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

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

సంపుటి : 16 సంచిక : 003 శనివారం 04-07-2026
ఎడిటర్ : కందుకూరి పరమేశ్వర్‌రావు, M.A. పేజీలు : 4 వెల : రూ2/-

మీ కబ్జాలపై.. కూడాలో మీరు చేసిన అవినీతిపై విచారణ జరుగుతుంది..

భద్రకాళి అమ్మవారి సాక్షిగా చెప్తున్నా.. తప్పు చేసిన మీకు శిక్ష తప్పదు..

జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు కూడా చైర్మన్ ఈనగాల వెంకట్రాం రెడ్డి

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

కాకతీయ పట్టణాభివృద్ధి సంస్థ భూముల వేలంపై ప్రతిపక్షాలు చేస్తున్న ఆరోపణలకు కుడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి భద్రకాళి అమ్మవారి సన్నిధిలో ఘాటుగా సమాధానమిచ్చారు. శుక్రవారం వరంగల్ భద్రకాళి దేవాలయంలో తడిబట్టలతో అమ్మవారిని దర్శించుకున్న అనంతరం, ఆయన మీడియా తో మాట్లాడారు. బీఆర్ఎస్ నాయకుల అక్రమాలను అమ్మవారి సాక్షిగా నిలదీశారు. బీఆర్ఎస్ హయాంలో రూ. 150 కోట్ల కుడా భూమి కబ్జా.. 59 జీఓ బినామీ భూదందాలు, కాళోజీ టెండర్లపై విజిలెన్స్ విచారణ,బీఆర్ఎస్ నాయకు లారా..మీ 10 ఏళ్ల అక్రమాలు, అన్యాయాల చిట్టా బయట పెడతాం..భద్రకాళి అమ్మవారి సాక్షిగా కుడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి హెచ్చరిక.

కాళోజీ కళాక్షేత్రం టెండర్ల అవినీతిపై విచారణ.. సదరు కాంట్రాక్టర్‌ను బ్లాక్ లిస్ట్‌లో పెడుతున్నాం.బాలసముద్రంలో రూ. 150 కోట్ల విలువైన కుడా ల్యాండ్‌ను కబ్జా చేసి బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఆఫీస్ కట్టారు.మేము ఓపెన్ ఆక్షన్‌తో పారదర్శకంగా లాభాలు తెస్తే.. మీ 10 ఏళ్ల పాలనలో ఏనాడైనా బహిరంగ వేలం వేశారా? ఆర్టీసీ ట్రేడింగ్ సెంటర్, స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్ లీజుల వెనుక కోట్లాది రూపా యల దందా..వినయ్ భాస్కర్ ను వెంటబెట్టుకుని రా.. అంటే ఎందుకు తీసుకురాలేదు, మర్రి యాదవరెడ్డి ? మాజీ చైర్మన్ మర్రి యాదవరెడ్డి, మాజీ ఎమ్మెల్యే వినయ్ భాస్కర్ లపై విచారణకు ఆదేశం. గత ప్రభుత్వంలో కుడా నిధుల దుర్వినియోగం, వెంచర్ల పేరిట చేసిన అక్రమ సంపాదనపై విజిలెన్స్ విచారణ ప్రారంభం అయిందని, ఇనుగాల వెంకటరామిరెడ్డి తెలిపారు.

మర్రి యాదవరెడ్డి ఆరోపణలు చేసేటప్పుడు మాజీ ఎమ్మెల్యే వినయ్ భాస్కర్‌ను వెంట బెట్టు కుని రా అని సవాల్ విసిరితే ఎందుకు తీసుకురాలేదు? నిజాయితీ ఉంటే ఆయనను ఎందుకు పక్కన పెట్టారు? రాజకీయ ఆరోపణలతో ప్రజలను తప్పుదోవ పట్టించే ప్రయత్నాలు ఇక సాగవు. బీఆర్ఎస్ 10 ఏళ్ల పాలనలో జరిగిన అన్యాయాలు, అక్ర మాలు అన్నీ బయటకు వస్తా యి. మీ బ్రతుకంతా త్వరలోనే బయటపడుతుంది. ఆరోప ణలు చేస్తున్న వారు ముందు తమ హయాంలో జరిగిన ఆర్థిక లావాదేవీలు, కుడా నిధుల వినియోగంపై ప్రజలకు సమా ధానం చెప్పాలి.బీఆర్ఎస్ హయాంలో జరిగిన కుడా నిధుల వినియోగంపై ఇప్పటికే విచారణ ప్రారంభ మైంది.మాజీ చైర్మన్ మర్రి యాదవరెడ్డి, మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం వినయ్ భాస్కర్‌లపై ఇప్పటికే విచార ణకు ఆదేశించాం.మర్రి యాదవ రెడ్డి గతంలో వెంచర్ల పేరు మీద చేసిన అక్రమ సంపాదనపై పూర్తి స్థాయి విచారణ జరుగు తుంది.కాళోజీ కళాక్షేత్రంలో జరిగిన టెండర్ల వ్యవహారంలో భారీ అక్రమాలు జరిగాయి. దీనిపై ఇప్పటికే విచారణకు ఆదేశించాం.అవినీతికి పాల్ప డిన సదరు కాంట్రాక్టర్‌ను బ్లాక్ లిస్ట్ లో పెడుతున్నాము.బాల సముద్రంలో అత్యంత విలువై న రూ. 150 కోట్ల కుడా ల్యాండ్ ను బీఆర్ఎస్ నాయకులు అడ్డ గోలుగా కబ్జా చేసి,అక్కడ తమ పార్టీ ఆఫీస్ కట్టుకున్నారు. ప్రభుత్వ ఆస్తులను దోచుకున్న చరిత్ర మీది.భద్రకాళి బండ్ - సుచిర్ ఇండియా కాంట్రాక్ట్‌పై విచారణ: "గత బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో ప్రతిష్టా త్మకమైన భద్రకాళి బండ్‌ను సుచిర్ ఇండియా సంస్థకు ఏ విధంగా కాంట్రాక్ట్ కట్టబెట్టారు? నిబంధనలను ఎలా తుంగలో తొక్కారు? అనే వ్యవహారం పైన కూడా మేము పూర్తి స్థాయి విచారణకు ఆదేశించాము. దీని వెనుక ఉన్న అసలు సూత్ర ధారుల ముసుగులు త్వరలోనే తొలగిపోతాయి." గతంలో మీరు వద్దని వదిలేసిన ప్లాట్లను వరంగల్ వెస్ట్ ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి, నేను కలిసి సరైన మార్కెటింగ్ చేశాం అత్యంత పారదర్శకంగా ఓపెన్ ఆక్షన్ (బహిరంగ వేలం) నిర్వ హించి కుడా సంస్థకు భారీ లాభాలు తెచ్చిపెట్టాం. వేలంలో పాల్గొన్న వారి పేర్లు, ఫోన్ నంబర్లు అన్నీ రికార్డుల్లో భద్రంగా ఉన్నాయి. అనుమా నం ఉంటే ఎవరైనా వారితో నేరుగా మాట్లాడు కోవచ్చు. మీ 10 సంవత్సరాల పాలనలో ఏ రోజైనా ఇలా ఓపెన్ ఆక్షన్‌లో ప్లాట్లు అమ్మిన ధైర్యం మీకు ఉందా?" హనుమకొండ నగరా న్ని అన్ని విధాలా అభివృద్ధి చేద్దామని మేము ప్రయత్ని స్తుంటే.. మీకు నచ్చక చిల్లర మాటలు, చిల్లర పనులతో అడ్డుపడుతున్నారు. ఆర్టీసీ ట్రేడింగ్ సెంటర్, స్పోర్ట్స్ కాంప్లెక్స్‌లను గతంలో ఎంతకు లీజుకు ఇచ్చారో, వాటి వెనుక ఎన్ని కోట్లు దండుకున్నారో సమాధానం చెప్పాలి.బినా మీల పేరుతో 59 జీఓను దుర్వి నియోగం చేస్తూ ప్రభుత్వ భూములను మీ పేరు మీద మార్చుకున్న వ్యవహారంపై ఇప్పటికే విజిలెన్స్ విచారణకు ఆదేశించాం. మీ అక్రమాలన్నీ త్వరలోనే బయటకు వస్తాయి.

మీరు వరంగల్‌ను దోచుకుంటే.. భద్రకాళి మాడ వీధుల అభివృ ద్ధికి మేము ప్రత్యేకంగా నిధులు తీసుకు వచ్చి పనులను వేగం గా ముందుకు తీసుకెళ్తున్నాం. దేవుడి సాక్షిగా చెప్తున్నా.. ప్రతి అక్రమార్కుడి పాచికలు త్వర లోనే కదులుతాయి.రాజకీయ ఉనికి కోసం తప్పుడు ఆరోపణ లు చేస్తే ప్రజలు నమ్మరని, బీఆర్ఎస్ నాయకులు చేసిన ప్రతి అన్యాయానికి చట్టపరం గా శిక్ష అనుభవించక తప్పదని చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రామిరెడ్డి స్పష్టం చేశారు.

అభివృద్ధే మా లక్ష్యం..

ప్రతి డివిజన్‌కు రూ.10 కోట్లకు పైగా నిధులు కేటాయించాం... ఎమ్మెల్యే నాయిని..

సాయి ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్ పశ్చిమ నియోజక వర్గంలో రాజకీయాలకు అతీతంగా ప్రజల అవసరాల ఆధారంగా అభివృద్ధి పనులు చేపట్టామని ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి తెలిపారు. శుక్రవారం రోజున రహమత్ నగరలోని మస్జిద్ ఆవరణలో అభివృద్ధి పనులకు కొబ్బరి కాయ కొట్టిన ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే నాయిని మాట్లాడు తూ ఏబీసీ కేటగిరీ విధానంలో అత్యవసర పనులకు ప్రాధాన్య త ఇస్తూ నిధులు కేటాయించి అభివృద్ధిని వేగవంతం చేశామని చెప్పారు.గత మూడు సంవత్సరాల్లో నియోజక వర్గంలోని ప్రతి డివిజన్‌కు సుమారు రూ.10 కోట్లకు పైగా అభివృద్ధి నిధులు కేటాయించినట్లు ఎమ్మెల్యే వెల్లడించారు. గతంలో కాంగ్రెస్ కార్పొరేటర్లు ఉన్న డివిజన్లకు కనీసం రూ.50 లక్షల నిధులు కూడా అందలేదని, ప్రస్తుతం మాత్రం వివక్ష లేకుండా అన్ని డివిజన్లలో సమాన అభివృద్ధి జరుగుతోందని పేర్కొన్నారు.

కాజీపేట పోలీస్ స్టేషన్ నుంచి సోమిడి వరకు ప్రధాన రహదారి అభివృద్ధి, అంతర్గత సీసీ రోడ్ల నిర్మాణం, డ్రైనేజీ వ్యవస్థల ఏర్పాటు, ఎస్సీ కాలనీల్లో మౌలిక సదుపాయాల కల్పన వంటి పనులు విస్తృతంగా చేపట్టామని తెలిపారు.

గతంలో అభివృద్ధికి నోచుకోని ప్రాంతాల్లో కూడా రోడ్లు, డ్రైనేజీ పనులు పూర్తి చేసి ప్రజలకు మెరుగైన సౌకర్యాలు కల్పించా మని చెప్పారు.ప్రజలకు ఇచ్చిన ప్రతి హామీని నిలబెట్టుకోవడమే తమ ప్రభుత్వ లక్ష్యమని ఎమ్మెల్యే స్పష్టం చేశారు. రహ్మత్‌నగర్ మసీదు పరిసర ప్రాంత అభివృద్ధి, మసీదు వద్ద రహదారి నిర్మాణం వంటి పనులను పూర్తి చేయడం తనకు ఎంతో సంతృప్తినిచ్చిం దన్నారు.కమిషన్లు లేదా వ్యక్తిగత ప్రయోజనాల కోసం కాకుండా ప్రజల అభివృద్ధే తమ ధ్యేయమని, చేసిన పనిని ప్రజలు గుర్తించి అభినందిం చడమే తమకు పెద్ద బహుమ తిగా భావిస్తున్నామని ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి అన్నారు. ప్రజల కోసం పూర్తి సమయాన్ని కేటాయిస్తూ ఇదే అంకిత భావంతో అభి వృద్ధి కార్యక్రమాలు కొనసాగి స్తామని ఆయన స్పష్టం చేశా రు.

చారిత్రిక శ్రీ రుద్రేశ్వర స్వామి వారి వేయి స్తంభాల దేవాల యంలో సంకటహరి చతుర్థి అభిషేకాలు..

సాయి ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

చారిత్రిక శ్రీ రుద్రేశ్వర స్వామి వారి వేయి స్తంభాల ఆలయం లో శుక్రవారం సంకటహర చతుర్థి నీ పురస్కరించుకొని సాయంకాలం సమయాన కాకతీయుల కాలం నాటి ఉత్తిష్ఠ గణపతికి శీగ్ర కారుణ్య కుడైన శాంతి తేజస్సు మనల ను సంరక్షించు గణపతి వరాల కోట మనపై వర్షించు పుణ్య కర్మలను మాత్రమే ఆచరించేలా గణపతి కటాక్షించును. క్షుద్ర మైన జీవనాన్ని తొలగించి భద్రమైన జీవితాన్ని ఇచ్చే ఉత్తిష్ఠ గణపతి అభయాని చ్చుతూ కరుణ పరిపూర్ణ శుభాలతో విస్తరించు విపత్తు లను విసిరికొట్టే ఉత్తిష్ఠ గణపతి మన గ్రహ బాధలను తొలగించే శీఘ్రకారకుడైన ఉత్తిష్ట గణపతి కి గణపతి అధర్వణ శీర్షణ మూల మంత్రయుక్తశీగా పంచామృతాభిషేకం నారికేల జలాభిషేకం కుంకుమ హరిద్రా లేపన అభిషేకం నిర్వహించారు ఇతరుల కన్నా ఉన్నతులుగా భిన్నంగా గణవ్యవస్థ తమను నిలిపిందని భావించిన ఆర్య ప్రజలు తమ గణాలకుపతిగా మహాగణపతికి హవిస్సులు అర్పించుకున్నారు.

సాయన భాష్యంలో గణానాం అంటే దేవాది గణాలని గణేశా అంటే వేదమంత్రాది స్తోత్రాలతో సుత్తించే వారి నాయకుడు అని అర్థం ఈ విశేషణాలన్నీ ఋగ్వేద కాలంలో ఇంద్రుడిని ఉద్దేశించినవి అప్పటికి ఇంద్రుడే గణపతి. తర్వాతి కాలంలో గణపతిని రుద్రుడి రూపంగా యజుర్వేదం భావించింది రుద్ర నమకంలో నమో గణేభ్యో గణపతి భ్యశ్చ వో నమహ:దేవగణాల రూపం ఉన్న నీకు నమస్కారం దేవగణాలకు పతివైన నీకు నమస్కారం అంటుంది యజుర్వేదం దేవగణాలూ దేవ గణపతి ఇద్దరూ ఒక్కరే అయినా ఈ మహాగణపతి రుద్రుడు రూపంగా కనిపిస్తాడు ఋగ్వేద కాలంలో ఇంద్రుడు తర్వాత యుగంలో రుద్రుడు గణపతులుగా వ్యవహరించి ఉన్నారు...ఈ కార్యక్రమంలో కార్యనిర్వాహణాధికారి డి అనిల్ కుమార్,వైదిక బృందం గంగు ఉపేంద్ర శర్మ , మణికంఠ శర్మ అవధాని, ప్రణవ్, తదితరులు అభిషేకం నిర్వహించారు.. హనుమకొండ పశ్చిమ మాజీ ఎమ్మెల్యే దాస్యం వినయ్భాస్కర్ మరియు వారి బంధువులు పూజా కార్యక్రమంలో పాల్గొని స్వామివారిని దర్శించు కున్నారు.

ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియపై అవగాహన సమావేశం నిర్వహించిన డాక్టర్ శ్రీగోదా విష్ణు రెడ్డి..

(సాయి.. ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్)

ప్రత్యేక ఓటరు జాబితా సమగ్ర సవరణ కార్యక్రమాన్ని సమర్థ వంతంగా, తప్పుల్లేకుండా పూర్తి చేయాలనే లక్ష్యంతో వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి కుమార్తె డాక్టర్ శ్రీగోదా విష్ణు రెడ్డి గురువారం బీఎల్ఏలకు ప్రత్యేక అవగా హన సమావేశం నిర్వహిం చారు.ఈ సందర్భంగా 6, 49, 50, 52, 53, 54 డివిజన్ల పరిధిలోని బీఎల్ఏలు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులతో సమావేశమై ఎన్యుమరేషన్ ఫారాలను సరైన విధంగా నింపడం, ఓటర్ల వివరాలను పొరపాట్లు లేకుండా నమోదు చేయడం, అవసరమైన సవరణలు చేయడం, 2002 ఓటరు జాబితాను ప్రస్తుత పోలింగ్ స్టేషన్ నంబర్లతో సరిపోల్చే విధానంపై సవివరంగా అవగాహన కల్పించారు. అలాగే ఎస్ఐఆర్ ప్రక్రియను వేగవంతంగా, పారదర్శకంగా పూర్తి చేయాలని సూచిస్తూ, ప్రతి అర్హత కలిగిన ఓటరికి సరైన మార్గదర్శకత్వం అందించి ఎలాంటి లోపాలకు తావు లేకుండా బాధ్యతా యుతంగా విధులు నిర్వహించాలని బీఎల్ఏలకు పిలుపునిచ్చారు.ఈ కార్యక్ర మంలో సంబంధిత డివిజన్ ఇన్‌చార్జీలు, డివిజన్ అధ్యక్షులు, మాజీ కార్పొరేటర్లు, బూత్ లెవల్ ఏజెంట్లు (బీఎల్ఏలు), సీనియర్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సింగరేణిని సర్వనాశనం చేసింది బిఆర్ఎస్

జిల్లా చైర్మన్ పైడిమల నర్సింగ్

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి గత పది సంవత్సరాల కాలంలో బిఆర్ఎస్ పార్టీ సింగరేణిని నాశనం చేసిన ఘనత కెసిఆర్ కే దక్కుతుందని మంచిర్యాల కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎస్సీ సెల్ జిల్లా చైర్మన్ పైడిమల్ల నర్సింగ్ పేర్కొన్నారు. మందమర్రి ప్రెస్ క్లబ్ విలేకరుల సమావేశంలో ఆయన మాట్లాడుతూ సింగరేణి పరిరక్షణ కమిటీపేరుతో గత కొన్ని రోజులుగా హరీష్ రావు తిరుగుతూ రెండు రోజుల క్రితం హరీష్ రావు బాల్క సుమన్ ఎమ్ ఎన్ ఆర్ గార్డెన్ లో సమావేశంలో మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ సింగరేణిని విస్మరించిందని నాశనం చేసిందని ఆయన మాట్లాడారని బి ఆర్ ఎస్ ప్రభుత్వం వస్తే సింగరేణిలో ఓపెన్ కాస్టు ఓసీలు ఉండవని అవసరమైతే ఓసీపీ ల వద్ద కాపల ఉంటామని అన్నారని మరి కేకే ఓ సి పి, ఆర్ కే ఓ సి పి, రావడానికి మీరు కారణం కాదని ఆయన ప్రశ్నించారు. అంతేకాక సింగరేణిలో కేసీఆర్ కూతురు కల్వకుంట్ల కవితను తెలంగాణ బొక్కగాని కార్మిక సంఘం గౌరవ అధ్యక్షులుగా నియమించింది మీరు కాదాని సింగరేణి కార్మికుల సీఎం పి ఎఫ్ పండు కూడా మల్లించిన ఘనత మీదే నని ఆయన మండిపడ్డారు.

తెలంగాణ సాయుధ పోరాట తొలి అమరుడు దొడ్డి కొమరయ్య

జూలై 4.. దొడ్డి కొమరయ్య వర్ధంతి

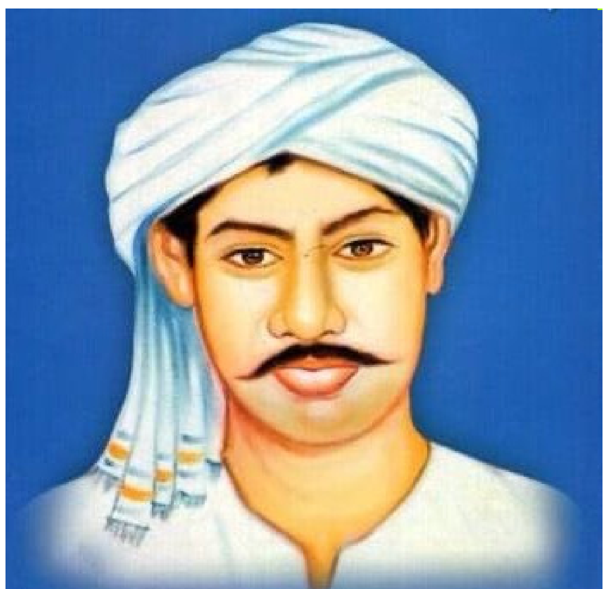
2లో

క్యాల్షియం లోపం.. ఆమెకు శాపం

3లో

తెలంగాణ సాయుధ పోరాట తొలి అమరుడు దొడ్డి కొమరయ్య

జూలై 4.. దొడ్డి కొమరయ్య వర్ధంతి



తెలంగాణ చరిత్రలో దొడ్డి కొమరయ్య పేరు ఒక శాశ్వత చిహ్నం. అతను ఒక వ్యక్తి కాదు --- ఒక చైతన్యం, ఒక ఉద్యమ కెరటం. భూస్వామ్య దోపిడీ, వెట్టి చాకిరి, జాతి వివక్ష, నిజాం నియంతృత్వం వంటి అన్యాయాలపై తొలి ఉద్యమపు అగ్రశ్రేణి పోరాట యోధుడు. ప్రజల జీవన హక్కుల కోసం పోరాడుతూ తన ప్రాణాన్ని అర్పించిన తొలి అమరుడు. ఈయన కథ తెలంగాణ ప్రజల చరిత్రలో మరచి పోలేని విప్లవగాథ. తెలంగాణ సాయుధ పోరాటానికి పూర్వ నేపథ్యం తెలుసుకోవాల్సి వస్తే, నిజాం పాలిత హైదరాబాద్ సంస్థానంలోని సామాజిక పరిస్థితుల వైపు దృష్టి మళ్లించాలి. నిజాం రాజ్య వ్యవస్థ బ్రిటిష వలస పాలనను దాటిపోయే విధంగా ఫ్యూడల్ భూస్వామ్యపు పెత్తనాన్ని నిగ్రహ రహితంగా అమలు చేసింది. పేద రైతులు తమ భూముల్లోనూ భూస్వాముల అనుమతి లేకుండా సాగు చేయలేని స్థితి. బలవంతపు పన్నులు, వడ్డీలు, శ్రమ దోపిడీ సామాన్య జీవనాన్ని అంధకారపు తెరల్లోకి నెట్టేశాయి. వెట్టి చాకిరి --- అశేష తెలంగాణ ప్రజానీకం దశాబ్దాల తరబడి ఎదుర్కొన్న శాప గ్రస్త జీవితం. వ్యవసాయ భూములు నిజాం ప్రభుత్వానికే చెందాలన్న భావ జాలంతో, దొరలు దేశ్‌ముఖ్‌లుగా నియమితులై ప్రజలపై రాజనీతి, ఆర్థికంగా ఆడి పాడారు. వివిధ పేర్లతో బహుళ రకాల పన్నుల భారం ప్రజలపై మోప బడింది. తల్లిదండ్రుల బాకీ తాళం విడిపించు కోవాలంటే, వారి పిల్లలు దొరల ఇంట్లో పనులు చేయాల్సిన దుస్థితి. ఇది కేవలం ఆర్థిక అంశం కాదు --- ఇది మానవీయ హక్కుల విషయం.

ఈ నిష్ఠూర పాలనకు వ్యతిరేకంగా ప్రజలలో చైతన్యం తెచ్చేందుకు కమ్యూనిస్టు పార్టీ ఓ మార్గదర్శక పాత్ర పోషించింది. విప్లవ ప్రచార కర్తలు గ్రామాల చుట్టూ తిరుగుతూ భూస్వామ్య దోపిడీపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించారు. సంఘాల రూపంలో గ్రామ స్థాయిలో ప్రజా సంఘటనలు ఆవిర్భవించాయి. ఇదే సమయంలో, యువతలో ఉద్యమ స్ఫూర్తి మేల్కొంది. ఆ యువశక్తిలో అగ్రగామిగా నిలిచిన వ్యక్తి --- దొడ్డి కొమరయ్య. కొమరయ్య 1927 ఏప్రిల్ 3న వరంగల్ జిల్లా లోని (ప్రస్తుతం జనగామ జిల్లా) దేవరుప్పుల మండలానికి చెందిన కడివెండి గ్రామంలో పుట్టాడు. కురుమ వృత్తి నిరత కుటుంబంలో పుట్టినా, ధైర్యమే ఆయన మూలధనం. చిన్న వయస్సులోనే వ్యవసాయ శ్రమలో పాల్గొన్న ఆయన, దొరల అరాచకాల పట్ల అసహనంతో ఉన్నాడు. అతని అన్న దొడ్డి మల్లయ్య కమ్యూనిస్టు ఉద్యమంలో చురుకైన నాయకుడు. ఆ ప్రభావంతో కొమరయ్య బాల్యం లోనే ప్రజా సమస్యలపై స్పందించడం ప్రారంభించాడు. ప్రజల్లో ఉన్న భయాన్ని చెరిపి వేసే ధైర్యం, చైతన్యం ఆయన వాణిలో ప్రతిఫలించేది.

కడివెండి గ్రామంలోని దేశ్‌ముఖ్ రాంచంద్రారెడ్డి, అతని తల్లి జానకమ్మలు ప్రజల భూములు, పంటలు, పశువులపై తమదైన హక్కులున్నట్లు ప్రవర్తించేవారు. ప్రజలు నిరంతరం దాడులకు, అవమానాలకు గురయ్యేవారు. దొడ్డి మల్లయ్య ఆధ్వర్యంలో "గుత్పల సంఘం", "వడిసెల సంఘం", "కారంపొడి సంఘం"లు ఏర్పడ్డాయి. వీటివల్ల ప్రజల్లో వ్యతిరేకత పెరిగింది. కొమరయ్య ఈ సంఘాల ద్వారా గ్రామ స్థాయిలో ప్రజలకు చైతన్యం తీసుకొచ్చాడు. అన్యాయాలను భరించ వద్దని, తిరగ బడాలని నినదించాడు. 1946 జూలై 4వ తేదీ --- తెలంగాణ చరిత్రలో మరిచి పోలేని రోజు. దేశ్‌ముఖ్ గడిపై తిరుగుబాటు చేయాలని నిర్ణయించిన గ్రామ ప్రజలు ఊరేగింపుగా, నినాదాలతో ముందుకు సాగారు. దొడ్డి మల్లయ్య, దొడ్డి కొమరయ్య ముందుండి నడిపించారు. గడిలో దాగి ఉన్న రజాకార్‌లు, దేశ్‌ముఖ్ బంట్లు కాల్పులు జరిపారు. ఈ కాల్పుల్లో దొడ్డి కొమరయ్య ఛాతీలో బుల్లెట్ తగిలి అక్కడికక్కడే వీరమరణం పొందాడు. అప్పటికి అతని వయస్సు కేవలం 19 సంవత్సరాలు మాత్రమే.

ఈ సంఘటన తెలంగాణ సాయుధ పోరాటానికి మారుపథాన్ని ఇచ్చింది. అప్పటివరకు వాదనలతో, వ్యతిరేకతలతో సాగిన ఉద్యమం ఇకపై తుపాకులతో, ప్రాణాల బలిదానాలతో సాగవలసిన నిశ్చయానికి వచ్చిందని ఈ సంఘటన తెలియ జేసింది. కొమరయ్య మరణం విన్న గ్రామాలు రగిలి పోయాయి. దొరల గడులు కాలి పోయాయి. భూస్వామ్య వ్యతిరేకత తెలంగాణ మట్టిలో విప్లవ స్వరూపాన్ని తీసుకుంది. "దున్నేవాడిదే భూమి" అన్న నినాదం మానవ హక్కుగా మారింది. 1946 నుంచి 1951 వరకు సాగిన ఈ సాయుధ పోరాటంలో వేలాది మంది యువకులు ప్రాణాలను పణంగా పెట్టారు. లక్షల ఎకరాల భూమి లేని పేదలకు పంచబడింది. నిజాం పాలన కుదేలైంది. 1948 సెప్టెంబర్ 17న "ఆపరేషన్ పోలో" ద్వారా భారత ప్రభుత్వం హైదరాబాద్ సంస్థానాన్ని భారత సమాఖ్యలో విలీనం చేయ గలిగింది. ఇది తక్షణ విజయంగా కనిపించినా, దాని వెనుక శ్రమించిన అమరుల రక్తం, ధైర్యం మసక బారనిది. దొడ్డి కొమరయ్య ఆ అమరులలో తొలి జ్యోతి.

ఆయన త్యాగం కేవలం తెలంగాణ సాయుధ పోరాటానికి మాత్రమే కాదు, దశాబ్దాల తర్వాత ఉవ్వెత్తున ఎగిసిన తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన ఉద్యమానికి కూడా బలాన్నిచ్చింది. కొమరయ్య పేరు జెండాలపై మెరిసింది, నినాదాలలో పలికింది, ప్రజా పాటల గుండెల్లో వినిపించింది. విద్యార్థి సంఘాల పేర్లలో ఆయనను గుర్తు చేసుకున్నారు. ఉద్యమాలలో స్ఫూర్తిగా నిలిచారు. దొడ్డి కొమరయ్య --- పేదల హక్కుల కోసం ప్రాణం అర్పించిన తొలి దీపం. అణచివేతకు వ్యతిరేకంగా ఉవ్వెత్తున ఎగిసిన ధీర కెరటం . ప్రజల గుండెల్లో చిరకాలం నిలిచే తెలంగాణ యోధ కిశోరం.

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

ఆయిల్ పామ్ సాగుతో ఫలితాలు రైతు ప్రభాకర్ రెడ్డికి సన్మానం

ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

సుల్తానాబాద్ మండలం రేగడి మద్దికుంట గ్రామంలోని గోపిడి ప్రభాకర్ రెడ్డి ఆయిల్ పామ్ సాగుతో అద్భుత ఫలితాలు సాధిస్తుండడంతో, జిల్లా ఉద్యాన, పట్టు పరిశ్రమ అధికారి గడ్డం శ్యామ్ ప్రసాద్ తోటను శుక్రవారం పరిశీలించి, రైతును సన్మానించారు. వరి సాగుకు భిన్నంగా ఆయిల్ పామ్ వైపు మళ్ళిన రైతు ప్రభాకర్ రెడ్డి, అంతర పంటలతో అదనపు ఆదాయం పొందారు. ప్రభుత్వం అందించిన ప్రోత్సాహకాలతో, ఇప్పుడు దిగుబడి దశకు చేరుకుంది. చీడపీడల బెడద లేని ఈ పంట, అడవి జంతువుల నుండి కూడా సురక్షితమని రైతు పేర్కొన్నారు. అల్లీపూర్ గ్రామానికి చెందిన గోపిడి ప్రభాకర్ రెడ్డి తన వ్యవసాయ పద్ధతుల్లో విప్లవాత్మక మార్పులు తీసుకొచ్చారు.

గతంలో తన ఆరు ఎకరాల భూమిలో వరి సాగు చేసే ప్రభాకర్ రెడ్డికి, పెట్టుబడులు పోను ఏడాదికి దాదాపు 3 లక్షల రూపాయల ఆదాయం వచ్చేది. అయితే, 2022లో తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఉద్యాన శాఖ ద్వారా చేపట్టిన ఆయిల్ పామ్ సాగు ప్రోత్సాహకాలను అందిపుచ్చుకోవాలని ఆయన నిర్ణయించుకున్నారు. ఫలితంగా, 2022 సెప్టెంబర్ 9న ప్రభుత్వం అందించిన సబ్సిడీతో ఆరు ఎకరాల్లో ఆయిల్ పామ్ మొక్కలను నాటారు. ఆయిల్ పామ్ మొక్కలు నాటిన తర్వాత, మొదటి సంవత్సరంలో అంతర పంటగా అరటిని, రెండవ సంవత్సరంలో కూరగాయలను సాగు చేశారు. దీనివల్ల ఉద్యాన శాఖ ప్రోత్సాహంతో పాటు, ఈ అంతర పంటల ద్వారా అదనపు ఆదాయం లభించింది. మొక్కల పెరుగుదల, ఎరువుల యాజమాన్యం మరియు నీటి నిర్వహణపై వ్యవసాయ అధికారుల సలహాలను పాటిస్తూ, తోటను క్రమపద్ధతిలో సాగు చేశారు.?అంచనాలకు మించిన దిగుబడిప్రస్తుతం ఆయిల్ పామ్ గెలలు కోతకు సిద్ధమయ్యాయి. మొదటి కోతలోనే ఆరు టన్నుల వరకు దిగుబడి వస్తుందని రైతు అంచనా వేస్తున్నారు.

మార్కెట్ ధర ప్రకారం టన్నుకు 23,780 రూపాయల చొప్పున ఆదాయం అందుతుందని, అన్ని ఖర్చులు పోను సుమారు 1.5 లక్షల రూపాయల నికర లాభం వస్తుందని ఆయన సంతోషం వ్యక్తం చేశారు. ఆయిల్ పామ్ సాగులో ప్రతి నెలా ఆదాయం వచ్చే అవకాశం ఉండటం విశేషం.

వరిగడ్డి వంటి సాంప్రదాయ పంటలతో పోలిస్తే, ఆయిల్ పామ్ సాగు చాలా సులభమని ప్రభాకర్ రెడ్డి తోటి రైతులకు సూచిస్తున్నారు. ముఖ్యంగా పంటకు చీడపీడల బెడద చాలా తక్కువని, అడవి పందులు లేదా కోతుల వంటి జంతువుల వల్ల నష్టం జరిగే అవకాశం లేదని ఆయన తెలిపారు. దీంతో రైతులు భయం లేకుండా ఈ పంటను సాగు చేసుకోవచ్చని ఆయన భరోసా ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచ్ సాయి కిరణ్, పెద్దపల్లి ఉద్యాన అధికారి సుంకే మహేష్, ఉద్యాన విస్తరణ అధికారి బి. మహేష్, వ్యవసాయ విస్తరణ అధికారి రవి తేజ మరియు ఆయిల్ పామ్ ఫీల్డ్ ఆఫీసర్ శ్రీధర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరంగల్ మెత్రాసన నూతన పీఠ కాపరికి ఎమ్మెల్యే నాయిని శుభాకాంక్షలు..

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్ మెత్రాసన నియమిత పీఠ కాపరి దుర్గంపుడి విజయ పాల్ పీఠాధిపత్య అభిషేక మహోత్సవానికి వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ శాసన సభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి ,వర్ధన్నపేట శాసన సభ్యు లు కే.ఆర్. నాగరాజు ,డీసీసీ అధ్యక్షులు ఇనగాల వెంకట్రామ్ రెడ్డి హాజరయ్యారు. ఈ సంద ర్భంగా నూతన పీఠ కాపరి దుర్గంపుడి విజయపాల్ ని శాలువాతో ఘనంగా సత్కరిం చి, పుష్పగుచ్ఛం అందజేసి హృదయపూర్వక శుభాకాం క్షలు తెలియజేశారు. ఆయన పీఠాధిపత్యంలో వరంగల్ మెత్రాసనం ఆధ్యాత్మిక సేవా కార్యక్రమాలను మరింత విస్తరించి, సమాజానికి శాంతి, సామరస్యం, మానవతా విలువలను చాటిచెప్పేలా ముందుకు సాగాలని ఆకాంక్షించారు. ఈ కార్యక్ర మంలో మత పెద్దలు, ప్రజాప్ర తినిధులు, క్రైస్తవ మత విశ్వాసులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, పాల్గొన్నారు.

తీర్మలపూర్ గ్రామం అంగన్వాడి కేంద్రంలో ఉచిత కరెంటు మీటరు అమర్చిన ఏ ఈ రాజేష్

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలంలోని తీర్మలపూర్ గ్రామంలో శుక్రవారం రోజున గ్రామపంచాయతీలో గల అంగన్వాడి కేంద్రంలో కేంద్ర ప్రభుత్వం పథకం ద్వారా ఉచిత కరెంటు మీటరు అమర్చడం జరిగింది..

ఈ సందర్భంగా గ్రామస్తులు కరెంటు డిపార్ట్మెంట్కు కృతజ్ఞతలు ధన్యవాదాలు తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో కరెంట్ డిపార్ట్మెంట్ ఏఈ రాజేష్ ,అంగన్వాడి ఉపాధ్యాయురాలు శ్రీదేవి, లైన్మెన్ ఖదీర్, గొంతి జయరాం, విజయ్, గ్రామస్తులు పాల్గొన్నారు

సింగరేణిని రాజకీయ వేదికగా మార్చొద్దు - కార్మికుల చెమటను రాజకీయ లాభాలకు వాడుకోవద్దు

ఏఐటీయూసీ ప్రధాన కార్యదర్శి కొరిమి రాజ్‌కుమార్

పల్లె సమ్మయ్య ప్రత్యక్ష సాక్షి మందమర్రి

మందమర్రి సింగరేణి బొగ్గు ఉత్పత్తి, గణాంకాల అంశంపై మాజీ మంత్రి హరీష్‌రావు మాట్లాడాలనుకుంటే దానికి సరైన వేదిక తెలంగాణ శాసనసభని ప్రభుత్వం అక్కడ సమాధానం చెబుతుందని అవసరమైతే సింగరేణి యాజమాన్యం అధికారికంగా వివరణ ఇస్తుందని గనులపైకి వచ్చి పదేపదే మీడియా సమావేశాలు నిర్వహిస్తూ సింగరేణి సంస్థను రాజకీయ వివాదాల్లోకి లాగడం వల్ల సంస్థ ప్రతిష్ట,పరపతి దెబ్బతింటుందని ఏఐటీయూసీ ప్రధాన కార్యదర్శి కొరిమి రాజకుమార్ అన్నారు.

2017లో బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వ హయాంలో సుమారు 7.5 మిలియన్ టన్నుల అదనపు బొగ్గు ఉత్పత్తి చూపించారని, అప్పట్లో ప్రస్తుతం మీ పార్టీలో ఉన్న ఎమ్మెల్సీ దాసోజు శ్రావణ్,బహిరంగంగా విమర్శించిన విషయం అందరికీ తెలిసిందేనని అప్పుడు మౌనం వహించిన ఇప్పుడు నీతులు చెప్పడం రాజకీయ అవకాశవాదానికి నిదర్శనంని ఎవరిదైనా, తప్పు జరిగితే ప్రశ్నించడం మా విధానంని బొగ్గు ఉత్పత్తి గణాంకాలపై అనుమానాలు ఇవాళ కొత్తగా వచ్చినవి కావుని గతంలో బీఆర్ఎస్ ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్న సమయంలో కూడా ఇదే తరహా ఆరోపణలు చేస్తూ హైదరాబాద్‌లో ప్రెస్‌మీట్లు నిర్వహించారు. అధికారంలో ఉన్నా, ప్రతిపక్షంలో ఉన్నా రాజకీయ అవసరాలకు అనుగుణంగా సింగరేణిని రాజకీయ వేదికగా ఉపయోగించుకోవడం దివాలా తనానికి నిదర్శనమని ఏఐటీయూసీ మాత్రం మొదటి నుంచీ ఒకే విధానాన్ని అనుసరిస్తోందని సింగరేణి ప్రతిష్టకు భంగం కలిగించే రాజకీయాలను ఎవరు చేసినా తీవ్రంగా వ్యతిరేకిస్తాంని ఎఐటియుసి పేర్కొంది. యూనియన్ గౌరవ అధ్యక్షులు కూనశేనేని సాంబశివరావు ఎమ్మెల్యే మిమ్మల్ని ఎల్లప్పుడూ హరీష్‌రావు అని గౌరవంగా సంబోధించారు. మీరు మాత్రం సాంబశివరావు అంటూ పదేపదే ఏకవచనంతో సంబోధించడం హుందాతనం కాదు. వ్యక్తిగత గౌరవాన్ని దెబ్బతీసే భాషను ఉపయోగించడం ప్రజాస్వామ్య సంస్కృతికి తగదని రాజకీయాల్లో పరస్పర గౌరవాన్ని పాటించడం ప్రతి నాయకుడి బాధ్యతని మణుగూరు డీప్‌సైడ్ బ్లాక్ సింగరేణికే కేటాయించాలని నిరాహార దీక్షలు చేస్తున్న సందర్భంగా విలేకరులు అడిగిన ప్రశ్నకు మా గౌరవ అధ్యక్షులు కొత్తగూడెం ఎమ్మెల్యే కూనంనేని సాంబశివరావు ఇచ్చిన సమాధానాన్ని కావాలనే వక్రీకరించడం దురుద్దేశపూరితం. ఆయన ఎక్కడా బొగ్గు దొంగతనం జరగలేదు అని చెప్పినాడు రాబోయే సింగరేణి గుర్తింపు సంఘం ఎన్నికలను దృష్టిలో పెట్టుకుని సంస్థ పేరును రాజకీయ ప్రచారానికి ఆయుధంగా మార్చే ప్రయత్నాలను వెంటనే నిలిపివేయాలి. దాదాపు 70 వేల మంది శాశ్వత, కాంట్రాక్టు కార్మికుల భవిష్యత్తు, వారి కుటుంబాల జీవనోపాధి కంటే ఎన్నికలకే ప్రాధాన్యం ఇవ్వడం అత్యంత దురదృష్టకరంని సింగరేణిలో అధిక రాజకీయ జోక్యం, అవినీతి వల్ల సంస్థ తీవ్రంగానష్టపోయిందని. సింగరేణికి భవిష్యత్తులేని పరిస్థితి నెలకొందని. ఈ వాస్తవాన్ని కార్మికులు గమనిస్తున్నారని కార్మికుల ఐక్యతను దెబ్బతీసే, సింగరేణి ప్రయోజనాలకు భంగం కలిగించే రాజకీయ జోక్యాన్ని ఏఐటీయూసీ తీవ్రంగా ప్రతిఘటిస్తుందని కొరిమి రాజ్ కుమార్ పేర్కొన్నారు.

రంగశాయిపేటలో ఓటర్ ఐడెంటిఫికేషన్

ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగశాయిపేట

వరంగల్ నగరంలోని రంగసాయిపేట యాదవ నగర్ లో శుక్రవారం రోజున దామర కొండ కరుణాకర్ ఆధ్వర్యంలో ఇంటింటా ఓటర్ ఐడిఫికేషన్ కార్యక్రమానికి నిర్వహించారు ఈ కార్యక్రమానికి కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకుడు దామర కొండ కరుణాకర్ పాల్గొని ఈ కార్యక్రమాన్ని ప్రారంభించారు ఈ కార్యక్రమంలో బక్కి కల్పన కాని గంటి పద్మ చిట్ల హేమావతి కత్తి ఎల్లా గౌడ్ బిఎల్ఓ స్థానికులు భారీ సంఖ్యలో హాజరై ఓటర్ ఐడిఫికేషన్ పరిశీలించారు

పోతనగల్ మండల కేంద్రంలో బారడి పోచమ్మ ఆలయం ప్రతిష్టాపన..

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్

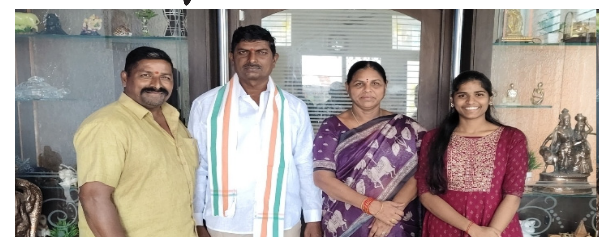
నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండల కేంద్రంలోని శుక్రవారం రోజున బారడి పోచమ్మ ఆలయంలో పూజలు నిర్వహించారు ప్రతి సంవత్సరం తప్పక ఆనవాయితీగా ఈ పండగ జరుపుకుంటాము అని చెప్పారు అనేకమంది భక్తులు వచ్చి తమ మొక్కులను తీర్చుకున్నారు ఈ సందర్భంగా గ్రామపంచాయతీ సఫై కార్మికులకు గుర్తించి వారు ఎంత కష్టపడుతూ గ్రామన్ని శుభ్రంగా ఉంచుతున్నారని దృక్పథంతో వారిపై కనికరం చూపి 8 మంది సిబ్బందికి తమవంతుగా ఆర్థిక సహాయం అందజేసిన డైనమిక్ లీడర్ పబ్బ శేఖర్ చీరలు పంపిణీ చేశారు ఈ సందర్భంగా సఫై సిబ్బంది పబ్బ శేఖర్ కు కృతజ్ఞతలు ధన్యవాదాలు తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో పబ్బ శేఖర్

,మాజీ సర్పంచ్ విట్టల్, మాజీ ఎంపిటిసి కేశ వీరేశం, గ్రామ పెద్దలు గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

వరంగల్ క్లబ్ ఈసీ మెంబర్ రవికి శుభాకాంక్షలు తెలిపిన నరిగే శ్రీను

ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగశాయిపేట

వరంగల్ నగరంలోని 32 వ డివిజన్ మాజీ కార్పొరేటర్ పల్లం రవి వరంగల్ క్లబ్ ఈసీ మెంబర్ గా విజయం సాధించిన సందర్భంగా శుక్రవారం రోజున నరిగే శ్రీను మరియు నరిగే కళ్యాణి పల్లం రవి గారి నివాసానికి వెళ్లి మర్యాదపూర్వకంగా కలిసి కాంగ్రెస్ కండువాతో సత్కరించి శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.



పిల్లలకు కొత్త నైపుణ్యాలు నేర్పిద్దాం

ప్రస్తుత కంప్యూటర్ యుగంలో ఉన్న మనతోపాటుగా ప్రపంచమంతా ఉరుకులు పరుగులతో కూడిన జీవితంలో సతమతమవుతున్నాం. కెరీర్, ఉద్యోగం, వ్యాపారం ఇలా కారణాలేమైనా వాటిని అందుకునే క్రమంలో పిల్లల పట్ల ఒకింత నిర్లక్ష్య ధోరణిని ప్రదర్శిస్తూనే ఉన్నాం. వాళ్లే స్వయం శక్తితో ఎదుగుతారనే భరోసా కావొచ్చు. ప్రతిదీ నేర్చుకుంటారనే నమ్మకమైనా ఉండొచ్చు. ఇంటిల్లిపాదీ ఇలా ఉరుకులు పరుగులు తీస్తున్న క్రమంలో పిల్లల చదువు, పెంపకం, ఆరోగ్యం ఇలా అనేక అంశాలు ప్రభావితం అవుతూనే ఉన్నాయి. తల్లిదండ్రులు బిజీగా గడుతున్న సమయంలో పిల్లలు మొబైల్‌ఫోన్లకు అలవాటు పడి వాటికి బానిసలుగా మారుతున్నారు. ఏదో కొద్దిసేపైతే ఫర్వాలేదు. ఖాళీ దొరికినప్పుడల్లా ఫోన్లతో వాళ్లు కూడా గడిపేస్తుండటం నేడు అన్నిచోట్లా చూస్తున్నాం. ఫోన్ లేదా టీవీలకు పిల్లలు అతుక్కుపోవటం కొంచెం ఆందోళన కల్గించే విషయమే. ఫలితంగా రొటీన్ పనుల చట్రంలో ఇరుక్కుపోయి స్థూలకాయులు, మందమతులుగా పిల్లలు మారిపోయే ప్రమాదం ఉంది. ఇక్కడ ఎవ్వరినీ నిందించాల్సిన అవసరం లేదు.

నేటి రోజుల్లో ఇంట్లో భార్యాభర్తలు ఇద్దరూ ఉద్యోగాలు చేస్తుండటం తెలిసిందే. లేనిపక్షంలో కుటుంబ జీవనం గడవటం కష్టమవుతోంది. ఈ క్రమంలో పిల్లల పెంపకం విషయంలోనూ కాసింత ఓపిగ్గా తల్లిదండ్రులు కొంత శ్రద్ధ తీసుకుని వారిని సన్మార్గంలో నడిపించేందుకు కృషి చేస్తే మంచి ఫలితాలు వస్తాయి. తాము బిజీగా ఉంటున్నామనే పేరుతో పిల్లల పెంపకం, వారి జీవన విధానాన్ని గాలికొదిలేస్తే ఆ ప్రభావం వారి పెంపకం, వృద్ధి, వికాసంపై కూడా పడుతుంది. ప్రతిరోజూ ఎంతోకొంత సమయం పిల్లలకు కేటాయిస్తే వారి ఇబ్బందులు, సమాజపరంగా ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు, చదువుపరంగా కావాల్సిన అవసరతలు తెలుసుకుని పరిష్కరించటానికి అవకాశం ఉంటుంది. మరికొన్ని రోజుల్లో వేసవి సెలవులు రాబోతున్నాయి. ఈ సెలవుల్లో తమ పిల్లల ఆసక్తులను తెలుసుకుని, గమనించి తల్లిదండ్రులు తమ పిల్లలకు ఏదోఒక కొత్త నైపుణ్యాలను నేర్పిస్తే వారిలో ఆత్మవిశ్వాసాన్ని పెంపొందించే అవకాశం ఉంటుంది.

నైతిక విలువలు : పిల్లలకు నీతికథలు, సూక్తులు, జాతీయాలు, మంచీచెడు గురించిన విచక్షణ గురించి సవివరంగా తెలియజేయాలి. ఎలా ఉండాలి? ఎలా ఉండకూడదు? కుటుంబంలోని పెద్దల పట్ల ఎలా ఉండాలనేది తెలియజేయాలి.

స్వయంగా నేర్చుకోవాలి : చిన్న కుటుంబాలు కావటంతో సమయంలేక పిల్లలకు ఫోన్లు ఇచ్చేస్తున్నాం. వారు యాంత్రిక జీవితానికి అలవాటు పడుతున్నారు. స్వతంత్రంగా ఆలోచించే శక్తి ఉండటం లేదు. యానిమేటెట్ లోకమే నిజమనుకునే పరిస్థితి ఉంది. ఇలా కాకుండా వారితో మమేకమై కొత్త విషయాలు నేర్పించాలి.

సృజనాత్మకత : పిల్లల్లో ఆల్‌రౌండ్ అభివృద్ధి చెందాలంటే వారి వయస్సుకు సరిపడినంత ఆలోచనా శక్తిని పెంపొందించాలి. తార్కికంగా ఆలోచించేలా ప్రోత్సహించాలి. సృజనాత్మకను తట్టి లేపాలి. కష్టం, సుఖం, లాభం, నష్టం, ఆనందం, దు:ఖం, గెలుపు, ఓటములు అనే నిజ జీవితాన్ని పరిచయం చేయాలి.

బాధ్యతను గుర్తుచేయాలి : కుటుంబ సభ్యులు, ఉపాధ్యాయుల పాత్రల గురించి తెలియజేయాలి. వారి పట్ల ఎలా నడుచుకోవాలో వివరించాలి. క్రమశిక్షణగా ఉంటే ఒనగూరే ప్రయోజనాలు, లోపిస్తే వచ్చే దుష్పరిణామాలు తెలపాలి. ఏరోజు పాఠాలు అదేరోజు చదివేయటం, హోంవర్కులు పూర్తిచేయటం వంటివి ప్రోత్సహించాలి. దైనందిన కార్యక్రమాల్లో అలసత్వం ప్రదర్శించకుండా చూడాలి.

విచక్షణ పెంపొందించాలి : జీవితం అంటే అన్ని కల గలిపిన నిజ ప్రపంచమని పిల్లలకు తెలియజేయాలి. బయటా లేదా ఇంట్లో ఉన్న పెద్దవారితో పిల్లలను మాట్లాడించాలి. తద్వారా పిల్లలు జ్ఞానవంతులు అవటమే కాకుండా భాషా సంపదను కూడా వృద్ధి చెందించే వారవుతారు.

మానసిక వికాసం : పిల్లలు నేడు ప్రధానంగా ఎదుర్కొనే సమస్యల్లో మేథా సంపత్తిలోపం ఒకటి. దీని కోసం ఆటలు ఆడించాలి. చదరంగం (చెస్), చిన్న చిన్న గణిత ప్రశ్నల సాధన, ఏక చలరాశిలో సమీకరణల సాధన, చతుర్విద ప్రక్రియల మీద సాధన, గణన సామర్థ్యం అత్యంత ఆవశ్యమైంది. వీటిని నేర్పటం ద్వారా పిల్లలో ఆలోచనా శక్తి మెరుగుపడుతుంది.

తార్కికశక్తి పెరుగుదల : పిల్లలకు తర్కపరమైన జ్ఞానాన్ని వృద్ధి చెందేలా కృషిచేయాలి. సుడోకో, పదకేళి, పద చదరాలు, సంఖ్యా చదరాలు, పొడుపు, విడుపులను నేర్పించటం ద్వారా వారికి తార్కిపరమైన ఆలోచనాశక్తి పెరుగుతుంది. తద్వారా జీవితంలో ఎదురయ్యే ఎంత పెద్ద సమస్యకైనా తార్కిక ఆలోచనా శక్తి దాని ద్వారా పరిష్కరించుకునే సామర్థ్యం అభివృద్ధి చెందుతుంది.

వృర్థాలతో పరికరాలు : ఇంట్లో నిరుపయోగంగా ఉన్న వస్తువులతో అందమైన కళాకృతులను రూపొందించటం నేర్పించాలి. పగిలిన గాజులతో దండలుగా తయారుచేయడం, చరవాణిలకు స్టాండులను తయారు చేయటం, అట్టముక్కలతో చిన్న ఆకారాలను గణిత నమూనాలను చేయించటం మంచిది.

ఉద్వేగాల నియంత్రణ : జీవితంలో ఎదురయ్యే ఒడిదుడుకులను ఎదుర్కోవటానికి ప్రధానంగా మన పిల్లల చేత వైకుంఠపాళీ ఆటను ఆడించటం మంచిది. తద్వారా వారికి గెలుపు ఓటములపై అవగాహన, కష్టం ఎదురైనప్పుడు నిలదొక్కుకోగలిగిన శక్తి, నష్టం ఎదురైనప్పుడు తట్టుకునే ధైర్యం, జీవితంలో ఏదైనా సాధించాలనే ఆసక్తి పెంపొందుతుంది.

శ్రమించే అలవాటు : శ్రమ జీవనాన్ని చిన్నతనం నుంచి అలవాటుగా మార్చాలి. పది సంవత్సరాల దగ్గర పడిన పిల్లలకు వారి దైనందిన కార్యక్రమాలను వారే చేసుకునేలా ప్రోత్సహించాలి. కౌమార దశలోని పిల్లలను అవసరమైతే బయట పనులకు పంపించటం ద్వారా మంచిచెడూ విచక్షణ తెలుస్తుంది. బయట పనులకు పంపటానికి వీలుకాని సందర్భంలో ఇంట్లో తోట పెంపకం పనులనైనా నేర్పాలి. తద్వారా పిల్లలు ఆరోగ్యంగా ఉండటంతోపాటుగా ప్రకృతిలో మమేకమవుతారు.

కళలపై ఆసక్తి : సంగీతం, చిత్రలేఖనం, నాట్యం, కవిత్వం, శిల్పనిర్మాణం వంటి వాటిలో శిక్షణ ఇప్పించాలి. చక్కని దస్తూరి కోసం చేతిరాత నేర్పించటం, పఠన అవగాహనపై చందమామ, ఇతర కథలను చదివించటం మేలు.

స్వీయ రక్షణ : స్వీయ రక్షణ కోసం కరాటే మార్షల్ ఆర్ట్స్ శిక్షణ ఇప్పించటం ద్వారా మానసిక ఆందోళనలు తగ్గుతాయి. ఆత్మవిశ్వాసం పెరుగుతుంది. మానసిక ప్రశాంతత కోసం యోగా, ధ్యానం వంటి క్లాసులకు సైతం హాజరుకావొచ్చు.

దోమలు పరార్!

వర్షాకాలం మొదలు కాబోతున్నది. వర్షాలతోపాటే దోమల బెడద పెరగనున్నది. వాటితో వ్యాధుల ముప్పు కూడా రాబోతున్నది. ఈ క్రమంలో బాల్కనీ, టెర్రస్‌పై కొన్నిరకాల మొక్కలను పెంచుకుంటే.. దోమలతో ఇబ్బంది తప్పుతుంది.

%వేప: ఎన్నో ఔషధ గుణాలు కలిగిన వేప.. సహజసిద్ధమైన పురుగుమందుగా పనిచేస్తుంది. ఇప్పటికీ ఊళ్లలో దోమలు, క్రిమికీటకాలను తరిమేసేందుకు వేపాకులను కాల్చి.. పొగబెడుతుంటారు. వేపనూనెతోనూ దోమలను తరిమికొట్టొచ్చు. కాబట్టి, మీ పెరటి తోటలో ఓ వేప మొక్కను నాటండి. ఇప్పుడు 'బోన్సాయ్' రూపంలోనూ వేప చెట్లు పెరుగుతున్నాయి. వాటిని బాల్కనీలో పెంచుకోండి.

లావెండర్: ఈ మొక్కల వాసన చాలా ఘాటుగా ఉంటుంది. దోమలను తరిమేస్తుంది. ఇంటి గుమ్మం, కిటికీల దగ్గర లావెండర్ మొక్కలను పెంచితే.. ఇంటికి కొత్త అందం రావడంతోపాటు దోమల బాధ కూడా తప్పుతుంది.

తులసి: వీటి ఆకుల నుంచి సుగంధమైన, ఘాటు వాసనలు వస్తాయి. ఇవి మనిషికి ఆరోగ్యాన్ని అందిస్తే.. దోమలకు అసహ్యంగా ఉంటాయి. అందుకే.. తులసి మొక్క ఉన్నచోట దోమలు వృద్ధిచెందవు. ఓ తులసి మొక్క పెంచడం వల్ల.. ఇల్లు మొత్తం ఔషధ గుణాలతో కూడిన గాలి వ్యాపిస్తుంది. ఆరోగ్యానికీ మేలుచేస్తుంది.

బంతి మొక్క: ఈ మొక్క నుంచి వచ్చే ఘాటు వాసనలు కూడా.. దోమల నిరోధకంగా పనిచేస్తాయి. దోమల మందుల్లోనూ బంతిపూల తైలాలను వాడతారు. అందుకే ఇంట్లో బంతి మొక్క పెంచడం చాలా ఉపయోగకరం.

నిమ్మగడ్డి: దోమలను తరిమికొట్టడంలో నిమ్మగడ్డి అద్భుతంగా పనిచేస్తుంది. ఇందులో ఉండే 'సిట్రోనెల్ల ఆయిల్'.. దోమల నివారణలో ముందుంటుంది. అందుకే.. దోమల మందుల్లోనూ ఈ నూనెను వాడుతారు. ఈ మొక్క ఆకులను కొద్దిగా నూరి.. ఆ వాసన ఇంట్లో వ్యాపించేలా చేస్తే.. దోమలు పారిపోతాయి.

క్యాల్షియం లోపం.. ఆమెకు శాపం

వయసు పెరుగుతున్న కొద్దీ సాధారణంగానే అందరిలో క్యాల్షియం తగ్గుతుంది. దీంతో ఎముకలు బలహీనపడి,పటుత్వం కోల్పోవడం కూడా సహజమైన విషయమే. కాకపోతే ఈ సమస్య ఒకప్పుడు 60 ఏళ్లు దాటిన వారిలో కనిపించేది. ఈ మధ్యకాలంలో మాత్రం చిన్న వయసులోనే.. ముఖ్యంగా స్త్రీలలో ఎముకలు బలహీనంగా మారి కీళ్ల నొప్పులు, నడుం నొప్పి, అలసట వంటి సమస్యలు ఎదురవుతున్నాయి. సరైన పోషకాహారం తీసుకోకపోవడం, వ్యాయామం చేయకపోవడం, సూర్యరశ్మికి దూరంగా ఉండటం, క్యాల్షియం లోపం తదితర కారణాల వల్ల మహిళల్లో ఎముకలు బలహీన పడుతున్నాయి. దీన్నే బోన్‌లాస్ లేదా బోలు ఎముకల వ్యాధి అంటారు. బోన్‌లాస్ వ్యాధి రావడానికి గల ప్రధాన కారణాలు, వ్యాధి లక్షణాలు, నిర్ధారణ పద్ధతులు, చికిత్స పద్ధతులు మొదలైన అంశాలను నేటి ఊపిరిలో తెలుసుకుందాం.

ఎముకలు వాటి సాంద్రతను కోల్పోయి పటుత్వం తగ్గిపోతుంది. దీనినే 'బోలు ఎముకల వ్యాధి' లేదా 'బోన్‌లాస్' అంటారు. వైద్య పరిభాషలో 'ఆస్టియోపొరోసిస్' అనికూడా అంటారు. ఈ వ్యాధి పురుషుల కంటే స్త్రీలలోనే అధికంగా కనిపిస్తుంది. మహిళల్లో బోలు ఎముకల వ్యాధి సాధారణంగా సంభవించే వ్యాధిగా పరిగణిస్తారు. దీనికి కారణం రుతుస్రావం ఆగిపోవడం వల్ల హార్మోన్లలో కలిగే మార్పులు. ఎముకలు వాటి సాంద్రతను కోల్పోయి రంధ్రాలమయమై స్పాంజిలా తయారవుతాయి. ఇలా బలహీనపడిపోయిన ఎముకలు పటుత్వం కోల్పోయి విరిగిపోయే అవకాశాలు ఉంటాయి. ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధి రెండు రకాలు. ఒకటి ప్రైమరీ ఆస్టియోపొరోసిస్, రెండోది సెకండరీ ఆస్టియోపొరోసిస్.

ప్రైమరీ ఆస్టియోపొరోసిస్: రోగికి ఎలాంటి ఇతర వ్యాధులు లేకున్నా వచ్చే బోన్‌లాస్ వ్యాధిని ప్రైమరీ ఆస్టియోపొరోసిస్ అంటారు. ఇది ఎముక ఏర్పడటం తగ్గిపోవడం, రిసాప్షన్ వల్ల వస్తుంది. ప్రైమరీ ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధిని%%% 'పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్', 'సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్' అని రెండు రకాలుగా విభజించారు.

1. పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్: ఈ వ్యాధి స్త్రీలలో అధికంగా కనిపిస్తుంది. పోస్ట్ మెనోపాజ్ అంటే మహిళల్లో రుతుస్రావం ఆగిపోవడం. ఈ దశలో కలిగే హార్మోన్ల మార్పిడి వల్ల బోన్ రిసాప్షన్‌కు గురవుతుంది. ఫలితంగా క్యాల్షియం ఎముకలలో నుంచి శరీరంలోకి వచ్చేసి ఎముకలు బలహీనపడతాయి. అంటే ఎముకల్లో ఉన్న క్యాల్షియం నిలువలు తగ్గిపోతాయన్నమాట. సాధారణంగా మహిళల్లో 50 ఏళ్లు దాటుతున్న సమయంలో ఈ దశ మొదలవుతుంది. ఈ వయసులోనే పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధి వచ్చే అవకాశాలు అత్యధికం. ఈ మధ్యకాలంలో కొందరు మహిళలు 50 ఏళ్లలోపే పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్‌కు గురవుతున్నారు.

కారణాలు: ఈ మధ్యకాలంలో 78 శాతం మహిళల్లో 50 ఏళ్ల వయసు లోపే ఆస్టియోపొరోసిస్ (బోలు ఎముక వ్యాధి), ఆర్థరైటిస్ (కీళ్లనొప్పులు) సమస్యలకు గురవుతున్నారు. దీనికి రెండు ప్రధాన కారణాలు ఉన్నాయి. మొదటిది స్త్రీలు తమ ఆరోగ్య సంరక్షణపై దృష్టిపెట్టకపోవడం. రెండోది 45- 50 ఏళ్ల మధ్య వయసులోనే రుతుక్రమం ఆగిపోవడం. సాధారణంగా ఈ వయసులో ఈస్ట్రోజన్స్ (స్త్రీల లైంగిక హార్మోన్లు) తగ్గిపోతుంటాయి. ఫలితంగా మెనోపాజ్‌కు దగ్గరవుతున్న (రుతుక్రమానికి దూరమవుతున్న) మహిళల్లో ఎముకలు పటుత్వం కోల్పోయి, బలహీనమవడం తీవ్రమవుతుంది. కొంతమందిలో మాత్రం మెనోపాజ్‌తో సంబంధం లేకుండానే నడివయసులో వివిధ కారణాల వల్ల బోలు ఎముక వ్యాధి వస్తుంటుంది. దానికి కారణాలు%%

శరీరంలో క్యాల్షియం తగ్గిపోవడం. డి- విటమిన్ లోపం. తినే ఆహారంలో పోషక విలువలు లేకపోవడం. వ్యాయామం చేయకపోవడం. మద్యపానం, ధూమపానం అలవాట్లు. నియంత్రణలేని థైరాయిడ్, మధుమేహం.

అధికంగా స్టెరాయిడ్స్ వాడటం, ఫిట్స్‌కు యాంటి ఎపిలెప్సి మందులు అధికంగా వాడటం.

2. సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్: సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధి వయసుతో ముడిపడి ఉంటుంది. ఇది స్త్రీ, పురుషులు ఇద్దరిలోనూ వస్తుంది. సాధారణంగా మనిషి పుట్టినప్పటి నుంచి వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎముకల్లో ఎదుగుదల ఉంటుంది. ఇది 30 ఏళ్ల వరకు ఉంటుంది. ఆ తర్వాత తగ్గిపోతుంది. ఎముకలు పటిష్ఠంగా ఎదగాలంటే అందుకు సరిపడా డి-విటమిన్, క్యాల్షియం కావాలి. మనం తినే ఆహారం ద్వారా క్యాల్షియం లభిస్తుంది. డి- విటమిన్ సూర్యరశ్మి ద్వారా అధికంగా దొరుకుతుంది. అయితే, 70 ఏళ్ల వయసు వచ్చేసరికి బోన్ ఫార్మేషన్ (ఎముక ఏర్పడే క్రమం) తగ్గిపోతుంది. దీంతో ఎముకలు క్రమంగా బలహీనపడతాయి. ఫలితంగా 70 ఏళ్లు దాటిన వారిలో ఆస్టియోపొరోసిస్ రావడం సహజం.

పీక్ బోన్ మాస్‌తో: సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్, పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరాసిస్ సమస్యలను అధిగమించాలంటే 'పీక్ బోన్ మాస్' అనేది చాలా కీలకం. పీక్ బోన్ మాస్ అంటే ఎముకల సాంద్రత గరిష్ఠ స్థాయికి చేరుకోవడం. స్త్రీలు, పురుషులు ఇద్దరిలోనూ వయసు పెరిగే కొద్దీ ఎముకలు ఎదుగుతుంటాయి. వాటి నిర్మాణం బలపడుతుంది. 30 ఏళ్ల నాటికి గరిష్ఠ స్థాయికి చేరుకుంటుంది. ఒక్కమాటలో చెప్పాలంటే 30 ఏళ్ల వయసు వరకు ఎముకల్లో క్యాల్షియం నిల్వలు అధిక మొత్తంలో డిపాజిట్ అవుతుంటాయి. అందుకే ఈ వయసులో ఏర్పడిన ఎముకల ఎదుగుదలను బ్యాంక్ డిపాజిట్‌లా భావిస్తారు. దీనివల్ల ఏర్పడిన ఎముకల పటుత్వం మహిళల్లో మెనోపాజ్ తర్వాత, పురుషుల్లో 70 ఏళ్లు దాటిన తర్వాత ఏర్పడే ఆస్టియోపొరోసిస్ సమస్యను అధిగమిస్తుంది. అంటే సెనైల్ దశలో బోన్ ఫార్మేషన్ తగ్గిపోయినప్పుడు పీక్ బోన్ మాస్ ఉపయోగపడుతుంది అన్నమాట. దీనివల్ల ఆస్టియోపొరోసిస్ బాధ నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. పీక్ బోన్ మాస్ ప్రధానంగా నాలుగు అంశాలపై ఆధారపడి ఉంటుంది.

1. పౌష్టికాహారం, 2. శారీరక శ్రమ, 3. జన్యుపరమైన కారకాలు, 4. గొనాడల్ యాక్టివిటీస్.. అంటే కొన్ని రకాల హార్మోన్ల పనితీరు.

పీక్ బోన్ మాస్ సమృద్ధిగా ఉండాలంటే: వయసు పెరిగేకొద్దీ ఎముకల్లో క్యాల్షియం నిల్వలు అధిక స్థాయిలో జమ అవుతుంటాయి. అతి తక్కువ స్థాయిలో విత్‌డ్రా అవుతాయి. 30 ఏళ్ల వరకు ఇలా జరుగుతుంది. ఆ తర్వాత ఎముకల్లో క్యాల్షియం జమ కావడం క్రమంగా తగ్గుతుంది. విత్‌డ్రా కావడం పెరుగుతుంది. ఎముకల్లో క్యాల్షియం నిల్వలు అధికంగా ఉండాలంటే బాల్య దశ నుంచే పౌష్టికాహారం, సరిపడా క్యాల్షియం అందించే ఆహారంతోపాటు చర్మానికి సూర్యరశ్మి తగిలేలా పిల్లలను రోజూ ఎండలో కనీసం 20 నిమిషాల పాటు ఉంచాలి. దీనివల్ల విటమిన్- డి సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. వీటితోపాటు శరీరానికి మంచి వ్యాయామం కల్పించే ఆటలు ఆడిపించాలి. ఫలితంగా 30 ఏళ్లు వచ్చేటప్పటికి వారిలో పీక్ బోన్ మాస్ సమృద్ధిగా ఏర్పడుతుంది. అయితే, సాధారణంగా మహిళల్లో ఈ 'పీక్ బోన్ మాస్' తక్కువగా ఉంటుంది. అందుకే వారు చిన్నతనం నుంచే పౌష్టికాహారంపై ఎక్కువగా దృష్టిపెట్టాలి.

సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్ లక్షణాలు: ఇది నిశ్శబ్ద మహమ్మారి (సైలెంట్ ఎపిడెమిక్). ఎముకలు విరిగే వరకు తెలియదు. వెన్నుపూస వంగిపోతుంది.

రోగి ఎత్తు తగ్గిపోతుంది. సెకండరీ ఆస్టియోపొరోసిస్. కొన్ని రకాల జబ్బుల కారణంగా వచ్చే బోలు ఎముకల వ్యాధిని 'సెకండరీ ఆస్టియోపొరోసిస్' అంటారు. లుకేమియా, డయాబెటిస్, ఉదరకుహర వ్యాధి, హైపర్ థైరాయిడిజం, మూత్రపిండ వ్యాధి, అనోరెక్సియా, ఆస్టియోజెనెసిస్, సిస్టిక్ ఫైబ్రోసిస్ వంటి వ్యాధులతో బాధపడే వారికి సెకండరీ ఆస్టియోపొరోసిస్ వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువ. ఈ వ్యాధి పిల్లల్లోనూ కనిపిస్తుంది. పిల్లల్లో కనిపించే దాన్ని 'జువెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్' అని పిలుస్తారు.

నిర్ధారణ పరీక్షలు: ఆస్టియోపొరోసిస్‌ను గుర్తించేందుకు ముందుగా రోగి ఆరోగ్యస్థితిపై వైద్య పరీక్ష చేయాల్సి ఉంటుంది. ఆ తర్వాత వారి కుటుంబంలో ఎవరికైనా ఈ వ్యాధి ఉందా అనే విషయం తెలుసుకోవాలి. అనంతరం రోగికి 'డెక్సా స్కాన్' ద్వారా ఏ రకమైన ఆస్టియోపొరోసిస్ వచ్చిందో కచ్చితంగా నిర్ధారించవచ్చు. ప్రపంచ ఆరోగ్య సంస్థ మార్గదర్శకాల ప్రకారం ఈ వ్యాధిని టి-స్కోర్ ద్వారా నిర్ధారిస్తారు.

టి- స్కోర్ ప్లస్ 1 నుంచి మైనస్ 1 మధ్యలో ఉంటే అది నార్మల్. వ్యాధి లేనట్టు. టి- స్కోర్ మైనస్ 1 నుంచి మైనస్ 2.5 మధ్యలో ఉంటే ఆస్టియోఫీనియా ఉన్నట్టుగా పరిగణిస్తారు. ఈ దశలోని రోగులకు సులభంగా చికిత్స చేయవచ్చు.

టి- స్కోర్ మైనస్ 2.5 కంటే తక్కువగా ఉంటే వారికి ఆస్టియోపొరోసిస్ వ్యాధి ఉన్నట్టు. టి- స్కోర్ మైనస్ 2.5 కంటే తక్కువగా ఉండి రోగిలో బోన్ ఫ్రాక్చర్ ఉంటే దాన్ని సివియర్ ఆస్టియోపొరోసిస్‌గా పరిగణిస్తారు. అంటే వ్యాధి తీవ్ర దశకు చేరినట్టుగా భావించవచ్చు.

ముందస్తు జాగ్రత్తలు: వయసుకు సరిపడా క్యాల్షియం తీసుకోవాలి. సరిపడా విటమిన్- డి కోసం 20 25 నిమిషాలపాటు చర్మానికి సూర్యరశ్మి తగిలేలా చూసుకోవాలి. తగినంత వ్యాయామం చేయాలి. లక్షణాలు కనిపించిన వెంటనే సకాలంలో వైద్యులను సంప్రదించాలి. 40 ఏళ్లు దాటిన మహిళలు క్రమం తప్పకుండా ఎముకల ఆరోగ్య పరీక్షలు చేయించుకోవడం ఉత్తమం.

చికిత్స పద్ధతి: పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్ రోగులకు హార్మోనల్ రీప్లేస్‌మెంట్ థెరపీ (హెచ్‌ఆర్‌టీ) ద్వారా చికిత్స అందిస్తారు. ఇదికాకుండా పారా థైరాయిడ్ హార్మోన్ ద్వారా కూడా చికిత్స అందించవచ్చు. ఈ చికిత్స పోస్ట్ మెనోపాజ్ ఆస్టియోపొరోసిస్‌తో పాటు సెనైల్ ఆస్టియోపొరోసిస్ రోగులకు సైతం ఇవ్వవచ్చు. ఈ చికిత్సలో ఇచ్చే హార్మోన్ల వల్ల ఎముక నుంచి క్యాల్షియం బయటకు పోకుండా అడ్డుకోవడం జరుగుతుంది. ఫలితంగా ఆస్టియోపొరోసిస్‌ను నియంత్రించవచ్చు. ఇది నిశ్శబ్ద మహమ్మారి కాబట్టి, వ్యాధి పట్ల అవగాహన కలిగి ఉండాలి. జీవన విధానంలో ఆరోగ్యకరమైన మార్పులు చేసుకోవడం ద్వారా ఆస్టియోపొరోసిస్ ముప్పు తప్పించుకోవచ్చు.

ఇలా మొదలవుతుంది: ఎవరిలోనైనా ఎముకల సాంద్రత క్షీణిస్తుంటే వారిలో బోలు ఎముకల వ్యాధి మొదలైనట్టుగా భావించాలి. దీనిని ప్రారంభ దశగా పరిగణిస్తారు. ఎముకలు వెంటనే వాటి సాంద్రతను కోల్పోవు. అందుకు కొంత సమయం పడుతుంది. ఈ దశలో రోగిలో ఎలాంటి లక్షణాలు అంతగా బయటపడవు. ఏదైనా గాయమైనప్పుడో, కిందపడినప్పుడు ఏర్పడినపగుళ్ల వల్లనోవ్యాధిలక్షణాలు బయటపడతాయి.

నువ్వు తిరుగుబోతువి.. నీ అయ్య తాగుబోతు.. మీకు రాహుల్ గాంధీనీ విమర్శించే స్థాయి ఎక్కడిది..

మరోసారి తప్పుడు కూతలు కూస్తే జిల్లాలో అడుగుపెట్ట నియం.. జాగ్రత్త అంటూ హెచ్చరించిన హనుమకొండ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు.కూడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రాంరెడ్డి

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

నువ్వు ఒక తిరుగుబోతువి... నీ అయ్యా ఒక పెద్ద తాగు బోతు.. అసెంబ్లీకి రాడు.. ప్రతిపక్ష హోదా జీతం తీసుకుంటూ ఫామ్ హౌస్కే కే పరిమితమైండు.. నువ్వా రాహుల్ గాంధీ గురించి మాట్లాడే అంత గొప్పోడివా.. నీ స్థాయిని మరిచి మాట్లాడ కు.. ఒళ్ళు దగ్గర పెట్టుకొని మాట్లాడు.. ఎన్టీఆర్ పేరు పెట్టుకున్న కిరాకు కేటీఆర్.. లేదంటే మల్లోసారి నువ్వు వరంగల్కొస్తే.. తన్ని తరమడం కాయం అంటూ హనుమకొండ జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు.. కూడా చైర్మన్ ఇనగాల వెంకట్రాంరెడ్డి, కేటీఆర్ ను హెచ్చరించారు. బిడ్డ..నువ్వు సంస్కార వంతుడివి అని చెబుతూ సాఫ్ట్వేర్ ఇంజనీరింగ్ అంటూ మాట్లాడుతూ, సంస్కారహీనుడిలా ఎలా మాట్లాడుతున్నావు, దేశం కోసం ప్రాణ త్యాగం చేసిన రాహుల్ కుటుంబం పై విమర్శించే స్థాయి నీ పార్టీకి లేదు.. కుటుంబం కుటుంబం పోయి తెలంగాణ ఇచ్చిన తల్లి సోనియమ్మ కాళ్లు మొక్కింది మర్చిపోయావా.. నీ అయ్యా అసెంబ్లీ సాక్షిగా సోని అమ్మ లేకపోతే తెలంగాణ వచ్చేదే లేదు.. ఆమె కృషితోనే తెలంగాణ వచ్చింది అని అసెంబ్లీ సాక్షిగా చెప్పింది మర్చిపోయావా కిరాక్ కేటీఆర్. రాహుల్ గాంధీ కుటుంబం గురించి, మా ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి గురించి మాట్లాడే ముందు జాగ్రత్తగా మాట్లాడడం నేర్చుకో..కేటీఆర్ అని జిల్లా కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు వెంకటరామిరెడ్డి హెచ్చరించారు. తెలంగాణ ఉద్యమ సమయంలో నువ్వెక్కడున్నావో గుర్తు పెట్టుకో.. తెలంగాణ కోసం ప్రాణాలు త్యాగాలు చేసిన ఉద్యమకారులు ఎక్కడున్నారు. ఏ ఉద్యమం చేయని నువ్వు.. నీ కుటుంబం తెలంగాణ రాష్ట్రంలో పదేళ్లు దోచుకున్నారు. దోచుకున్న సొమ్ముతో ఇష్టం వచ్చినట్లు మాట్లాడితే తెలంగాణ ప్రాంత ప్రజలు చూస్తూ ఊరుకోరు అనే వాస్తవాన్ని గుర్తు పెట్టుకో కేటీఆర్ అంటూ ఆయన హెచ్చరించారు.

దేవాలయంలో ప్రత్యేక పూజలు...

నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించిన.. ఎమ్మెల్యే నాయిని

సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్

వరంగల్ పశ్చిమ నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి శుక్రవారం 53వ డివిజన్ పరిధిలోని హనుమంతరావు నగర్లో గల శ్రీ వెంకట గణేశ అభయాంజ నేయ స్వామి దేవాలయంలో నిర్వహిస్తున్న త్రయాహ్నిక బ్రహ్మోత్సవాల్లో పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్యే స్వామివారిని దర్శించుకుని ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. ఆలయ అర్చకులు వేదమంత్రోచ్చా రణల మధ్య ఆశీర్వచనం అందించగా, ప్రజలందరూ సుఖసంతో షాలతో ఉండాలని ప్రార్థిం చారు.అనంతరం నియోజక వర్గంలోని పలు వివాహ వేడుకలకు హాజరైన ఎమ్మెల్యే నాయిని రాజేందర్ రెడ్డి నూతన వధూవరులను ఆశీర్వదించి, వారి దాంపత్య జీవితం ఆనందమయం, ఆయురారో గ్యాలు, ఐశ్వర్యాలతో నిండిపోవాలని ఆకాంక్షిస్తూ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఏరువ సదానందం ఇకలేరు..

ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగశాయిపేట

వరంగల్ నగరంలోని రంగశాయిపేట ప్రాంతానికి చెందిన ఇరిగేషన్ డిపార్ట్మెంట్లో సూపర్డెంట్ ఉద్యోగం చేసి రిటైర్ అయిన ఏరువ సదానందం శుక్రవారం ఉదయము 4:30 గంటలకు మరణించారు వారు జనతాపరపతి సంఘం గౌరవ సభ్యుడైనటువంటి ఏరువ సదానందం మరణ వార్త విని వారి నివాసానికి కమిటీ సభ్యులు వెళ్లి వారి కుటుంబ సభ్యులకు సంఘం తరపున 75 వేల రూపాయలు అందజేశారు ఈ కార్యక్రమంలో జనతా పరపతి సంఘం అధ్యక్షులు కెడల మల్లేశం ఉపాధ్యక్షులు పెరుమండ్ల రమేష్ కోశాధికారి అనుమాండ్ల రమేష్ ఆర్గనైజర్ తోట మహేందర్ కార్యవర్గ సభ్యులు మండల నరసింహా రాములు గంగపుత్ర పరపతి సంఘం సభ్యులు ప్రభుత్వ ఉద్యోగుల రిటైర్మెంట్ సంఘం అధ్యక్షులు శంకేసి యాదగిరి కోశాధికారి జక్కం దామోదర్ మాజీ కార్పొరేటర్లు గుండు చందనా పూర్ణచందర్ కెడల పద్మ జనార్ధన్ పలువురు మృతదేహానికి సందర్శించి పూలమాలవేసి శ్రద్ధాంజలి ఘటించారు వారి కుటుంబ సభ్యులు భార్య స్వర్ణలత కుమారుడు రణధీర్ కుమార్తె మాధురిలను కలిసి

ప్రగాఢ సానుభూతి తెలిపి మనోధైర్యాన్ని కల్పించారు సదానంద అంత్యక్రియలు రంగసాయిపేటలోని బెస్తం చెరువు స్మశాన వాటిక లో జరుగుతాయని వారి కుటుంబ సభ్యులు తెలియపరిచారు.

బొంకూర్లో ఇందిరమ్మ ఇల్లు నూతన గృహప్రవేశం..

కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాప్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల

ఈ రోజున గౌరవ తెలంగాణ రాష్ట్ర సాంఘిక సంక్షేమ శాఖ మంత్రివర్యులు లక్ష్మణ్ కుమార్ అన్న ఆదేశాల మేరకు గొల్లపెల్లి మండలం బొంకూరు గ్రామంలో ప్రజా ప్రభుత్వం అందించిన ఇందిరమ్మ ఇల్లు నూతన గృహప్రవేశం లబ్ధిదారులు మర్రి శిరీష లక్ష్మణ్ గారి నూతన గృహప్రవేశం స్థానిక సర్పంచ్ శిరీష శ్రీనివాస్ చేతుల మీదుగా ప్రారంభించడం జరిగింది.

ఇట్టి కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా గొల్లపెల్లి మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు రాపల్లి గంగన్న పాల్గొని లబ్ధిదారులకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేశారు అలాగే పేదవారి కోసం కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అనేక సంక్షేమ పథకాలు అందించిన చరిత్ర ఉన్నది అందులో భాగంగా ఇందిరమ్మ ఇల్లు నిలువ నీడ పేదవాడికి తరతరాలుగా నిలిచిపోయే గొప్ప పథకం అని కొనియాడారు..

ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక సర్పంచ్ శిరీష శ్రీనివాస్ ఉప సర్పంచ్ శ్రీధర్ గొల్లపెల్లి మండల కాంగ్రెస్ సీనియర్ నాయకులు న్యాయవాది చిర్ర దిలీప్ , బొంకూరు గ్రామ ఇందిరమ్మ కమిటీ సభ్యులు వార్డు సభ్యులు గోవిందపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ మేక స్వామి గ్రామ సోషల్ మీడియా కమిటీ సభ్యుడు కనపర్తి ప్రవీణ్ రావు కాంగ్రెస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు బెల్లం గంగారం కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

మేలైన విత్తనంతోనే దిగుబడికి భరోసా

గోళ్ళ, కొత్తూరులో రైతులకు టీసీజీఎస్-1694 వేరుశనగ విత్తనాల పంపిణీ

(ప్రత్యక్ష సాక్షి ప్రతినిధి అనంతపురం)

వేరుశనగ సాగును ప్రోత్స హిస్తూ జాతీయ నూనెగింజల మిషన్ (ఎన్ఎంఈఓ-ఓఎస్) 2026--27 పథకం కింద గోళ్ళ కొత్తూరు గ్రామంలో ఎంపికైన రైతులకు టీసీజీఎస్-1694 రకం వేరుశనగ విత్తనాలను మార్కెట్ యార్డ్ చైర్పర్సన్ లక్ష్మీదేవి రమేష్ గురువారం పంపిణీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ నాణ్యమైన విత్తనాలను వినియోగిస్తే అధిక దిగుబడులతో పాటు మెరుగైన ఆదాయం పొందే అవకాశం ఉంటుందని రైతులకు సూచించారు. రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాలు అందించడంతో పాటు వాటికి మార్కెట్ భరోసా కల్పించేలా కూడేరు మండల స్వశక్తి రైతు మిత్ర గ్రూపు (ఎఫ్పీఓ) ఆధ్వర్యంలో బై-బ్యాక్ విధానం అమలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. రైతులు ఉత్పత్తి చేసిన నాణ్యమైన విత్తనాన్ని తిరిగి కొనుగోలు చేయడం ద్వారా మార్కెటింగ్ ఇబ్బందులు తగ్గి, అదనపు లాభాలు పొందే అవకాశం ఉంటుందన్నారు. రైతులు ప్రభుత్వ పథకాలను సద్వినియోగం చేసుకుని శాస్త్రీయ పద్ధతుల్లో సాగు చేపట్టి అధిక దిగుబడులు సాధించాలని ఆమె పిలుపునిచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో మండల కన్వీనర్ గొల్ల వెంకటేశులు, గోళ్ళ రాము, మండల, గ్రామాల రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

పారిశుద్ధ కార్మికుల పాదాలను శుద్ధి చేసి సత్కరించిన బిజెపి కౌన్సిలర్ ధోనికెల శిరీష నవీన్..

డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్పల్లి టౌన్

జగిత్యాల జిల్లా మెట్పల్లి పట్టణంలోశుక్రవారం ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ 12 సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా సు పరిపాలన దినోత్సవాల సందర్భంగా మెట్పల్లి పట్టణంలోని 14వ వార్డు కౌన్సిలర్ ధోనికెలశిరీష నవీన్ మెట్పల్లి బిజెపి పట్టణ అధ్యక్షుడు ధోనికెలనవీన్ 14 వార్డు పారిశుద్ధ కార్మికులకు నీళ్లతో వారి పాదాలను శుద్ధి చేసి ఘనంగాహొహొసత్కరించి వారికి కొత్త దుస్తులు అందించారు ఈ సందర్భంగా బిజెపి పట్టణ అధ్యక్షుడుధోనికెలనవీన్ మాట్లాడుతూ వార్డును పరిశుభ్రంగా ఉంచడంలో పారిశుద్ధ కార్మికులు ఉంటుంటారని వారిని గౌరవించడంహొహొమనందరి బాధ్యత అని పట్టణం పరిశుద్ధంగా ఉండాలి అంటే కార్మికుల పాత్ర చాలా పెద్దది అన్నారు ఈ కార్యక్రమంలో మెట్పల్లి పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి బత్తుల జగదీశ్వర్ టౌన్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ కొయ్యల లక్ష్మణ్ పట్టణ ఉపాధ్యక్షుడు లోలపు అనిల్హొహొకోశాధికారి తల్లోజు భాస్కర్ ఐటీ సెల్ కన్వీనర్

పాస్కంటి శ్రీనివాస్హొహొతదితరులుఈ కార్యక్రమంలో పాల్గొన్నారు పారిశుద్ధ కార్మికుల పాదాలను శుద్ధి చేసి సత్కరించినందుకుగాను కౌన్సిలర్ ధోనికెలశిరీష నవీన్ లను పలువురు వార్డు ప్రజలు అభినందించారు.

ఆర్ 22 విద్యార్థులకు గ్రేస్ మార్కులు మంజూరు

ఇది విద్యార్థుల మరియు స్టూడెంట్స్ ప్రొటెక్షన్ ఫోరం విజయం

ప్రత్యక్ష సాక్షి హైదరాబాద్

ఆర్ 22 రెగ్యులేషన్ విద్యార్థుల కు గ్రేస్ మార్కులను మంజూ రు చేస్తూ జేఎన్టీయూ విశ్వవిద్యాలయ అధికారులు తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని స్టూడెంట్స్ ప్రొటెక్షన్ ఫోరం శుక్రవారం హర్షం వ్యక్తం చేసింది. వేలాది మంది ఇంజనీరింగ్ మరియు ఫార్మసీ విద్యార్థుల భవిష్యత్తును దృష్టిలో ఉంచుకుని తీసు కున్న ఈ నిర్ణయం వారికి ఎంతో ధైర్యాన్ని ఇవ్వనుందని అన్నారు. ఆర్22 రెగ్యులేషన్ విద్యార్థులకు గ్రేస్ మార్కులు అమలు చేయాలంటూ స్టూడెంట్స్ ప్రొటెక్షన్ ఫోరం గత కొంతకాలంగా వినతి పత్రాలు ఇచ్చి విద్యార్థుల న్యాయమైన డిమాండ్ ను పరిష్కరించడంలో విజయ వంతమైందని అన్నారు. ఈ నేపథ్యంలో విశ్వవిద్యాలయం =22 విద్యార్థులకు గ్రేస్ మార్కులను మంజూరు చేయడం పట్ల ఎస్ పి ఎఫ్ సంతోషం వ్యక్తం చేసింది. ఈ కార్యక్రమంలో విద్యార్థి నాయకులు శ్రీను, సాగర్, జయరాం, ఆనంద్, వసంత్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం అందించాలి..

ఇబ్రహీంపట్నం తహసిల్దార్ వరప్రసాద్

గూడ రమేష్, ప్రత్యక్ష సాక్షి, ఇబ్రహీంపట్నం

విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని ఇబ్రహీంపట్నం తహశీల్దార్ వరప్రసాద్ అన్నారు. శుక్రవారం జగిత్యాల జిల్లా ఇబ్రహీంపట్నం మండల కేంద్రంలోని మోడల్ స్కూల్ హాస్టల్లో ఆయన భోజనాన్ని తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా విద్యార్థులతో కలిసి సహపంక్తి భోజనం చేశారు. మెనూ ప్రకారం విద్యార్థులకు పౌష్టికాహారం అందించాలని సిబ్బందికి సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉపాధ్యాయులు, వార్డెన్, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

నాయి బ్రాహ్మణుల సమస్యల పరిష్కారానికి హామీ..

(ప్రత్యక్షసాక్షి, శ్రీకాళహస్తి)

టీడీపీ జాతీయ ప్రధాన కార్యదర్శి నారా లోకేష్ ని తిరుపతి పార్లమెంట్ నాయి బ్రాహ్మణ సాధికార సమితి సోషల్ మీడియా కన్వీనర్ కోట చంద్రశేఖర్ మర్యాదపూర్వకంగా కలిశారు. ఈ సందర్భంగా నాయి బ్రాహ్మణులు ఎదుర్కొంటున్న ప్రధాన సమస్యలైన ఫెడరేషన్ నిధులు, ఆధునిక సెలూన్ షాపులకు సబ్సిడీలు, 50 ఏళ్లు నిండిన వారికి పెన్షన్, కార్పొరేషన్ ద్వారా రుణాలు వంటి అంశాలపై వినతిపత్రం అందజేశారు. లోకేష్ సానుకూలంగా స్పందిస్తూ, నాయి బ్రాహ్మణుల సంక్షేమం టీడీపీ ప్రభుత్వ ప్రాధాన్యతల్లో ఒకటని తెలిపారు. వారి సమస్యలను ముఖ్యమంత్రి దృష్టికి తీసుకెళ్లి, సత్వర పరిష్కారానికి చర్యలు తీసుకుంటామని హామీ ఇచ్చారు. కోట చంద్రశేఖర్ కృషిని అభినందించారు.

చెన్నూరు గురుకులంలో మురికి రాజ్యం

కుదురుపాక పోశం, మంచిర్యాల జిల్లా ప్రతినిధి ప్రత్యక్ష సాక్షి

చెన్నూరు పట్టణంలోని మహాత్మా జ్యోతిబాపూలే గురుకుల పాఠశాల అపరిశుభ్రతకు నిలయంగా మారిందని విద్యార్థుల తల్లిదండ్రులు ఆరోపిస్తున్నారు. వంటగది పరిసరాల్లో నీరు నిలిచి, ఆహార అవశేషాలు పేరుకుపోయి ఉన్నాయని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. యాజమాన్య పర్యవేక్షణ లోపంతో విద్యార్థుల ఆరోగ్యంతో చెలగాటమాడుతున్నారని మండిపడ్డారు. అధికారులు వెంటనే స్పందించి తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని వారు డిమాండ్ చేశారు.

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