లు చీపిరిశెట్టి రాజేష్, అయ్యోరి గోపాల్, పవన్, ప్రశాంత్, వోజ్జల లక్ష్మణ్ లతో పాటు జక్కు రవీందర్, శ్రీనివాస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

బీజేపీ నేతలు అసత్య ప్రచారం మానుకోవాలి..

వరంగల్ అభివృద్ధిపై బహిరంగ చర్చకు సిద్ధం : పశ్చిమ ఎమ్మెల్యే నాయిని

పదేళ్లలో తెలంగాణకు చేసిన మేలేమిటో చెప్పే ధైర్యం బీజేపీకి ఉందా..?

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్‌లో జరిగిన బీజేపీ సభలో కేంద్ర మంత్రులు కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్ చేసిన వ్యాఖ్యలు వాస్తవాలకు దూరం గా, ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టిం చే ప్రయత్నమని వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి తీవ్రం గా విమర్శించారు. మంగళ వారం మీడియాతో మాట్లాడు తూ ఎమ్మెల్యే నాయిని, బండి సంజయ్, కిషన్ రెడ్డి మాట్లాడు తున్న మాటలు వింటే ప్రజలు నవ్వుకుంటున్నారని అన్నారు. పదేళ్లపాటు బీఆర్ఎస్‌తో ప్రత్యక్ష, పరోక్ష రాజకీయ అనుబంధం కొనసాగించిన బీజేపీ తెలంగాణకు ఏం సాధించిందో ముందు ప్రజలకు చెప్పాలని డిమాండ్ చేశారు.

మామునూరు విమానాశ్రయ భూసేకరణ కోసం రూ.300 కోట్ల నిధులు కేటాయించి ప్రక్రియను వేగవంతం చేసింది ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి నాయకత్వంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వమేనని స్పష్టం చేశారు. ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లాలో అభివృద్ధి పనులు వేగంగా కొనసాగుతున్నాయని, ప్రజలు ఆ మార్పును ప్రత్యక్షంగా చూస్తున్నారని పేర్కొన్నారు.

వరంగల్ అభివృద్ధిపై నిజంగా చిత్తశుద్ధి ఉంటే ప్రజల సమక్షం లో బహిరంగ చర్చకు రావాలని కేంద్ర మంత్రులు కిషన్ రెడ్డి, బండి సంజయ్‌లకు ఎమ్మెల్యే నాయిని సవాల్ విసిరారు. "తేదీ, సమయం మీరే నిర్ణయిం చండి... కాంగ్రెస్ పార్టీ చర్చకు సిద్ధంగా ఉంది. వరంగల్‌కు ఎవరు ఏం చేశారో ప్రజల ముందే చర్చిద్దాం" అని అన్నారు. బీజేపీ పాలనలో జరిగిన పేపర్ లీకేజీలతో లక్షలాది మంది నిరుద్యోగుల భవిష్యత్తు అంధకారంలోకి నెట్టబడిందని విమర్శించారు. స్మార్ట్ సిటీ నిధులను సక్రమంగా వినియోగించడంలో వైఫల్యం కారణంగా వరంగల్‌కు రావాల్సిన నిధులు వెనక్కి వెళ్లిపోయాయని ఆరోపించారు.

వరంగల్ అభివృద్ధిని అడ్డు కున్న చరిత్ర బీజేపీ, బీఆర్ఎస్ పార్టీలదేనని పేర్కొన్న ఎమ్మెల్యే కేంద్ర ప్రభుత్వం విడుదల చేసే నిధులు బీజేపీ నాయకుల సొంత సొమ్ము కాదని, దేశ ప్రజలు చెల్లించే పన్నుల ద్వారానే వస్తాయని స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణకు కేంద్ర ప్రభుత్వం చేసిన అన్యాయా లపై సమాధానం చెప్పకుండా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంపై విమర్శలు చేయడం ప్రజలను మభ్యపెట్టే ప్రయత్నమేనని అన్నారు. అసత్య ప్రచారాలు మానుకుని వాస్తవాలతో మాట్లాడాలని బీజేపీ నాయకులకు సూచించా రు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారం లోకి వచ్చిన తర్వాత వరంగల్ అభివృద్ధి కొత్త వేగాన్ని అందు కుందని, విమర్శలు చేసే ముందు బీజేపీ నేతలు తమ పదేళ్ల పాలనలో తెలంగాణకు సాధించిన ఒక్క ప్రధాన అభివృద్ధి పనినైనా ప్రజలకు వివరించాలని ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి డిమాండ్ చేశారు.

తడిబట్టలతో భద్రకాళి అమ్మవారి మీద ప్రమాణానికి నేను వస్తా... మీరు సిద్ధమా..?

దమ్ముంటే, అవినీతి చేయకుంటే శుక్రవారం రోజున సవాల్ స్వీకరించి గుడికి రండి..

ఇనగాల వెంకట్రామిరెడ్డికి సవాల్ చేసిన కుడా మాజీ చైర్మన్ మర్రి యాదవ రెడ్డి

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

కుడా ఇటీవల వేలం వేసిన స్థలం (బాలసముద్రంలోని ప్రెస్ క్లబ్ వెనకాల) వద్ద బీఆర్ఎస్ నాయకులతో కలిసి మీడియా తో మాట్లాడారు. ఈ సందర్భం గా మర్రి యాదవ రెడ్డి మాట్లాడుతూ..జూన్ 21న కాకతీయ పట్టణాభివృద్ధి సంస్థ బాలసముద్రంలోని 2 ఎకరాల 27 గుంటల స్థలాన్ని వేలం వేసింది. ఆ స్థలం వేలంలో విషయంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీగా మేము వేలంలో అవినీతి జరిగిందని ఆరోపణలు చేశాం. కుడాకు 50 కోట్ల నష్టం జరిగిందని, బహిరంగ మార్కెట్‌లో 1,50,000 గజం స్థలాన్ని కేవలం 66 వేలు, 67 వేలు, 69 వేలకు వేలం వేయడం వెనక సిండికేట్ ఉందని విమర్శలు చేశాం. కుడా వేలంలో అవినీతి జరిగిందని మేము మీడియా ముఖంగా మాట్లాడాం కానీ బాధ్యతగల పదవిలో ఉన్న వారు వేలం మీద మాట్లాడ కుండా మాపై చిల్లర మాటలు మాట్లాడారు.

నాపై, మా మాజీ శాసనసభ్యులు దాస్యం వినయ్ భాస్కర్ పై అవాకులు చెవాలు పేలారు. దమ్ముంటే, మీరు అవినీతి చేయకపోతే నేను సవాల్ విసురుతున్న ఈ శుక్రవారం రోజున ఓరుగల్లు ఇలవేల్పు భద్రకాళి అమ్మవారి గుడికి రండి..అవినీతి జరిగిం దని, తడి బట్టల స్నానం చేసి అమ్మవారి మీద ప్రమాణం చేస్తాను. మీరు అవినీతి చేయకపోతే తడిబట్టల స్నానం చేసి అమ్మవారి మీద ప్రమాణం చేయండి..నిజాయితీ పరులైతే మా సవాల్‌ను స్వీకరించండి. మళ్లీ మాపై విమర్శలు కాకుం డా మీ చిత్తశుద్ధిని నిరూపించు కోండి...గుడికి రావాలని ఇనగాల వెంకటరామిరెడ్డికి, యాదవ రెడ్డి సవాల్ చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో మైనార్టీ కమిషన్ మాజీ సభ్యులు దర్శన్ సింగ్, సీనియర్ నాయకులు నార్లగిరి రమేష్, నయీమొద్దీన్, రామ్మూర్తి, తండమల్ల వేణు, మాజీ కార్పొరేటర్లు ఉడతల సారంగ పాణి, మేకల బాబు రావు, సోదా కిరణ్, సంకు నర్సింగ రావు, నాయకులు పుష్ప, సదాంత్, ఖలీల్, ఇస్మాయిల్, రాజేష్, తక్కళ్లపల్లి వినీల్ రావు డా. కంజర్ల మనోజ్ కుమార్, ఎస్కే మహమూద్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మున్సిపల్ కార్మికులను పర్మినెంట్ చేయకపోతే ఆందోళనలు ఉధృతం చేస్తాం..

సిఐటియు నేతలు రాగుల రమేష్.. టి. ఉప్పలయ్య

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

తెలంగాణ రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా పారిశుద్ధ్య పనులు నిర్వహిస్తు న్న 65 వేల మంది మున్సిపల్ కార్మికులకు 26 వేల కనీస వేతనాలు అమలు చేయాలని, మున్సి పల్ కార్మికులను పర్మినెంట్ చేయాలని శాశ్వత పనులకు శాశ్వత ఉద్యోగులను నియ మించాలని,సుప్రీంకోర్టు ఇచ్చిన తీర్పు కనుగుణంగా పట్టణాలు, నగరాలలో పనిచేస్తున్న సేవలు, పారిశుద్ధ్య పనులు, శాశ్వత ప్రాతిపదిక పనులు కాబట్టి వెంటనే తెలంగాణ రాష్ట్రంలో మున్సిపల్ కార్మికులను పర్మినెంట్ చేయాలని డిమాండ్ చేస్తూ 8 గంటల పని విధానా న్ని అమలు చేయాలని, లేబర్ కోడ్స్ లో భాగంగా తెస్తున్న 12 గంటల పని విధానాన్ని రద్దు చేయాలని, కార్మిక చట్టాలను అమలు చేయాలని, పరకాల పట్టణంలో తొలగించిన 20 మంది కార్మికుల కుటుంబాలను నుండి వెంటనే రీప్లే చేయాలని, రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఇచ్చిన పిలుపులో భాగంగా ఈరోజు జూన్ 30న సిఐటియు మున్సిపల్ యూనియన్ ఆధ్వర్యంలో ఉదయం 11 గంటల నుండి హనుమకొండ అంబేద్కర్ విగ్రహం నుండి వందలాదిమంది మున్సిపల్ కార్మికులు ప్రదర్శనగా బయలు దేరి రాంనగర్ లోని మంత్రి కొండా సురేఖ ఇంటిని ముట్టడించి ధర్నా చేయడం జరిగింది.

ఈ యొక్క కార్యక్రమానికి సిఐటియు మున్సిపల్ యూనియన్ జిల్లా అధ్యక్షులు ఆర్ కోటిఈశ్వర్ అధ్యక్షత వహించగా, సిఐటియు హనుమకొండ జిల్లా అధ్యక్ష కార్యదర్శులు టి ఉప్పలయ్య రాగుల రమేష్ జిల్లా కోశాధికారి బొట్ల చక్రపాణి ముఖ్య అతిథులుగా పాల్గొని మాట్లాడడం జరిగింది. కామ్రేడ్ రాగుల రమేష్ మాట్లాడుతూ కేంద్రంలో బిజెపి ప్రభుత్వం రాష్ట్రంలోని కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వా లు రెండు కూడా దేశంలో రాష్ట్రంలో కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలకు పాల్పడుతూ పరిపాలన కొనసాగిస్తున్నాయని విమర్శించారు. అలాగే కేంద్ర బిజెపి ప్రభుత్వం 44 కార్మిక చట్టాలు రద్దుచేసి కార్పొరేట్ సంస్థలకు దోచి పెట్టేందుకు నాలుగు లేబర్ కోడ్స్ ను తెచ్చి కార్మిక వర్గానికి ఉరితాలుగా మారాయని రమేష్ విమర్శిం చారు. అంతేకాదు కేంద్ర బిజెపి లేబర్ కోడ్స్ తెస్తే తెలంగాణలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం వాటిని అమలు చేస్తూ ఎనిమిది గంటల పనిని 10 గంటలుగా మారుస్తూ నిండు అసెంబ్లీలో తీర్మానం చేయడం జరిగిందని అందుకే బిజెపికి కాంగ్రెస్కి పెద్ద తేడా లేదని కార్మిక వ్యతిరేక విధానాలలో దొందూ దొందే అని తీవ్రంగా విమర్శించారు. టి. ఉప్పలయ్య మాట్లాడుతూ, గత అసెంబ్లీ ఎన్నికల ముందు కాంగ్రెస్ పార్టీ మేము అధికారం లోకి వస్తే మున్సిపల్ కార్మికు లకు 26,000 కనీస వేతనం అమలు చేస్తామని కాంట్రాక్ట్ ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికులందరినీ పర్మినెంట్ చేస్తామని ఎన్నికల మేనిఫెస్టోలోను హామీ ఇవ్వడం జరిగిందని అధికారంలోకి వచ్చాక కార్మికులకు ఇచ్చిన వాగ్దానాలను గాలికి వదిలేసి ఈరోజు ఉద్యోగులు కార్మికులకు రెండవ పిఆర్సి ప్రకటించకుండా కార్మికుల జీవితాలతో చెలగాట మాడుతున్నారని ఉప్పలయ్య విమర్శించారు. ఈ రాష్ట్రంలో మున్సిపల్ కార్మికులు తెల్లవారక ముందే లేచి అందరికన్నా ఎక్కువగా పని చేస్తూ అందరికన్నా తక్కువ జీతాలు పొందుతూ తమ ఆరోగ్యాలను పణంగా పెట్టి ఈ రాష్ట్ర ప్రజల ఆరోగ్యాలను కాపాడుతూ కార్మికులు బలవుతూ పనిచేస్తున్న మున్సిపల్ కార్మికులకు కనీస వేతనాలు పెర్మనెంట్ చేయడానికి మనసు రావడంలేదని విమర్శించారు.

బొట్ల చక్రపాణి మాట్లాడుతూ, మున్సిపల్ పారిశుద్ధ్య కార్మికు లు తమ న్యాయమైన డిమాండ్లను పరిష్కరించేంత వరకు ఐక్యంగా మిలిటెంట్ పోరాటాలు నిర్వహించాలని అన్నారు. మన పక్క రాష్ట్ర మైన ఆంధ్రప్రదేశ్లో 24 వేల కనీస వేతనాలు పొందుతు న్నారని దేశంలో రాజస్థాన్ హర్యానా పంజాబ్ ఒరిస్సాలో కాంట్రాక్ట్ ఔట్సోర్సింగ్ కార్మికు లను పెర్మనెంట్ చేయడం జరిగిందని తెలంగాణ రాష్ట్రం లో కూడా పెర్మనెంట్ చేయాలని అందుకోసం మున్సిపల్ కార్మికులు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా చలో హైదరాబాద్ లాంటి పెద్ద ఉద్యమాలు అవసరమైతే సమ్మె చేయడానికి అయినా కార్మికులు సిద్ధపడాలని అట్లయితేనే ఈ మొండి ప్రభుత్వం దిగిరాక తప్పదని హెచ్చరించారు. అనంతరం డిమాండ్లతో కూడిన మెమొరండం మాజీ ఎమ్మెల్సీ కొండా మురళి కి మెమోరాండం ఇవ్వడం జరిగింది. ఈ యొక్క కార్యక్రమంలో సిఐటియు మున్సిపల్ యూనియన్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు ఆర్ కోటీశ్వర్ బరుపట్ల మహేష్ జిల్లా కోశాధికారి వై బాబు, మున్నంగి రఘు, ఎర్ర నరేష్, కొట్టే మల్లయ్య, టి సునీల్, మంద అనిల్, పరకాల పట్టణ అధ్యక్ష కార్యదర్శులు మడికొండ ప్రమోద్, సిహెచ్ నాగరాజు, ఐలయ్య, సుమన్, హనుమకొండ జిల్లా నాయకు లు శ్రీధర్, సంఘాల రాజు, మైదం కుమార్, మంద చిన్ని, అనిల్, సువర్ణ, శ్రీలత, బాంధవి, ఎస్ బిక్షపతి, ఎర్ర సుధాకర్, ఎలేందర్, ఎం రవి, ఎర్ర కిరణ్ శ్యాంసుందర్, సుజాత, డి తిరుమల, సంఘాల కొర్నిల్ తో పాటు వందలాది మంది కార్మికులు పాల్గొన్నారు.

చతులాపూర్ గ్రామ డంపింగ్ యార్డ్‌ను సందర్శించిన అదనపు కలెక్టర్

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని చత్లాపూర్ గ్రామంలో డంపింగ్ యార్డును ఆకస్మికంగా అదనపు జిల్లా కలెక్టర్ పి.చంద్రయ్య సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ కమిషనర్,తుంగపిండి రాజలింగు, ఇన్‌చార్జి శానిటరీ ఇన్‌స్పెక్టర్, ఈ. వసంత్ ఎన్విరాన్‌మెంటల్ ఇంజనీర్ ఎం. గోపీకృష్ణ, డంపింగ్ యార్డు నిర్వహణ, ఘన వ్యర్థాల నిర్వహణ విధానాలను అదనపు జిల్లా కలెక్టర్ కు వివరించారు. సందర్శన సందర్భంగా స్వచ్ఛ సర్వేక్షణ్ 2026 మార్గదర్శకాల ప్రకారం తడి చెత్త,పొడి చెత్త, హానికర వ్యర్థాలు శానిటరీ వ్యర్థాలను తప్పనిసరిగా వేర్వేరుగా సేకరించి శాస్త్రీయ పద్ధతిలో నిర్వహించేలా అవసరమైన ఏర్పాట్లు చేయాలని అదనపు జిల్లా కలెక్టర్ అధికారులకు సూచించారు. అలాగే డంపింగ్ యార్డులో పరిశుభ్రతను మరింత మెరుగుపరచడంతో పాటు ఘన వ్యర్థాల నిర్వహణను నిబంధనలకు అనుగుణంగా చేపట్టాలని ఆదేశించారు.

అనంతరం అదనపు జిల్లా కలెక్టర్ మందమర్రి మున్సిపల్ కార్యాలయాన్ని సందర్శించి, ఇటీవల అకౌంట్స్ విభాగంలో కుంగిన ప్రాంతాన్ని పరిశీలించారు. భవిష్యత్తులో ఇటువంటి సంఘటనలు పునరావృతం కాకుండా అవసరమైన భద్రతా చర్యలు చేపట్టాలని,కార్యాలయ నిర్వహణను మరింత పటిష్ఠంగా నిర్వహించాలని అధికారులకు పలు సూచనలు చేశారు. మున్సిపల్ కార్యాలయ ఆవరణలోని మీ సేవా కేంద్రాన్ని సందర్శించి,అక్కడ సేవలు పొందుతున్న ప్రజలతో మాట్లాడి అందిస్తున్న సేవలపై ఆరా తీశారు. ప్రజలకు మరింత వేగవంతమైన, పారదర్శకమైన నాణ్యమైన సేవలు అందించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని సంబంధిత అధికారులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో రెవెన్యూ అధికారి పి. కృష్ణ ప్రసాద్ మున్సిపల్ మేనేజర్ శ్రీమతి ఈ. రాజేశ్వరి, సంబంధిత అధికారులు, మున్సిపల్ సిబ్బంది పలువురు, పాల్గొన్నారు.

విత్తన జీవితం.. దేశానికి రైతు సేవ అంకితం

జూలై 1...ప్రపంచ వ్యవసాయ దినోత్సవం

ప్రతి సంవత్సరం జూలై 1న నిర్వహించే ప్రపంచ వ్యవసాయ దినోత్సవం, మానవ జాతి జీవనాధారమైన వ్యవసాయ రంగ ప్రాముఖ్యతను గుర్తుచేసే సందర్భం. ఈ రోజు అన్నదాతల కృషిని గౌరవించడం, వ్యవసాయ రంగానికి అంకితభావంతో పని చేసే ప్రతి ఒక్కరికి అభినందన తెలిపే ఉదాత్త సందేశాన్ని ప్రసారం చేస్తుంది. ఇది కేవలం ఒక దినోత్సవం మాత్రమే కాదు... భవిష్యత్తు ఆహార భద్రతకు, పర్యావరణ పరిరక్షణకు, గ్రామీణాభివృద్ధికి, సమాజ సమతుల్యతకు మూలమైన వ్యవసాయాన్ని మనస్ఫూర్తిగా ఆలోచించే రోజు. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా ప్రతి సంవత్సరం జూలై 1న ప్రపంచ వ్యవసాయ దినోత్సవాన్ని నిర్వహించడం ఒక భావోద్వేగ పూరిత సందేశాన్ని అందిస్తుంది. వ్యవసాయ రంగం కేవలం ఆహారం పండించే వృత్తిగా మాత్రమే కాకుండా మానవ జీవన రేఖగా, పర్యావరణ పరిరక్షకంగా, సమాజాభివృద్ధికి ప్రేరణగా నిలుస్తోంది. ఈ దినోత్సవం సందర్భంగా అన్నదాతల కృషికి అభినందన తెలుపుతూ, భవిష్యత్ సవాళ్లను పరిష్కరించే దిశగా సామూహిక చింతన అవసరమవుతుంది. వ్యవసాయం కేవలం పంటలు పండించడం అనే అర్థానికి మాత్రమే పరిమితమయ్యే రంగం కాదు. ఇది ఆర్థిక వ్యవస్థకు వెన్నెముక, కోట్లాది మందికి ఉపాధి మార్గం, సమాజ సంస్కృతికి ప్రాణనాడి, పర్యావరణ సమతుల్యతకు నిర్ధారక శక్తి. గ్రామీణ జీవితానికి పునాది వేసే వ్యవసాయం మన సంస్కృతి, ఆచారాలతో సైతం జతపడి ఉంది. పండుగలు, పంటల కట్టుబాట్లు, వర్షాకాలపు వేడుకలు అన్నీ వ్యవసాయ దశల ఆధారంగా రూపుదిద్దుకున్నవే.

వ్యవసాయ రంగం ప్రపంచ జనాభాలో దాదాపు 26 శాతం మంది ఉద్యోగ అవకాశాలపై ప్రభావం చూపుతోంది. ప్రపంచ వ్యాప్తంగా రెండు బిలియన్ మందికి పైగా ప్రజలు నేరుగా వ్యవసాయ సంబంధిత రంగాల్లో పని చేస్తున్నారు. భారతదేశంలోనే సుమారు 54 శాతం మంది ప్రజలు వ్యవసాయంపై ఆధారపడి జీవిస్తున్నారు. 2023--24 గణాంకాల ప్రకారం భారత దేశంలో వ్యవసాయ రంగం జాతీయ స్థూల ఉత్పత్తిలో (+ఇూ) సుమారు 18.3 శాతం వాటా కలిగి ఉంది. ఈ రంగం ద్వారా ముడి సరుకులు, ఆహారం, జాతికి జీవనాధారం లభించడమే కాకుండా, పలు పరిశ్రమలకు మౌలిక మద్దతు లభిస్తోంది. ఉదాహరణకు, పత్తి, చెరకు, నూనె గింజలు, ధాన్యాలు వంటి పంటల ద్వారా వస్త్ర, చక్కెర, నూనె పరిశ్రమలు అభివృద్ధి చెందుతున్నాయి. వ్యవసాయ రంగం ఎదుర్కొంటున్న ప్రధాన సవాళ్లలో వాతావరణ మార్పులు కీలకంగా ఉన్నాయి. అంతర్జాతీయ స్థాయిలో ఉష్ణోగ్రతలు పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో పంటల దిగుబడిపై దుష్ప్రభావం పడుతోంది. ఐపీసీసీ నివేదికల ప్రకారం 2050 నాటికి వర్షాధారిత సాగు ప్రాంతాలలో 10--25 శాతం దిగుబడి తగ్గే ప్రమాదం ఉంది. భారత దేశంలో తూర్పు రాష్ట్రాల నుంచి పశ్చిమ ప్రాంతాల దాకా వాతావరణ అస్థిరతలు రైతులకు నష్టాలను కలిగిస్తున్నాయి. నీటి కొరత, భూసార హీనత, వ్యవసాయ రుణ భారం, మార్కెటింగ్ లో అసమతుల్యత, మధ్యవర్తుల వలయంలో రైతు ఆదాయం తగ్గిపోవడం వంటి అంశాలు రైతుల ఆత్మవిశ్వాసాన్ని దెబ్బతీస్తున్నాయి. ఇంకా, భారత దేశంలో రైతు ఆదాయం నామమాత్రంగా పెరుగుతోంది. 2017 నుండి 2023 మధ్య కాలంలో దేశ వ్యాప్తంగా రైతుల సగటు నెలవారీ ఆదాయం రూ. 8,000--10,000 మధ్యగానే ఉందని 'ఎన్ఎస్ఎస్ఓ' నివేదికలు సూచిస్తున్నాయి. ఈ ఆదాయంతో కుటుంబ ఖర్చులు, విత్తనాలు, ఎరువులు, కూలీల ఖర్చులు మిళితం చేస్తే వ్యవసాయాన్ని కొనసాగించటం చాలా కష్టమైనదిగా మారింది. ఫలితంగా యువత వ్యవసాయాన్ని వదిలి ఇతర రంగాల్లో ఉద్యోగాల కోసం వలస బాట పడుతున్నారు.

ప్రపంచ జనాభా వేగంగా పెరుగుతున్న నేపథ్యంలో, భవిష్యత్తు ఆహార అవసరాలను తీర్చాలంటే వ్యవసాయ రంగం సామర్థ్యాన్ని గణనీయంగా అభివృద్ధి చేయాల్సిన అవసరం ఉంది. వ్యవసాయ రంగానికి ఆధునికతను చేర్చడం అత్యవసరమవుతోంది. స్మార్ట్ ఫార్మింగ్, డ్రోన్ సాంకేతికత, భూసార పరీక్షా పద్ధతులు, మైక్రో ఇరిగేషన్ పద్ధతులు, డిజిటల్ మార్కెట్ ప్లాట్‌ఫామ్‌లు, రైతు ఉత్పత్తిదారుల సంస్థలు (ఖీూాం) వంటి ఆధునిక విధానాల ద్వారా వ్యవసాయాన్ని సమర్థవంతంగా తీర్చిదిద్దవచ్చు. దీనివల్ల నూతన తరం యువత వ్యవసాయాన్ని ఆదాయ సాధక రంగంగా భావించే అవకాశముంది. అంతేకాదు, సుస్థిర వ్యవసాయ విధానాలను అవలంబించడం ద్వారా పర్యావరణానికి హాని లేకుండా సాగు కొనసాగించవచ్చు. జీవ వ్యవసాయం, సహజ వ్యవసాయం, మల్చింగ్, ఇంటిగ్రేటెడ్ క్రాప్ మేనేజ్‌మెంట్ వంటి పద్ధతులు భవిష్యత్‌లో వ్యవసాయ భద్రతను నిర్ధారించ గలవు. ప్రపంచ వ్యవసాయ దినోత్సవం వ్యవసాయ రంగానికి నూతన దిశలను సూచించే, రైతులకు మానసిక, సాంకేతిక, ఆర్థిక మద్దతును చాటే ఒక చైతన్య దినంగా నిలవాలి. ఈ రోజు రైతు సమస్యలపై చర్చించడమే కాకుండా, సమగ్ర వ్యవసాయ విధానాలు, గవర్నెన్స్‌లో వ్యవసాయానికి ప్రాధాన్యత, విద్యా రంగంలో వ్యవసాయాన్ని ప్రధానాంశంగా చేర్చడం వంటి అంశాలపై దృష్టి సారించాలి. రైతు చెమటే మన దేశ అభివృద్ధికి మూలాధారం. ఆ చెమట విలువను గుర్తించడం, వ్యవసాయ రంగాన్ని ఆదునికతతో మేళవించడం మనందరి బాధ్యత. వ్యవసాయం మన వంటలపై మాత్రమే కాదు -- మన దేశపు భద్రత, మనుగడ, సమాజ సంస్కృతి, పర్యావరణపై ప్రభావం చూపే రంగం. అలాంటి రంగానికి అంకితమైన ఈ దినోత్సవాన్ని కేవలం జ్ఞాపకార్థ దినంగా కాక, రైతు జీవితాన్ని వెలిగించే ఉద్యమ దినంగా మలచుకుందాం.

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

పదవీ విరమణ అనంతరం ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించాలి..

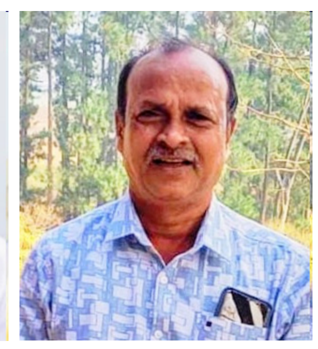
వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ సన్‌ప్రీత్ సింగ్

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

పదవీ విరమణ అనంతరం పోలీస్ అధికారులు తమ వ్యక్తిగత ఆరోగ్యం పట్ల శ్రద్ధ వహించాలని వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ తెలిపారు. వరంగల్ పోలీస్ కమిషనరేట్ పరిధిలో సుదీర్ఘ కాలంగా విధులు నిర్వ హించి నేడు పదవీవిరమణ చేస్తున్న పోలీస్ అధికారులను వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ ఘనంగా సత్కరించి జ్ఞాపిక లను అందజేసారు. పదవీ విరమణ చేసిన పోలీస్ అధికారులతో పాటు వారి కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్న ఈ కార్యక్రమములో వరంగల్ పోలీస్ కమిషనర్ మాట్లాడు తూ నేడు పదవీ విరమణ చేస్తున్న పోలీస్ అధికారులు బాధ్యతయుతమైన విధులు నిర్వర్తించడంతో పాటు నేటి తరం పోలీసులు అదర్శంగా నిలుస్తున్నారని,పదవీ కాలంలో శాంతి భద్రతల పరిరక్షణకై నిత్యం విధులకు అంకితమైన పోలీస్ అధికారులు ఇకపై తమ కుటుంబ సభ్యులతో ఎక్కువ సమయాన్ని గడపాల ని, భవిష్యత్తులో సేవ కార్యక్ర మాల్లో పాల్గోనాలని సిపి తెలిపారు.

పదవీ విరమణ పోందిన వారిలో అడిషినల్ డిసిపి రవి,ఎస్.ఐలు విజయ్ కుమార్, రాజయ్య, రవీందర్ రెడ్డి, విజయ్‌కుమార్, జనార్ధన్, ఆమరేందర్ రెడ్డి, లక్ష్మా రెడ్డి, సంపత్, రమేష్, ఏ.ఎస్.ఐలు రమేష్, రాంధన్, బుచ్చయ్య, నర్సింగ రావు, సత్తయ్య, హెడ్ కానిస్టేబుల్లు రవికుమార్, ప్రభాకర్, కుమార స్వామి, సత్యదేవ్, కానిస్టేబుళ్ళు గ్యామ, సుధాకర్, సలావుద్దీన్ వున్నారు. ఈ కార్యక్రమములో అదనపు డిసిపిలు సురేష్ కుమార్, శ్రీనివాస్, ఏసిపిలు అంతయ్య,సురేంద్ర, ఆర్.ఐలు సతీష్, స్పర్జన్ రాజ్, హన్మ కొండ ఇన్స్పెక్టర్ శివకుమార్, ఆర్.ఎస్.ఐ శ్రావణ్‌కుమార్‌తో ఇతర పోలీస్ సిబ్బంది పాల్గో న్నారు.

టీఎన్జీవోస్ యూనియన్ వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులుగా గాజే వేణుగోపాల్, కార్యదర్శిగా పాలకుర్తి సదానందం ఎన్నిక..



ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగసాయిపేట

టీఎన్జీవోస్ యూనియన్ వరంగల్ జిల్లా అత్యవసర కార్యవర్గ సమావేశం మంగళ వారం రోజున టీయన్జీ ఓస్ భవన్ లో జిల్లా అధ్యక్షులు గజ్జల రామ్ కిషన్ అధ్యక్షతన జరిగింది ఈ కార్యక్రమానికి పరిశీలకులుగా కేంద్ర సంఘ సహ అధ్యక్షులు సత్యనారాయణ గౌడ్ గారు ,విచ్చేసి రామ్ కిషన్ వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు గారు ఈనెల 30వ తేదీన పదవీ విరమణ చేయుచున్న సందర్భంగా ఏర్పడుతున్న జిల్లా అధ్యక్షులు ఖాళీ నీ ప్రస్తుతం జిల్లా కార్యదర్శిగా ఉన్నటువంటి గాజే వేణుగోపాల్ ను జిల్లా అధ్యక్షులుగా, అలాగే కార్యదర్శిగా పాలకుర్తి సదానందంను, కోశాధికారిగా కిరణ్ కుమార్ ను నియమించినట్లు రామ్ కిషన్ తెలిపారు. నూతన జిల్లా అధ్యక్షులు గాజ వేణుగోపాల్ పశుసంవర్ధక శాఖలో వెటర్నరీ లైవ్ స్టాక్ ఆఫీసర్ గా విధులు నిర్వహిస్తున్నారు, సంఘంలో 22 సంవత్సరాలుగా వివిధ హోదాలలో పనిచేస్తూ ,ప్రస్తుతం టీఎన్జీవో జిల్లా కార్యదర్శిగా, గతంలో ఉమ్మడి వరంగల్ జిల్లా సహాయ కార్యదర్శిగా, టీఎన్జీవో వెటర్నరీ ఫోరం రాష్ట్ర అధ్యక్షులుగా, కోశాధికారిగా, సహాయ కార్యదర్శిగా అనేక పదవులు చేపట్టి సంఘం యొక్క అభ్యున్నతికి కృషి చేయడం వల్ల ఈ పదవి లభించడం జరిగింది.

ఈ సందర్భంగా నూతన జిల్లా అధ్యక్షులు వేణుగోపాల్ మాట్లాడుతూ తన పై నమ్మకం తో అధ్యక్షులు గా నియమించిన కేంద్ర సంఘ అధ్యక్షులు మారం జగదీశ్వర్, ప్రధాన కార్యదర్శి ఎస్ఎం ముజీబ్ హుస్సేన్ ,సహాధ్యక్షులు సత్యనారాయణ గౌడ్ , సహకరించిన వరంగల్ జిల్లా అధ్యక్షులు రామ్ కిషన్, హన్మకొండ జిల్లా అధ్యక్షులు ఆకుల రాజేందర్ , కేంద్ర సంఘ నాయకులు రాము నాయక్ , వేముల వెంకటేశ్వర్లు గారికి, ధన్యవాదాలు తెలుపడం జరిగింది. తనపై నమ్మకంతో జిల్లా అధ్యక్షుడిగా నియమించినందుకు సంఘ శ్రేయస్సు కోసం పాటుపడుతూ, జిల్లా ఉద్యోగుల సమస్యలను పరిష్కరించేందుకు కేంద్రంగా సంఘం ద్వారా కృషి చేస్తానని వారన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా కార్యదర్శి పాలకుర్తి సదానందం కోశాధికారి కిరణ్ కుమార్ మరియు సిటీ అధ్యక్షులు శంకేసి రాజేష్, జిల్లా కార్యవర్గం సభ్యులు వంశీధర్ బాబు, గద్దల రాజు, రమాదేవి, ఇంద్రాసిన రెడ్డి, రజినీకాంత్, శరత్, రామకృష్ణ, గణేష్, యూసఫ్, శ్రీజ్యోతి,సునీతా, పద్మ, కవిత,నాయర్,మరియు తలుక అధ్యక్ష కార్యదర్శులు పాల్గొనడం జరిగింది.

హత్య కేసులో నిందితుడి అరెస్టు : మందమర్రి సీఐ రమేష్

డి ఆర్ స్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి రామకృష్ణాపూర్

రామకృష్ణాపూర్ పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలోని బొక్కల గుట్టకు చెందిన గజ్జి వెంకటేష్ హత్య కేసులో నిందితుడు వడ్డేపల్లి రాజ్ కుమార్ ని అరెస్టు చేసినట్లు మందమర్రి సీఐ రమేశ్ తెలిపారు. రామకృష్ణాపూర్ పోలీస్ స్టేషన్ లో మంగళవారం ఏర్పాటు చేసిన విలేకరుల సమావేశంలో హత్యకు సంబంధించిన వివరాలను సీఐ వెల్లడించారు ఆయన తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. మందమర్రి మండలం బొక్కల గుట్ట గ్రామానికి చెందిన గజ్జి వెంకటేష్ అనే వ్యక్తిపై అదే గ్రామానికి చెందిన వడ్డేపల్లి రాజ్ కుమార్ ఆదివారం రాత్రి పాత గొడవలు మనసులో పెట్టుకుని గడ్డ కట్టిన సిమెంట్ బస్తాలతో కొట్టి హత్య చేశాడని నిందితుడుపై కేసు నమోదు చేసి అరెస్టు చేసినట్లు తెలిపారు ప్రజలు వ్యక్తిగత వివాదాలను హింసా లేకుండా చట్టపరమైన మార్గాలను ఆశ్రయించాలని రామకృష్ణాపూర్ పోలీసులు విజ్ఞప్తి చేశారు సమయస్ఫూర్తితో వ్యవహరించి నిందితున్ని పట్టుకోవడంలో ప్రతిభ కనపరచిన మందమర్రి సీఐ రమేష్ రామకృష్ణాపూర్ ఎస్సై శ్రీధర్ ని పోలీస్ సిబ్బందిని పోలీస్ ఉన్నత అధికారులు అభినందించారు.

రెండో రోజు కొనసాగుతున్న సింగరేణి అధికారుల సంఘం దీక్షలు..

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి సింగరేణి అధికారుల సంఘం పిలుపు మేరకు మందమర్రి ఏరియా అధికారుల సంఘం స్థానిక జీ.ఎం కార్యాలయం వద్ద రెండవ రోజు నిరసన కార్యక్రమాలు చేపట్టారు. రిలే నిరాహార దీక్షలో అధికారులు పాల్గొని వారు నిరసన వ్యక్తం చేశారు. మందమర్రి ఏరియా అధికారుల సంఘం అధ్యక్షుడు ఎస్.రమేష్ మాట్లాడుతూ మా ప్రధానమైన డిమాండ్లు అయిన రెండు సంవత్సరాల పిఆర్పి చెల్లింపులో జాప్యం ,పే అప్గ్రేషన్,ఫ్రీ ఎలక్ట్రిసిటీ, ఫీ రియంబర్స్మెంట్ ,అధికారుల ప్రమోషన్, బదిలల్లో పారదర్శకత సింగరేణికి రావలసిన బకాయిలు వెంటనే విడుదల చేయాల్సిందిగా కోరారు.

సింగరేణి అధికారులు తమ సొంత సంస్థగా భావించి సమయాభావం లేకుండా సింగరేణి అభివృద్ధికి తోడ్పడే అధికారులకు మంగళవారం నాడు చేసే విధంగా నిరసనలకు చేసే విధంగా పరిస్థితులు రావడం చాలా బాధాకరమని వారు తెలియజేశారు. గత నెల రోజుల నుంచి ఈ నిరసన కార్యక్రమాలు జరుగుతున్న యాజమాన్యంలో గాని, ప్రభుత్వం లో గాని ఎలాంటి చలనం లేకపోవడం అనేది గమనహర్రం ఇలాంటి పరిస్థితి ఇంకా ముందుకు ఇలానే జరిగితే సంస్థ మనుగడ మీదనే దెబ్బ పడే పరిస్థితి ఉందని వెంటనే యాజమాన్యం,ప్రభుత్వం మా డిమాండ్ల పై సరియైన నిర్ణయం తీసుకొని పిఆర్పీ వెంటనే చెల్లించేలా పే అప్గ్రేడియేషన్ వెంటనే అమలుపరిచేలా చూడాలని కోరుతున్నాం డిమాండ్ల పరిష్కారంలో జాప్యం జరిగినచో ఈ నిరసన కార్యక్రమాలు ఉధృతం చేస్తామని స్ట్రైక్ వెళ్లడానికి వెనుకాడేది లేదని ఈ సందర్భంగా తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సెక్రటరీ బసవరాజు వైస్ ప్రెసిడెంట్ వర్ధన్,డాక్టర్ మధు, జాయింట్ సెక్రటరీ రవి,ట్రెజరర్ సరిత, ఎం .సంతోష్, శ్యామ్ ,రాజ్ కుమార్ మహబూబ్ ఖాన్ మందమర్రి ఏరియా సీనియర్ జూనియర్ అధికారులు పాల్గొన్నారు.

ప్రజల ఆరోగ్యంతో ఆడుకుంటున్న పంచాయతీ అధికారి.. మురికి నీటితో పేరుకుపోయిన వీధులు

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాప్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

జగిత్యాల జిల్లా గొల్లపెల్లి మండలం రాపల్లె గ్రామం లో గత పది ఏండ్ల నుండి మురికి నీరు ఎటువెల్లక ఎక్కడివి అక్కడే నిలువ ఉండడం తో గ్రామం లో ఉన్న జనాలు నానా ఇబ్బందులు పడుతూ నిత్యం దోమలతో. మురికి వాసనతో అవస్థలుపడుతున్నారు. వర్ష కాలం కావడం తో ఈ సమస్య మరింత ఎక్కువైంది. కాలనీ వాసులు ఇండ్ల నుండి బయటకి రాలేని పరిస్థితి గతంలో కరెంటు మోటార్ ల తో నీరు బయటకి పంపేవారు కానీ ఇప్పుడు మోటార్ లు చెడిపోవడం తో మురికి నీరు ప్రధాన రహదారుల పై చేరి వర్షం నిరుకూడా చేరడం తో విధుల్లో నడవలేని. ఇండ్లలో ఉండలేని పరిస్థితి. ప్రజలు. చిన్న పిల్లలు. వృద్ధులు ఈ వాసన కు దోమలకు రోగాలు బారిన పడుతున్నారు. ఈ సమస్య మీద పంచాయతీ అధికారిని గ్రామస్తులు వివరణ అడగగా పంచాయతీ లో నిధులు లేవని నిర్లక్ష్య సమాధానం చెప్పి దాటేస్తున్నారు. దయచేసి మా గ్రామం లో ఈ మురికి నీటి సమస్య ను పరిష్కారం చేయాలని ప్రభుత్వ అధికారులని . అలాగే ఆరోగ్య శాఖ ను వేడుకుంటున్న రాపల్లె గ్రామస్తులు..

దోమల నివారణకు చర్యలు తీసుకోవాలి..

చైర్ పర్సన్, కమిషనర్లకు కౌన్సిలర్ లావణ్య వినతి

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాప్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

వర్షాకాలం నేపథ్యంలో పట్టణంలో దోమలు, ఈగల నివారణ చర్యలు, పారిశుద్ధ్య పనులు నాణ్యత ప్రమాణాలతో చేయాలని మంగళవారం జగిత్యాల పురపాలక సంఘం 50వ వార్డు కౌన్సిలర్ ములస్తం లావణ్య మహేష్ మంగళవారం మున్సిపల్ చైర్‌పర్సన్ సమీండ్ల వాణి శ్రీనివాస్, కమిషనర్ సత్యప్రణవ్ లకు వినతిపత్రం అందించారు. ఈ సందర్బంగా ఆమె మాట్లాడుతూ జగిత్యాల పట్టణ ప్రజలకు వ్యాధులు రాకుండా కొత్తనీరు సరఫరా చేయాల్సిన బాధ్యత మున్సిపాలిటీపై ఉందన్నారు. దోమల నివారణకు, మురికి కాలువల శుభ్రానికి గత కౌన్సిల్‌లో రూ.25 లక్షలు, పారిశుద్ధ్య కార్మికులకు ఆప్రాన్లు, బూట్లు వంటి రక్షణ పరికరాలకు రూ.9 లక్షలు బడ్జెట్ కేటాయించారని గుర్తుచేశారు. ఈ నిధులు దుర్వినియోగం కాకుండా నాణ్యత ప్రమాణాలు పాటిస్తూ ఖర్చు చేయాలని కోరారు. వర్షాకాలంలో రోడ్లు, గుంతల్లో నీరు నిలవకుండా స్పెషల్ డ్రైవ్ చేపట్టాలని, హోటళు,, టిఫిన్ సెంటర్ల వద్ద ఈగలు, దోమలు పెరగకుండా చర్యలు తీసుకోవాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రజలు కూడా ఇళ్ల వద్ద, స్టేబుల్స్ వద్ద కొబ్బరి చిప్పలు, గుంతల్లో వర్షపు నీరు నిల్వ ఉంచవద్దని, డెంగ్యూ వంటి వ్యాధులు వ్యాప్తి చెందకుండా అప్రమత్తంగా ఉండాలని సూచించారు. మంచినీటి పైపులు పగిలితే వెంటనే మరమ్మతులు చేసి సురక్షిత మంచినీరు అందించాలని కోరారు.

రచయిత మిట్టపల్లి సురేందర్‌కు మాభూమి పురస్కార్ అవార్డు..

సంతోషం వ్యక్తం చేసిన డాన్స్ మాస్టర్ రాకం సంతోష్, హనుమాన్ల మధు

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి జిల్లా నృత్య కళా సమాఖ్య అధ్యక్షులు తెలంగాణ మట్టి బిడ్డ తెలంగాణ ఉద్యమంలో తన పాటలతో ప్రజలను చైతన్య పరచినటువంటి మిట్టపల్లి సురేందర్ కి మాభూమి పురస్కార్ అవార్డు రావడం చాలా సంతోషమని మంచిర్యాల జిల్లా నృత్య కళా సమాఖ్య అధ్యక్షులు రాకం సంతోష్ తెలంగాణ జానపద కళాకారుల సంఘం రాష్ట్ర కార్యదర్శి హనుమండ్ల మధుకర్, సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ రాష్ట్ర సాహిత్య సాంస్కృతిక రంగాలకు ఆయన చేసిన సేవను గుర్తించి మాభూమి పురస్కారానికి ఎంపిక చేసిన నిర్వాహకులకు ప్రత్యేకంగా ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. తెలంగాణ భాష సాంస్కృతి జానపద సాహిత్యాన్ని తన పాటల ద్వారా ప్రజల్లోకి తీసుకెళ్లడంలో మిట్టపల్లి పాత్ర ఎంతో ఉందని వారు ప్రశంసించారు. 2024 సంవత్సరానికి గాను ఈ పురస్కారాన్ని ప్రకటించడం పట్ల సింగరేణి ప్రాంతంలో ఉన్నటువంటి మిట్టపల్లి మిత్రమండలి సభ్యులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో రామగిరి అర్జున్, అడ్డగూరి లక్ష్మణ్ కొండపర్తి సదానందం, వేల్పుల రమేష్, గిరి,ఉడుత సాగర్, స్టాలిన్ ,విజయ్ లు శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

బాలయోగం!

పతంజలి యోగసూత్రాల్లో ఉన్న ఆసనాలు 'పెద్దలకు మాత్రమే' అని ముద్ర పడిపోయింది. కానీ, మొక్కగా ఉన్నప్పుడే ఎరువు దిట్టంగా పడితే.. అది బలంగా పెరుగుతుంది. చిన్న వయసులోనే యోగ సాధన అలవాటు చేస్తే పిల్లలకు ఆరోగ్య యోగం పడుతుంది. ప్రత్యేక మైన ఆసనాలు వేయడం వల్ల విద్యార్థుల్లో ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. వారు శారీరకంగా, మానసికంగా దృఢంగా తయారవుతారు. కాబట్టి, పిల్లల జీవనశైలిలో యోగాను భాగం చేయండి. బడులు తెరిచే సమయం ఆసన్నమవుతుంది. అంతకుముందే.. మీ పిల్లల యోగాభ్యాసానికి అంకురార్పణ చేయండి.

సాధారణంగానే పిల్లలు చురుగ్గా ఉంటారు. వారికి ప్రత్యేకంగా యోగా, వ్యాయామం లాంటివి అవసరంలేదని చాలామంది భావిస్తుంటారు. అయితే, ఇదంతా నిన్నటి మాట. నేటితరం పిల్లలంతా చదువులు మొదలుకొని ఆటపాటలన్నిటికీ ఆన్‌లైన్‌పైనే ఎక్కువగా ఆధారపడుతున్నారు. మైదానంలో ఆటలకు దూరమవుతున్నారు. ఫలితంగా.. అధిక బరువు, ఊబకాయం లాంటి సమస్యల బారిన పడుతున్నారు. ఇక ఆన్‌లైన్ గేమ్స్‌తో ఏకాగ్రత కోల్పోతున్నారు. మరికొందరు పిల్లలు అతిచురుకుగా తయారవుతున్నారు. శక్తికి మించిన పనులు చేస్తూ.. లేనిపోని సమస్యలను కొని తెచ్చుకుంటున్నారు. దీన్నే వైద్య పరిభాషలో 'ఏడీహెచ్‌ఏ ప్రవర్తన' అని పిలుస్తున్నారు.

బుద్ధిగా చదువుకునే పిల్లలైనా.. ఉదయం నుంచి సాయంత్రం వరకూ పుస్తకాల్లోనే తలలు దూర్చేస్తున్నారు. దాంతో, వెన్నెముక, మెడ నొప్పులతో బాధపడుతున్నారు. ఇక చదువుల ఒత్తిడి.. కాలుష్యంతో శ్వాసకోశ సమస్యలు.. రోగ నిరోధక శక్తి తగ్గడం.. ఎత్తు తక్కువగా ఉండటం.. ఇలా ఎన్నెన్నో సమస్యలతో సతమతం అవుతున్నారు. వీటన్నిటికీ 'యోగా' చక్కని పరిష్కారం చూపుతుందని నిపుణులు చెబుతున్నారు. కాబట్టి, పిల్లలకు యోగాను అలవాటు చేస్తే.. వారి శారీరక, మానసిక ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుందని అంటున్నారు. పిల్లల కోసం..తాడాసనం: పిల్లల్లో నాడీ వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తుంది. ఫలితంగా.. వారిలో ఏకాగ్రత పెరుగుతుంది. మానసిక స్థిరత్వం మెరుగుపడుతుంది. పిల్లలు ఎత్తు పెరిగేందుకూ సాయపడుతుంది.

మార్జర్యాసనం: ఎక్కువసేపు కూర్చొని చదివే పిల్లలకు.. ఈ ఆసనం ఎన్నో ప్రయోజనాలు అందిస్తుంది. వెన్నెముకను బలోపేతం చేయడంతోపాటు నడుము, మెడ నొప్పి నుంచి ఉపశమనం కలిగిస్తుంది. మెడ, భుజాలు, వెన్ను కండరాలు ఆరోగ్యంగా తయారవుతాయి. నాడులు ఉత్తేజితం అవుతాయి. మలబద్ధకం సమస్య తగ్గుముఖం పడుతుంది.

సేతుబంధ సర్వాంగాసనం: ఇది వెన్నెముక ఆరోగ్యానికి భరోసా ఇస్తుంది. నాడీ వ్యవస్థను ప్రశాంతంగా ఉంచుతుంది. ఉదర కండరాలను పటిష్ఠంగా మారుస్తుంది. నడుముచుట్టూ పేరుకుపోయిన కొవ్వును కరిగించి.. ఊబకాయాన్ని తరిమేస్తుంది.

భుజంగాసనం: ఈ ఆసనంలో శరీరాన్ని ఎత్తడం వల్ల వీపు కండరాలు, ఉదరం బలపడతాయి. వీపు, మెడకు సంబంధించిన అన్ని రకాల నొప్పులనూ ఇది నివారిస్తుంది.

వృక్షాసనం: తొడ కండరాలను బలోపేతం చేస్తుంది. పిల్లలను శారీరకంగా దృఢంగా మారుస్తుంది. పిల్లలు ఎత్తు పెరిగేందుకు సహాయపడుతుంది.

ధనురాసనం: వీపును విల్లులా వంచి చేసే ఈ ఆసనంతో.. పిల్లల ఛాతీ, వీపు సాగుతాయి. వెన్నుపూస కండరాలు బలోపేతం అవుతాయి. ఊపిరితిత్తుల సామర్థ్యం పెరిగి.. శ్వాసకోశ సమస్యలు తగ్గుముఖం పడతాయి. రక్త ప్రసరణ మెరుగుపడి.. రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది.

అధోముఖ శ్వానాసనం: పిల్లల్లో బద్ధకాన్ని తరిమేయడంలో.. ఈ ఆసనం ముందుంటుంది. అధోముఖ శ్వానాసనంతో తలకు రక్త ప్రసరణ బాగా జరుగుతుంది. దాంతో, మెదడు చురుగ్గా తయారవుతుంది. కాళ్లు, చేతులు, భుజాల కండరాలను బలంగా చేసి.. నడుము నొప్పిని తగ్గిస్తుంది.

పద్మాసనం: ఈ యోగాసనంతో కండరాల ఉద్రిక్తత తగ్గుతుంది. పిల్లల మెదడును ప్రశాంతంగా మారుస్తుంది. ఫలితంగా

ఏడీహెచ్‌ఏ సమస్య దూరమవుతుంది.

ఈ ఆసనాలన్నీ సులభంగా చేయగలిగేవే! పిల్లలకు సురక్షితమైనవి కూడా! అయితే.. పెద్దల పర్యవేక్షణలోనే పిల్లలు ఆయా ఆసనాలు సాధన చేయడం మంచిది. కొన్నాళ్లపాటు నిపుణుల దగ్గర శిక్షణ తీసుకోవడం తప్పనిసరి అని గుర్తుంచుకోండి.

నిదానంగా అలవాటు..: ఈకాలపు 'స్మార్ట్' పిల్లలు యోగా క్లాసులకు వెళ్లడానికి అంతగా ఆసక్తి చూపించరు. కొంచెం కష్టమే అయినా.. వాళ్లకు నిదానంగా యోగాను అలవాటు చేయాలి. మూడేండ్ల నుంచే పిల్లలు యోగాసనాలు మొదలుపెట్టొచ్చు. పిల్లలకే ప్రత్యేకమైన యోగా తరగతులకు తీసుకెళ్లండి. అక్కడ సరదాగా ఉండే ఆసనాలతో మొదలుపెట్టి.. వారిలో ఆసక్తిని కలిగిస్తారు. పిల్లల యోగాకు సంబంధించిన పుస్తకాలను ఇవ్వండి. వాటితో కలిగే ప్రయోజనాలను వారికి వివరించండి.

మొదటిరోజు నుంచే గంటలు గంటలు కాకుండా.. నిమిషాలతోనే మొదలుపెట్టండి. పిల్లలు యోగాపై మనసు నిలిపేలా.. మీ ఇంట్లోనే ఓ ప్రశాంతమైన వాతావరణాన్ని సృష్టించండి. టెర్రస్‌పై మొక్కలు పెంచడం, చిన్నపాటి వాటర్ ఫౌంటెయిన్ ఏర్పాటు లాంటివి చేయండి. తప్పకుండా చేయాల్సిందేనని పిల్లలను బలవంతం చేయకండి. వారు ఆసక్తి చూపినప్పుడే ఆసనాలు వేయించండి.

జాగ్రత్తలు: భోజనం తర్వాత యోగాసనాలు వేయొద్దు. దీనివల్ల పిల్లల్లో అసౌకర్యం కలుగుతుంది. ఖాళీ కడుపుతోనైనా.. తేలికపాటి ఆహారం తిన్న 10-15 నిమిషాల తర్వాతైనా.. యోగాను ప్రారంభించాలి. ఏ వ్యాయామమైనా అతిగా చేయకూడదు. వారంలో నాలుగైదు రోజులు.. అరగంట చొప్పున యోగా చేస్తే సరిపోతుంది.

మీరూ పిల్లలతో కలిసి యోగా చేస్తుంటే..మీ వేగాన్ని తగ్గించుకోండి. ఎందుకంటే.. పిల్లలు మిమ్మల్నే అనుసరిస్తారు. వేగంగా ఆసనాలు వేయడానికి ప్రయత్నించి.. గాయపడే ప్రమాదం ఉంటుంది. యోగా చేసేటప్పుడు మధ్యమధ్య విశ్రాంతి తీసుకునేలా చూడండి. పిల్లలు వేసే ప్రతి ఆసనంతో ఎలాంటి ప్రయోజనాలు ఉంటాయో వారికి వివరించండి. దానివల్ల ఆ వ్యాయామం ఎందుకు చేయాలో వారికి అవగాహన ఏర్పడుతుంది.

షుగర్, గుండె జబ్బులు ఉన్నవారికి వరం ఈ పండ్లు.. కనిపిస్తే వదలకండి..!

ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు, శక్తితోపాటు పోషకాలు కూడా లభించేందుకు పండ్లను తినాలని వైద్యులు చెబుతుంటారు. పండ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక లాభాలను పొందవచ్చు. సీజనల్‌గా అందుబాటులో ఉండే పండ్లతోపాటు ఇతర అన్ని రకాల పండ్లను కూడా తరచూ తినాలని పోషకాహార నిపుణులు సైతం సూచిస్తుంటారు. అయితే చాలా మంది అనేక రకాల పండ్లను తింటుంటారు. కానీ పియర్స్ అని పిలవబడే ఈ పండ్లను చాలా తక్కువగా తింటారు. ఇవి మనకు ఫ్రూట్ స్టాల్స్‌తోపాటు సూపర్ మార్కెట్‌లలోనూ లభిస్తాయి. బాగా పండిన పియర్స్ పండ్లు పసుపు రంగులో ఉంటాయి. కొద్దిగా పండినవి ఆకుపచ్చ రంగులో ఉంటాయి. పియర్స్ పండ్లనే బేరి పండ్లు అని కూడా పిలుస్తారు. వీటిని తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలు పొందవచ్చని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు.

జీర్ణ వ్యవస్థకు..: పియర్స్ పండ్లలో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఒక మీడియం సైజ్ పియర్ పండును తినడం వల్ల సుమారుగా 6 గ్రాముల మేర ఫైబర్ పొందవచ్చు. ఈ పండ్లను ఫైబర్‌కు మంచి మూలంగా చెబుతారు. ఒక పియర్ పండును తినడం ద్వారా మనకు రోజుకు కావల్సిన ఫైబర్‌లో సుమారుగా 25 శాతం వరకు లభిస్తుంది. ఫైబర్ వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. పేగుల్లో మలం కదలికలు సరిగ్గా ఉంటాయి. దీంతో మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. పియర్ పండ్లు ప్రో బయోటిక్ ఆహారాల జాబితాకు చెందుతాయి. ఇవి జీర్ణ వ్యవస్థలో ఉండే మంచి బ్యాక్టీరియాను వృద్ధి చెందేలా చేస్తాయి. దీంతో జీర్ణ శక్తి పెరుగుతుంది. మనం తిన్న ఆహారంలో ఉండే పోషకాలను శరీరం సరిగ్గా శోషించుకుంటుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరిగేలా చేస్తాయి.

బరువు తగ్గేందుకు..: అధికంగా బరువు ఉన్నవారు పియర్స్ పండ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే ఎంతో మేలు జరుగుతుందని డైటిషియన్లు చెబుతున్నారు. ఈ పండు ఒక్కదాన్ని తింటే చాలు కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. బరువును నియంత్రణలో ఉంచుతుంది. పియర్ పండ్లలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఆంథో సయనిన్స్, క్వర్సెటిన్, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు, విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మన శరీరానికి హాని చేసే ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. కణాలకు జరిగే నష్టంనివారించబడుతుంది. ఫలితంగా గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్, నాడీసంబంధ సమస్యలు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు.

గుండె జబ్బులు రాకుండా..: పియర్స్ పండ్లలో యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి శరీరంలో అంతర్గతంగా ఏర్పడే వాపులను తగ్గిస్తాయి. దీంతో టైప్ 2 డయాబెటిస్, గుండె జబ్బులు రాకుండా నివారించవచ్చు. పలు రకాల క్యాన్సర్లు రాకుండా అడ్డుకునే శక్తి కూడా ఈ పండ్లకు ఉందని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాల్లో తేలింది. పియర్స్ పండ్లను తింటే కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. చెడు కొలెస్ట్రాల్ (ఎల్‌డీఎల్) తగ్గి మంచి కొలెస్ట్రాల్ (హెచ్‌డీఎల్) పెరుగుతుంది. దీని వల్ల గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా చూసుకోవచ్చు. పియర్స్ పండ్లలో ఉండే పొటాషియం శరీరంలోని రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. దీంతో బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. హైబీపీ ఉన్నవారికి ఈ పండ్లను వరంగానే చెప్పవచ్చు. రోజూ ఒక పియర్ పండును తింటుంటే బీపీ తగ్గుతుంది. స్ట్రోక్స్ వచ్చే అవకాశాలు గణనీయంగా తగ్గిపోతాయి. ఇలా పియర్స్ పండ్లను తినడం వల్ల అనేక అద్భుతమైన లాభాలను పొందవచ్చు.

కొబ్బరినీళ్లలో తేనె కలిపి తాగితే కలిగే అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు

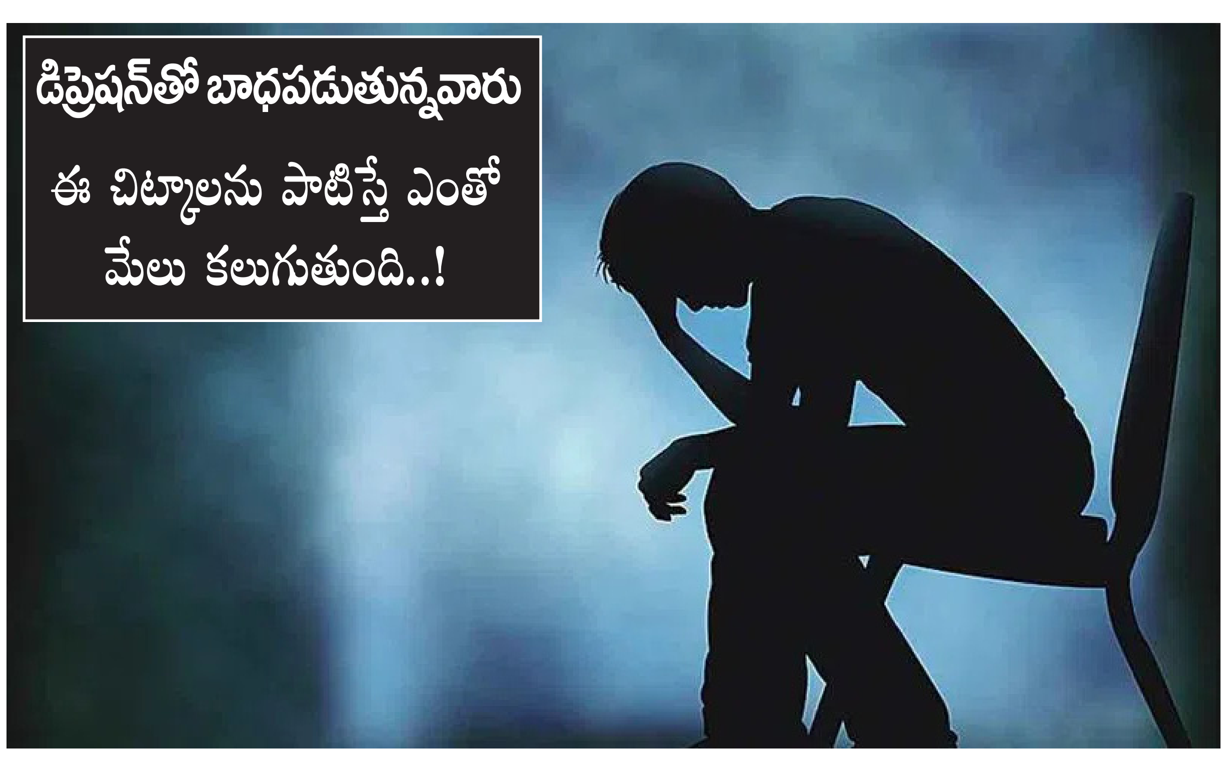
కొబ్బరి నీళ్లు, తేనె.. ఇవి రెండూ మనకు ఆరోగ్యకరమైన ప్రయోజనాలను అందించేవే. కొబ్బరి నీళ్లను వేసవికాలంలోనే కాదు ప్రతి సీజన్‌లోనూ తాగాలి. వీటిని తాగితే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. తేనె కూడా మనకు అద్భుతమైన లాభాలను అందిస్తుంది. అయితే ఈ రెండింటి కాంబినేషన్‌ను మీరు ఎప్పుడైనా ట్రై చేశారా. కొబ్బరినీళ్లు, తేనె కాంబినేషన్ మనకు ఎన్నో విధాలుగా ఉపయోగపడుతుంది. ఈ రెండింటినీ కలిపి తీసుకోవచ్చు. వీటిని కలిపి తీసుకుంటే అద్భుతమైన ప్రయోజనాలు ఉంటాయని వైద్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. కొబ్బరినీళ్లు, తేనెను కలిపి తీసుకుంటే శరీరానికి శక్తి లభించి ఉత్సాహంగా మారుతారు. చురుగ్గా పనిచేస్తారు. శరీరంలో శక్తి స్థాయిలు పెరుగుతాయి. రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. నీరసం, అలసట తగ్గిపోతాయి.

జ్వరం నుంచి కోలుకుంటారు..: జ్వరం వచ్చిన వారు ఈ రెండింటి కాంబినేషన్ తీసుకుంటే త్వరగా జ్వరం నుంచి కోలుకుంటారు. ఉ

త్సాహం వస్తుంది. నీరసం పోతుంది. ఈ రెండింటి కాంబినేషన్‌ల వల్ల శరీరం హైడ్రేటెడ్‌గా ఉంటుంది. శరీరంలోని ద్రవాలు సమతుల్యంలో ఉంటాయి. ఎలక్ట్రోలైట్స్ సరైన స్థాయిలో ఉంటాయి. దీంతో డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా ఉంటారు. అలాగే శరీరంలోని వేడి తగ్గిపోతుంది. తేనె, కొబ్బరి నీళ్లను కలిపి తీసుకోవడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. కొబ్బరినీళ్లలో ఉండే ఎలక్ట్రోలైట్స్, విటమిన్ సి, తేనెలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, యాంటీ మైక్రోబియల్ గుణాలు రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తాయి. దీంతో శరీరం వ్యాధులు, ఇన్‌ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తుంది. రోగాలను త్వరగా తగ్గేలా చేస్తుంది.

జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యానికి..: కొబ్బరినీళ్లు, తేనెల మిశ్రమాన్ని తాగితే ప్రీ బయోటిక్ ఆహారంలా పనిచేస్తుంది. అంటే జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియాను పెంచుతుందన్నమాట. దీంతో పొట్టలో ఉండే అసౌకర్యం తగ్గుతుంది. విరేచనాల సమస్య తగ్గుతుంది. అజీర్తి, గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్దకం. అసిడిటీ వంటి జీర్ణ సమస్యలు అన్నీ తగ్గిపోతాయి. తేనె, కొబ్బరినీళ్లు రెండింటిలోనూ యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి ఆక్సీకరణ ఒత్తిడిని తగ్గించి కణాలకు జరిగే నష్టాన్ని నివారిస్తాయి. దీంతో గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంతక వ్యాధులు రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. కొబ్బరినీళ్లు, తేనె మిశ్రమం గొంతులో ఏర్పడే గరగరను సైతం తగ్గిస్తుంది. గొంతు నొప్పి, మంట కూడా తగ్గిపోతాయి. దగ్గు, జలుబు నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. శ్వాస నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోయి శ్వాస సరిగ్గా లభిస్తుంది.

ఎలా తీసుకోవాలి..?: కొబ్బరినీళ్లు, తేనె మిశ్రమాన్ని తీసుకోవడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలు ఉన్నప్పటికీ డయాబెటిస్ ఉన్నవారు, బరువు అధికంగా ఉన్నవారు డాక్టర్ సూచన మేరకు ఈ మిశ్రమాన్ని తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. ఇక ఒక గ్లాస్ కొబ్బరినీళ్లకు గాను ఒక టీస్పూన్ తేనెను కలిపి తాగాల్సి ఉంటుంది. దీన్ని ఉదయం పరగడుపునే సేవిస్తే మంచిది. దీంతో రోజంతా ఉత్సాహంగా ఉంటారు. శరీరంలో శక్థి స్థాయిలు తగ్గవు. ఎంత పనిచేసినా నీరసం, అలసట రావు. అలర్జీలు ఉన్నవారు. కిడ్నీ సమస్యలు ఉన్నవారు ఈ మిశ్రమాన్ని తీసుకోకూడదు. కొబ్బరి నీళ్లు, తేనె మిశ్రమం అందరికీ పడకపోవచ్చు. ఏవైనా లక్షణాలు కనిపిస్తే వెంటనే డాక్టర్‌ను సంప్రదించాలి. మీరు ఏదైనా డైట్‌ను మారిస్తే కచ్చితంగా నిపుణుల సలహా తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది.



ఒత్తిడి, ఆందోళన అనేవి నేటి తరం యువతలో సహజం అయిపోయాయి. చాలా మంది ఉద్యోగులు కూడా వీటి బారిన పడుతున్నారు. పని ఒత్తిడితోపాటు ఆర్థిక, కుటుంబ సమస్యలు అధికంగా ఉంటున్నాయి. ఇంకా ఒత్తిడి వచ్చేందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నాయి. దీర్ఘకాలంలో ఒత్తిడి తీవ్రమైన మానసిక సమస్యగా మారుతుంది. ఇది డిప్రెషన్ కు దారి తీస్తుంది. డిప్రెషన్‌లో ఉన్నవారిని అంత సులభంగా గుర్తించలేరు. అయితే డిప్రెషన్‌లో ఉన్నవారిని సరైన సమయంలో గుర్తిస్తే వారు ఆత్మహత్య వంటి విపరీత ఆలోచన చేయకుండా కాపాడవచ్చు. డిప్రెషన్‌లో ఉన్నవారికి కచ్చితంగా మానసిక వైద్యుల పర్యవేక్షణలో చికిత్సను అందించాలి. దీంతోపాటు ఆహారంలోనూ మార్పులు చేయాలి. ఇలా చేస్తే త్వరగా కోలుకుని మామూలు మనుషులు అవుతారు.

ఆహారం ముఖ్యం..: డిప్రెషన్‌లో ఉన్నవారు కచ్చితంగా రోజూ వ్యాయామం చేయాలి. వాకింగ్, జాగింగ్, రన్నింగ్, స్విమ్మింగ్, సైక్లింగ్, డ్యాన్స్, యోగా వంటివి చేస్తుండాలి. దీంతో ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గుతాయి. మైండ్ రిలాక్స్ అవుతుంది. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడవచ్చు. రోజూ కచ్చితంగా 7 నుంచి 8 గంటల పాటు నిద్ర ఉండేలా ప్లాన్ చేసుకోవాలి. ఇది మెదడుపై పాజిటివ్ ఎఫెక్ట్‌ను కలిగిస్తుంది. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడేలా చేస్తుంది. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉండే చేపలు, అవిసె గింజలు, చియా విత్తనాలు, వాల్ నట్స్‌ను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవాలి. ఇవి మెదడును ఆరోగ్యంగా ఉంచడంతోపాటు మానసిక సమస్యలు తగ్గేలా చేస్తాయి. రాత్రి పూట నిద్ర చక్కగా పట్టేలా చేస్తాయి. సంక్లిష్టమైన కార్బొహైడ్రేట్లు కలిగిన తృణ ధాన్యాల లేదా చిరు ధాన్యాలను ఆహారంలో భాగం చేసుకున్నా కూడా మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడతారు.

ప్రోటీన్లు కావాలి..: తాజా పండ్లు, ఆకు కూరలు, కూరగాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే మెదడుపై పాజిటివ్ ప్రభావాన్ని చూపి డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడేలా చేస్తాయి. అమైనో యాసిడ్లు ఉండే పప్పు దినుసులు, మాంసం వంటి ఆహారాలను తినడం వల్ల కూడా గణనీయమైన మార్పు కనిపిస్తుంది. రోజువారి ఆహారంలో పెరుగును తీసుకోవాలి. ట్రాన్స్ ఫ్యాట్స్, నూనె పదార్థాలు, జంక్ ఫుడ్, తీపి పదార్థాలు, ఫాస్ట్ ఫుడ్‌ను తినడం మానేయాలి. నీళ్లను తగిన మోతాదులో రోజూ తాగాలి. ఈ సూచనలు పాటిస్తే డిప్రెషన్ నుంచి సులభంగా బయట పడవచ్చు. అలాగే కొన్ని ఇంటి చిట్కాలను కూడా పాటించాల్సి ఉంటుంది.

ఈ చిట్కాలు పనిచేస్తాయి..: రాత్రి పూట పాలలో కాస్త అశ్వగంధ పొడిని కలిపి తాగుతుంటే ఒత్తిడి, ఆందోళన తగ్గి మానసిక ప్రశాంతత లభిస్తుంది. రిలాక్స్ అవుతారు. నిద్ర పట్టడమే కాదు, డిప్రెషన్ నుంచి కూడా బయట పడతారు. అలాగే పాలలో కుంకుమ పువ్వును కలిపి తాగుతున్నా కూడా ఎంతగానో ఉపయోగం ఉంటుంది. కుంకుమ పువ్వులో యాంటీ డిప్రెసెంట్ గుణాలు ఉంటాయి. ఇవి మన మూడ్‌ను మారుస్తాయి. ఒత్తిడి, ఆందోళన నుంచి బయట పడేస్తాయి. మానసిక ప్రశాంతతను అందించి డిప్రెషన్‌ను తగ్గిస్తాయి. అలాగే అరటి పండును ఆహారంలో బాగం చేసుకుంటున్నా కూడా డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడతారు. ఈ పండ్లను తింటే సెరటోనిన్ ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. ఇది హ్యాపీ హార్మోన్. కనుక డిప్రెషన్ నుంచి బయట పడేలా చేస్తుంది. ఇలా కొన్ని రకాల సూచనలు, చిట్కాలను పాటిస్తే డిప్రెషన్‌ను తగ్గించుకోవడం పెద్ద కష్టం ఏమీ కాదు.

300కోట్లతో నియోజకవర్గంలోని విద్యా సంస్థల బలోపేతం..

పేద విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్యను అందించడమే లక్ష్యం.

మాజీ ఉప ముఖ్యమంత్రి స్టేషన్ ఘనపురం ఎమ్మెల్యే కడియం

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

గతంలో 10వ తరగతి వరకే ఉన్న కస్తూరిభా గాంధీ పాఠశాలలను జూనియర్ కాలేజీలుగా ఇంటర్ వరకు విద్యా శాఖ మంత్రిగా ఉన్నప్పుడు నేనే అప్ గ్రేడ్ చేయించానని, మాజీ ఉప ముఖ్యమంత్రి, స్టేషన్ ఘన పూర్ ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి తెలిపారు. చిల్పూర్ మండలం వెంకటేశ్వర్ల పల్లి, తీగల తండా, రాజవరం కస్తూరిభా గాంధీ పాఠశాలలో పలు అభివృద్ధి పనుల ప్రారంభోత్సవం మరియు శంకుస్థాపనల కార్యక్రమానికి ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి ముఖ్య అతిథిగా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా వెంకటేశ్వర్లపల్లి గ్రామంలో 10లక్షలతో నిర్మిం చిన సిసి రోడ్డు ప్రారంభోత్సవం చేసి మరో 10లక్షల సిసి రోడ్డు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు.

అలాగే గ్రామంలో నూతనంగా నిర్మించిన ఇందిరమ్మ ఇండ్లను లబ్ధిదారు లతో కలిసి ప్రారంభించారు. తీగల తండా గ్రామంలో 7లక్షల 50వేల రూపాయలతో నిర్మిం చిన సిసి రోడ్డును ప్రారంబొత్సవం చేసి 10లక్షలతో నిర్మించనున్న సిసి రోడ్డు నిర్మాణానికి శంకుస్థాపన చేశారు. అలాగే నూతనంగా నిర్మించిన ఇందిరమ్మ ఇండ్లను లబ్ధిదారులతో కలిసి ప్రాంభిం చారు. అనంతరం రాజవరం లోని కస్తూరిభా గాంధీ పాఠశా లలో కోటి 92లక్షల 55వేల రూపాయలతో అదనపు తరగతి గదులు, టాయిలెట్స్, ప్రహరీ గోడ నిర్మాణం వంటి మౌలిక వసతులనకు ఎమ్మెల్యే శంకుస్థాపన చేశారు. ఆ తర్వాత చిల్పూర్ మండలానికి సంబందించిన 35మంది ముఖ్యమంత్రి సహాయ నిధి లబ్ధిదారులకు 11లక్షల 34వేల రూపాయల విలువగల చెక్కులను పంపిణి చేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఏర్పాటు చేసిన సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే కడియం శ్రీహరి మాట్లాడుతూ స్టేషన్ ఘనపూర్ నియోజక వర్గంలో కొత్తగా ఏర్పడిన చిల్పూర్, వేలేరు మండలాలలో కస్తూరిభా గాంధీ పాఠశాలలు ఉండాలని చిల్పూర్, వేలేరు మండలాలకు కేజీబీవి పాఠశాలలను మంజూరు చేయించానని తెలిపారు.

వెంటనే నిధులు తీసుకువచ్చి పాఠశాల భవనాల నిర్మాణం కుడా పూర్తి చేయించానని అన్నారు. 2023లో మళ్ళీ ఎమ్మెల్యేగా గెలిచిన తర్వాత కేజీబీవి పాఠశాలలను సందర్శించి సమస్యలను గుర్తించి నియోజకవర్గం పరిధిలోని కేజీబీవిలు, మాడల్ స్కూల్లలో మౌలిక వసతుల కల్పనకు రెండు విడతలలో 18కోట్ల 98లక్షలు మంజూరు చేసానని వెల్లడించారు. నేను ఎమ్మెల్యేగా ఎన్నికైన ఈ రెండున్నర ఏళ్లలో నియోజక వర్గంలోని కేజీబీవిలు, మాడల్ స్కూల్స్, యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రెటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్, డిగ్రీ కళాశాలతో పాటు ప్రభుత్వ పాఠశాలలను బలోపేతం చేసేందుకు దాదాపు 300కోట్ల నిధులను వెచ్చించినట్లు తెలిపారు. దింతో పాటు నెల రోజులలో స్టేషన్ ఘనపూర్ నియోజక వర్గానికి తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్ రాబోతుందని ప్రకటించారు. విద్యాలయాలలో ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా పేద విద్యార్థులకు నాణ్యమైన విద్యను అందించడమే ప్రధాన ఉద్దేశ్యం అని పేర్కొన్నారు.

విద్యా రంగంపై రాష్ట్ర ప్రభు త్వం పెద్ద ఎత్తున ఖర్చు చేస్తోందని అన్నారు. ముఖ్య మంత్రి రేవంత్ రెడ్డి తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని విద్యా హబ్ గా తీర్చిదిద్దేందుకు విశేష కృషి చేస్తున్నారని అందులో భాగంగానే దేశంలోనే ఎక్కడా లేని విధంగా 200కోట్లతో నియోజకవర్గానికి ఒక యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రెటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్, నియోజకవర్గానికి తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్ ఏర్పాటు చేస్తున్నారని కొనియాడారు. గతంలో నేను విద్యా శాఖ మంత్రి ఉన్నప్పుడు వరంగల్ జిల్లా 10వ తరగతి ఫలితాలలో ఉమ్మడి రాష్ట్రం లోనే మొదటి స్థానంలో నిలిచిందని తెలిపారు. చేసే పని పట్ల నిబద్దత ఉన్నప్పుడే ఉత్తమ ఫలితాలు సాధించ గలుగుతామని సూచించారు.

గురుకుల పాఠశాలలపై పెరుగుతున్న నమ్మకం..

తల్లి దండ్రుల నమ్మకాన్ని ఉపాధ్యాయులు నిలబెట్టాలి : మంత్రి అడ్లూరి

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాప్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

గురుకుల పాఠశాలలపై విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులకు రోజు రోజుకి నమ్మకం పెరుగుతుందని ఇందుకు ప్రధాన కారణం రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత విద్యా వ్యవస్థలో తీసుకువచ్చిన మార్పులే ప్రధాన కారణం అని రాష్ట్ర సాంఘీక సంక్షేమ శాఖ మంత్రి అడ్లూరి లక్ష్మణ్ కుమార్ అన్నారు. మంగళవారం పెద్దపల్లి జిల్లా ధర్మారం మండలం మల్లాపూర్ గురుకుల పాఠశాలను మంత్రి ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులకు అందుతున్న అల్పాహారం, భోజనం మెనూ పై విద్యార్థులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. తనిఖీల్లో భాగంగా కిచెన్, డైనింగ్ హాల్ తో పాటు స్టోర్ రూమ్ ను మంత్రి పరిశీలించారు. మల్లాపూర్ గురుకుల పాఠశాలకు సరఫరా చేసిన సన్న బియ్యాన్ని మంత్రి పరిశీలించారు. బియ్యంలో నూకల శాతం ఎక్కువ ఉన్నందున బియ్యాన్ని వెనక్కి తీసుకొని సూపర్ ఫైన్ క్వాలిటీ బియ్యాన్ని పంపించాలని పెద్దపల్లి జిల్లా పౌరసరఫరాల అధికారికి మంత్రి మౌఖిక ఆదేశాలు జారీ చేశారు.

ఈ సందర్భంగా మంత్రి అడ్లూరి మాట్లాడుతూ తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఎస్సీ, ఎస్టీ, బీసీ, మైనార్టీల గురుకుల పాఠశాలలో 27 లక్షల మంది విద్యార్థులు విద్యను అభ్యసిస్తున్నారని అన్నారు. కార్పొరేట్ స్థాయిలో ప్రభుత్వ విద్యను అందించాలని రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి శ్రీ రేవంత్ రెడ్డి గారు విద్యార్థులకు యూనిఫామ్స్ తో పాటు విద్యార్థులకు సంబంధించిన అన్ని రకాల వస్తువులను అందించడానికి చర్యలు తీసుకున్నారని మంత్రి వివరించారు. గురుకుల పాఠశాలలో మైనర్ రిపేర్ల కోసం రూ. 69 కోట్లు కేటాయించినట్లు మంత్రి తెలిపారు. గురుకుల పాఠశాలలో పై తల్లిదండ్రులకు రోజు రోజుకి నమ్మకం పెరుగుతుంది అని ఎందుకు తగ్గట్టుగా విద్యార్థులకు క్రమశిక్షణతో కూడిన విద్యను అందని అందించాలని ఈ సందర్భంగా మంత్రి గురుకుల పాఠశాల ఉపాధ్యాయులకు సూచించారు. గురుకులాల్లో ఉండే విద్యార్థులను సొంత పిల్లల్లా చూసుకోవాలని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ అన్నారు. గురుకుల పాఠశాలను మౌలిక సదుపాయాల కల్పన కోసం ప్రత్యేక నిధులు తీసుకువస్తానని మంత్రి లక్ష్మణ్ కుమార్ తెలిపారు. మంత్రి వెంట ధర్మారం మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు తిరుపతి రెడ్డి, ధర్మారం మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ రూప్లనాయక్ తదితరులు ఉన్నారు.

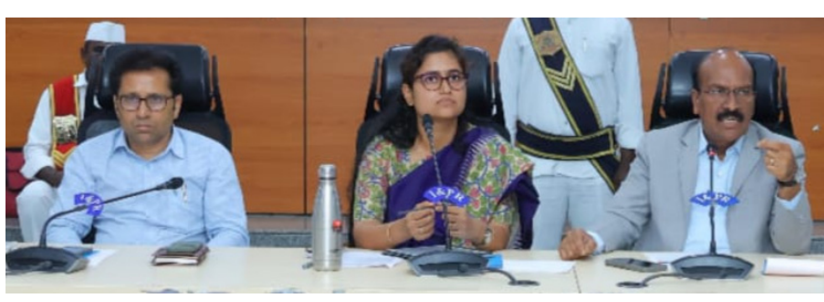
ప్రభుత్వ ప్రాథమిక పాఠశాలలో విద్యార్థులకు బెంచీలు, కుర్చీలు, ప్లేట్లు, పంపిణీ చేసిన ఎం ఏ హకీమ్..

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలంలోని దోమలేడిగి గ్రామంలో యు పి ఎస్ స్కూల్ విద్యార్థులకు ప్రముఖ సామాజిక సేవకర్త జిల్లపల్లి గ్రామ ముద్దుబిడ్డ డాక్టర్ ఎం ఏ హకీమ్ పేద విద్యార్థుల పట్ల ఉన్న అభిమానం తాను అనుభవించిన పేదరికం జ్ఞాపకం చేసుకొని సుమారు 50.000 ఖర్చుతో కూడిన బెంచీలు, కుర్చీలు,65 భోజనం చేసే ప్లేట్లు 50, పంపిణీ చేశారు ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ పేదవారి కోసం ఎంతైనా ఖర్చు పెడతాను పేదవారి పక్షాన సేవ చేయడమే దేవుడు నాకు ఇచ్చిన ఈ గొప్ప వరం అని చెప్పారు..

ఈ సందర్భంగా దోమలేడిగి స్కూలు విద్యార్థులు,ఉపాధ్యాయులు, డాక్టర్ ఎంఏ హకీమ్ కు శాలువాతో సత్కరించి కృతజ్ఞతలు ధన్యవాదాలు తెలిపారు అదేవిధంగా కొల్లూరు గ్రామంలో గత కొన్ని రోజుల క్రితం రోడ్డు ప్రమాదంలో మరణించిన ఆ యువకుడి కుటుంబానికి ఇంటికి వెళ్లి పరామర్శించి నేనున్నాను అని ధైర్యం చెప్పి 10,000 ఆర్థిక సహాయాన్ని అందజేశారు ఆ కుటుంబస్తులు కన్నీరు మున్నిరుగా దుఃఖపడుతూ ఆయనకు కృతజ్ఞతలు ధన్యవాదాలు తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో ముఖ్య అతిథిగా బాన్సువాడ నియోజకవర్గ నాయకుడు జుబేర్ , పోతంగల్ మండలం బి ఆర్ఎస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు నవీన్, నాయకులు తెల్ల రవికుమార్ , కోమటి గంగాధర్, సమీర్, ఆరిఫ్ , ఏజజ్ ఖాన్,దోమలేడిగీ గ్రామ పెద్దలు గ్రామస్తులు కొల్లూరు గ్రామ పెద్దలు గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నిర్మాణ, కూల్చివేత వ్యర్థాల నిర్వహణపై ఒకరోజు శిక్షణా కార్యక్రమం..



సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

గ్రేటర్ వరంగల్ మున్సిపల్ కార్పొరేషన్ (జీడబ్ల్యూఎంసీ), అడ్మినిస్ట్రేటివ్ స్టాఫ్ కాలేజ్ ఆఫ్ ఇండియా (ఆస్కీ) సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం హనుమకొండ కలెక్టరేట్‌లో నిర్మాణ మరియు కూల్చివేత వ్యర్థాల నిర్వహణ అంశంపై మున్సిపల్ కమిషనర్లు, ఇంజినీర్లు, సంబంధిత అధికారులకు ఒకరోజు నాయకత్వ శిక్షణా కార్యక్రమం నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్ర మానికి రిటైర్డ్ ఐఏఎస్ అధికారి, ఆస్కీ సెంటర్ డైరెక్టర్ డాక్టర్ బి. జనార్ధన్ రెడ్డి ముఖ్య అతిథిగా హాజరయ్యారు. కార్యక్రమానికి హనుమకొండ జిల్లా కలెక్టర్, జీడబ్ల్యూఎంసీ ప్రత్యేక అధికారి చాహత్ బాజ్‌పాయ్, జీడబ్ల్యూ ఎంసీ కమిషనర్ టి. వెంకన్న అధ్యక్షత వహించారు. ఈ శిక్షణా కార్యక్రమంలో రాష్ట్రంలోని 15 మున్సిపాలిటీల మున్సిపల్ కమిషనర్లు, ఇంజినీర్లు, టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు, పారిశుద్ధ్య విభాగం అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తోడుపునూరి రాజేంద్రప్రసాద్‌కు ఘనంగా సన్మానం..

ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

సామాజికసేవకుడిగా... సేవలందిస్తున్న సుల్తానాబాద్ పట్టణ ఆర్యవైశ్య సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి, ప్రముఖ ఫర్టిలైజర్ షాప్ వ్యాపారవేత్త తోడుపునూరి రాజేంద్రప్రసాద్ ను పెద్దపల్లి జిల్లా రైస్ మిల్లర్ల సంక్షేమ సంఘం అధ్యక్షులు నగునూరి అశోక్ కుమార్ కుమార్ తో పాటు పలువురు రైస్ మిల్లుల యజమానులు ఘనంగా సన్మానించారు..

ఈ సందర్భంగా అశోక్ కుమార్ మాట్లాడుతూ గత కొన్ని సంవత్సరాల నుండి సుల్తానాబాద్ పట్టణంలోని గుడి మిట్టపల్లి లో గల శ్రీ రాజరాజేశ్వర స్వామి దేవాలయం కు నిత్య భక్తుడిగా తొడుపునూరి రాజేంద్రప్రసాద్ సేవలు అందించడం మరువలేనిదని రాజేంద్రప్రసాద్‌ను అభినందిస్తూ నగునూరి అశోక్ కుమార్ , పలువురు రైస్ మిల్ వ్యాపారవేత్తలు శాలువాలు కప్పి ఘనంగా సన్మానించారు,

విశ్రాంత జీవితం సమాజ సేవలో గడపండి

జగిత్యాల జిల్లా ఎస్పీ అశోక్ కుమార్

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

జిల్లా పోలీసు శాఖలో దీర్ఘకాలం పాటు అంకితభావంతో విధులు నిర్వహించి ఉద్యోగ విరమణ పొందుతున్న పోలీసు అధికారులను మంగళవారం జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన ప్రత్యేక కార్యక్రమంలో జిల్లా ఎస్పీ అశోక్ కుమార్, ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ సందర్భంగా జిల్లా ఎస్పీ మాట్లాడుతూ, పోలీసు శాఖలో పనిచేయడం అనేది కేవలం ఉద్యోగం మాత్రమే కాకుండా సమాజానికి సేవ చేసే గొప్ప బాధ్యత అని అన్నారు.

ఉద్యోగ జీవితమంతా ప్రజల భద్రత, శాంతిభద్రతల పరిరక్షణ కోసం అహర్నిశలు శ్రమించిన అధికారుల సేవలు ఎల్లప్పుడూ స్ఫూర్తిదాయకంగా నిలుస్తాయని కొనియాడారు. ఉద్యోగ విరమణ అనేది సేవలకు ముగింపు మాత్రమేనని, జీవితంలో కొత్త అధ్యాయానికి నాంది అని పేర్కొన్నారు. రిటైర్ అవుతున్న అధికారులు తమ అనుభవాన్ని సమాజానికి ఉపయోగపడే విధంగా వినియోగించుకోవాలని, కుటుంబ సభ్యులతో ఆనందంగా, ఆరోగ్యంగా జీవితాన్ని గడపాలని ఆకాంక్షించారు.

ఈ సందర్భంగా ఉద్యోగ విరమణ పొందిన అధికారులు జె. రవీందర్ (ఎస్ఐ), పి. రామచంద్రం (ఎస్ఐ), ఆర్. శ్రీనివాస్ (ఏఎస్ఐ), ఎస్. అంజనేయులు (ఏఎస్ఐ), జి. సత్యనారాయణ (ఏఎస్ఐ), మహ్మద్ సమ్దానీ (ఏఎస్ఐ), జి. మల్లారెడ్డి (ఏఆర్ హెడ్ కానిస్టేబుల్), ఎం. కిష్టారెడ్డి (ఏఆర్ హెడ్ కానిస్టేబుల్) లను జిల్లా ఎస్పీ ఘనంగా సన్మానించి, శాలువాలు కప్పి, జ్ఞాపికలు అందజేసి, పుష్పగుచ్ఛాలతో సత్కరించి వారి సేవలను అభినందించారు.

అలాగే వారి కుటుంబ సభ్యులకు కూడా శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ, ఉద్యోగ కాలంలో అందించిన సహకారానికి కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఉద్యోగ విరమణ పొందిన అధికారులు మాట్లాడుతూ, పోలీసు శాఖలో పనిచేసిన ప్రతి రోజు తమ జీవితంలో ఒక మధుర జ్ఞాపకమని పేర్కొన్నారు. తమ సేవా కాలంలో సహకరించిన జిల్లా పోలీసు ఉన్నతాధికారులు, సహోద్యోగులు, సిబ్బంది అందరికీ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. పోలీసు శాఖలో పనిచేసే అవకాశం లభించడం తమ అదృష్టంగా భావిస్తున్నామని, భవిష్యత్తులో కూడా సమాజానికి తమవంతు సేవలు అందిస్తామని అన్నారు.

ఘనంగా మాజీ ఎమ్మెల్యే గువ్వల బాలరాజు జన్మదిన వేడుకలు

ప్రత్యక్ష సాక్షి, అచ్చంపేట

మాజీ ఎమ్మెల్యే గువ్వల బాలరాజు జన్మదిన వేడుకలను అచ్చంపేటలో బీజేపీ యువజన నాయకుడు మదనాగుల మహేందర్ ఆధ్వర్యంలో అంబేద్కర్ చౌరస్తాలో ఘనంగా నిర్వహించారు. అలాగే ఉమామహేశ్వర దేవాలయంలో, జినుకుంట మైసమ్మ ఆలయం వద్ద ప్రత్యేక పూజలు చేసి పట్టణంలోని ప్రభుత్వాస్పత్రిలోని రోగులకు, వృద్ధాశ్రమంలోని వృద్ధులకు పండ్లు, బ్రెడ్లు, బోజనం ఏర్పాటు చేశారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ నాయకులు పాల్గొన్నారు.

సాధరణ కౌన్సిల్ సమావేశం

డి ఆర్ స్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి రామకృష్ణాపూర్

క్యాతనపల్లి మున్సిపాలిటీ కార్యాలయము లో మంగళవారం చైర్ పర్సన్" అధ్యక్షతన సాధారణ "కౌన్సిల్ సమావేశము నిర్వహించారు ఈ సమావేశములో (2) అంశాలతో కూడిన ఎజెండాను మేనేజర్, కౌన్సిల్ సభ్యులందరికి చదివి వివరించడం జరిగింది. ఇట్టి (2) అంశములను కౌన్సిల్ సభ్యులందరూ ఏకగ్రీవముగా ఆమోదించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమములో చైర్ పర్సన్ గొడిసెల సంధ్యారాణి, కమిషనర్, ఏ. మారుతి ప్రసాద్, వైస్ చైర్ పర్సన్ మిట్టపల్లి సరిత, కౌన్సిల్ సభ్యులు మేనేజర్ డి. స్వామి, , రెవెన్యూ అధికారి కె. సతీష్, , డివైఈఈ సాయి కిరణ్ సీనియర్ అక్కౌంటెంట్ వీరన్న, టిపిబిఓ సాయి నిఖిల్, కార్యాలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు

రాములపల్లిలో ఘనంగా పౌర హక్కుల దినోత్సవం..

బుర్ర రవి ప్రత్యక్ష సాక్షి పెగడపల్లి

జగిత్యాల జిల్లా పెగడపల్లి మండలంలోని రాములపల్లి గ్రామంలో మంగళవారం ఘనంగా పౌర హక్కుల దినో త్సవం జరుపుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథి గా విచ్చేసిన మండలరెవెన్యూ ఇన్స్పెక్టర్ జమున మాట్లా డుతూ గ్రామంలో కుల నిర్మూ లనకై ఎస్సీ ఎస్టీ చట్టాలుఉన్నా యని ఎస్సీలను ఎవరైనా కులం పేరుతో కించ పరిచి నచో కులం పేరుతో దూషిం చిన గాని బాధిత ప్రజలు సంబంధిత అధికారులకు తెలియజేయాలని సూచిం చారు. అదేవిధంగా భారత రాజ్యాంగ నిర్మాత బాబా సాహెబ్ అంబేద్కర్ రాజ్యాం గంలో ప్రతి పౌరునికి సమాన హక్కులు కల్పించారని కులాలకు అతీతంగా సోదర భావం తో మెలగాలని ఆమె తెలియ జేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ సర్పంచ్ అమిరిశెట్టి లక్ష్మీనారాయణ, ఏఈఓ సరోజ, పంచాయతీ కార్యదర్శి స్వప్న, జిపిఓ నరేష్, పోలీస్ శాఖ అధికారులు అంబేద్కర్ సంఘ అధ్యక్షులు దీకొండ మహేందర్ వార్డు సభ్యులు సుంకే అనిల్ ఆశా వర్కర్లు హెల్త్ సూపర్వైజర్లు సిప మహేశు ని శంకరయ్య వివిధ సంఘాల నాయకులు పాల్గొన్నారు.

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