# 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 : 019 శుక్రవారం 24-07-2026

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


## వరంగల్ జిల్లాలో ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగ అభివృద్ధి, ఉపాధి అవకాశాలపై పార్లమెంట్‌లో ప్రశ్నించిన వరంగల్ ఎంపీ డా.కడియం కావ్య

**సాయి ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్**

వరంగల్ జిల్లాలో ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగ అభివృద్ధి, ఉపాధి అవకాశాల సృష్టిపై వరంగల్ ఎంపీ డాక్టర్ కడియం కావ్య పార్లమెంట్ లో ప్రశ్నిం చారు. జిల్లాలో కేంద్ర పథకాల అమలు, వాటి ఫలితాలపై కేంద్ర ప్రభుత్వంన్ని వివరాలు కోరారు. ఈ మేరకు వరంగల్ ఎంపీ అడిగిన ప్రశ్నకు కేంద్ర ఆహార ప్రాసెసింగ్ పరిశ్రమల శాఖ సహాయ మంత్రి రవ్‌నీత్ సింగ్ లిఖితపూర్వక సమా ధానం ఇచ్చారు. గత మూడేళ్ల లో ప్రధాన మంత్రి ఫార్మలైజేషన్ ఆఫ్ మైక్రో ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ ఎంటర్‌ప్రైజెస్ (పీఎంఎఫ్ ఎమ్‌ఈ) పథకం కింద వరంగల్ జిల్లాలో 147 ప్రాజెక్టులు మంజూరయ్యాయని కేంద్రం వెల్లడించింది. ప్రస్తుతం 171 యూనిట్లు కార్యకలాపాలు నిర్వహిస్తుండగా, వీటి ద్వారా రూ. 18.91 కోట్ల పెట్టుబడులు సమకూరాయి. రూ. 4.15 కోట్ల సబ్సిడీ మంజూరై 549 మందికి ఉపాధి లభించినట్లు తెలిపింది.

ఈ అంశంపై స్పందించిన వరంగల్ ఎంపీ డాక్టర్ కడియం కావ్య మాట్లాడుతూ, వ్యవసా యాధారిత జిల్లాగా ఉన్న వరంగల్‌లో ఫుడ్ ప్రాసెసింగ్ రంగ విస్తరణ రైతులు, యువతకు ఎంతో ప్రయోజన కరమని పేర్కొన్నారు. పంట అనంతర నష్టాల నివారణ, వ్యవసాయ ఉత్పత్తులకు విలువ, గ్రామీణ ఉపాధి పెంపు లక్ష్యాలతో కేంద్ర

పథకాలను మరింత సమర్థంగా వినియోగిం చుకోవాల్సిన అవసరం ఉందన్నారు. వరంగల్ జిల్లాలో మరిన్ని ప్రాసెసింగ్ యూనిట్లు, నిల్వ కేంద్రాలు, విలువ ఆధారిత పరిశ్రమలు ఏర్పాటుకు కేంద్రం ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని వరంగల్ ఎంపీ డా. కడియం కావ్య కోరారు. వరంగల్ రైతాంగానికి మెరుగైన మార్కెట్ అవకాశాలు కల్పించడంతో పాటు స్థానిక యువతకు ఉపాధి అవకాశాలు పెంచే దిశగా కేంద్ర ప్రభుత్వం కృషి చేయాలని ఈ సందర్భంగా కోరారు.

## సీబీఎస్ఇ క్లస్టర్ ఖో-ఖో పోటీలకు ఆల్ఫోర్స్ ఇ- టెక్నో స్కూల్ సర్వం సిద్ధం..

**ప్రత్యక్ష సాక్షి కరీంనగర్ టౌన్**

క్రీడల ద్వారా విద్యార్థులకు మానసిక ఉల్లాసంతో పాటు ఒత్తిడి నుండి ఉపశమనం కలుగుతుందని తద్వారా వారు విజయాల పరం పరను కొనసాగిస్తారని అల్ఫోర్స్ విద్యా సంస్థల అధినేత డాక్టర్ వి.నరేందర్ రెడ్డి అన్నారు. ఖో-ఖో ప్రతి నిధులతో కలిసి స్థానిక కొత్తపల్లిలో లోని అల్ఫోర్స్ ఇ-టెక్నో పాఠశాలలో శుక్ర వారం నుండి ప్రారంభమై సీబీఎస్ఈ క్లస్టర్ -7 ఖో-ఖో పోటీలకు నిర్వహణకు జరుగుతున్న ఏర్పాటును పర్యవేక్షించినప్పుడు మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ అల్ఫోర్స్ విద్యాసంస్థలు చదువుతో పాటు క్రీడలకు ప్రాముఖ్యత ఇస్తుందని మరియు క్రీడలకు కావలసిన అన్ని రకాల వనరులు పాఠ శాలలో విద్యార్థులకు అందు బాటులో ఉన్నాయని వారు చెప్పారు. పాఠశాల యొక్క సామర్థ్యాన్ని దృష్టిలో పెట్టు కొని సీబీఎస్ఈ వారు ఈ నెల 24వ తేదీ నుండి అండర్ 14 అండర్ 17 అండర్ 19 వివాహాలకు నిర్వహణకు అన్ని విధాలు గా ఏర్పాట్లు పూర్తి చేయడం జరిగిందని వారు చెప్పారు.

ఈ పోటీలకు తెలంగాణ మరియు ఆంధ్రప్రదేశ్ నుండి వివిధ పాఠశాల నుండి విద్యార్థులు ఇప్పటికీ విచ్చేసి ఉన్నారని మరియు వారి యొక్క క్రీడా నైపుణ్యాన్ని ఉ ఉత్సాహం ప్రదర్శించడానికి ఉ న్నారని వారు చెప్పారు. విద్యార్థులకు ఎటువంటి లోటు లేకుండా అన్ని రకా లుగా వసతులు కల్పిస్తూ అత్యాధునిక వసతులతో ఉ న్నటువంటి గదులను వాళ్లకు కేటాయించడం జరిగిందని వారు చెప్పారు.

అండర్ 14 - 87 జట్లు, అండర్ 17 - 55 జట్లు ఉ అండర్ 19 -13 జట్లు వచ్చా యని వారు చెప్పారు.

అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకంగా నిర్వహించబోయేటువంటి ఈ టోర్నమెంట్ శుక్రవారం ఉదయం 11 గంటలకు చొప్పదండి శాసనసభ్యులు ఉ కరీంనగర్ జిల్లా కాంగ్రెస్ కమిటీ అధ్యక్షులు డాక్టర్ మేడిపల్లి సత్యం, కరీంనగర్ జిల్లా కలెక్టర్ మరియు మెజిస్ట్రేట్ శ్రీమతి చిత్రా మిశ్రా, ఐఏఎస్, సిబిఎస్ఇ రీజినల్ ఆఫీసర్ జంగం సునీల్ కుమార్ హాజరవు తానని వారు చెప్పారు. అదే విధంగా వీరితో పాటు తెలంగాణ రాష్ట్ర ఖో-ఖో అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు, కరీంనగర్ జిల్లా ఖో-ఖో అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు ఉ బాధ్యులు హాజరవు తారని మరియు టోర్న మెంట్ ను ఎప్పటికప్పుడు సమీక్షిస్తారని వారు చెప్పారు. అదే విధంగా నుండి ఇప్పటికే పరిశీలకుడు విచ్చేసి ఉ న్నారని చెప్పారు. ఈ సమావేశంలో వి.సూర్య ప్రకాష్ గారు, తెలంగాణ ఖో-ఖో అసోసియేషన్ రెఫరీ బోర్డు కన్వీనర్, ఏ రవీందర్ గారు, ఖో-ఖో ఇంటర్నేషనల్ రెఫరీ, పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ మరియు పలు జట్ల మేనేజర్లు ఉ కోచ్ లు పాల్గొన్నారు.

## 25న ఉర్సులో భీరన్న బోనాల పండుగ..

**ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగసాయిపేట**

ఈనెల 25వ తారీఖున తొలి ఏకాదశి మహా పర్వదినం జరుగు ఉర్సు శ్రీ బీరన్న స్వామి బోనాల జాతరకు భక్తులు పెద్ద సంఖ్యలో హాజరై స్వామి వారి కృప పొందాలని ఉర్సు శ్రీ బీరన్న స్వామి దేవాలయ చైర్మన్ మరుపల్ల రవి కోరినారు. గురువారం రోజున జరిగిన ధర్మకర్తల మండలి సమావేశంలో మాట్లాడినారు, నాడు రజాకార్లను తరిమికొట్టి కార్యక్రమము బీరన్న బోనాలతో ప్రారంభమైనదన్నారు కురుమ కులస్తుల ఇలవేల్పైన శ్రీ బీరన్న స్వామిని ఉదయం ఏడు గంటలకు అభిషేకం జరుగునని. కురుమ కుల సంఘం నుండి ఆర్య సమాజ చేత భూని దేవాలయ శిఖరంపై ప్రతిష్టించబడునుని మధ్యాహ్నం మూడు గంటలకు కుల పెద్ద మరుపల్ల రవి ఇంటి నుండి ప్రధాన బోనం బయలుదేరుతుందని బోనంతో పాటు 150 మంది మహిళలు నెత్తిన బోనాలతో బయలుదేరి డప్పు వాయిద్యాలతో బయలు దేరుతారన్నారు, బోనాల జాతరకు దాదాపు పదివేల మంది భక్తులు పాల్గొంటారని శాంతి భద్రతలను పరిరక్షించడానికి మిల్స్ కాలనీ సీఐ స్వామి ఆధ్వర్యంలో పోలీసు బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తారని . మహానగరపాలక సంస్థ ఆధ్వర్యంలో విద్యుత్ అలంకరణ మంచినీటి వసతి పారిశుద్ధ ఏర్పాట్లు చేస్తున్నారని ఇట్టి బోనాల జాతరకు దేవాదాయ శాఖ మంత్రి కొండ సురేఖ. శాసనమండలి వైస్ చైర్మన్ బండ ప్రకాష్. ఎమ్మెల్సీ బసవరాజ్ సారయ్య. మాజీ మేయర్ గుండు సుధారాణి. మాజీ శాసనసభ్యులు నన్నపునేని నరేందర్ లతోపాటు ఇతర పార్టీల నాయకులు పాల్గొంటారని ఆయన అన్నారు కీర్తిశేషులు గౌడ కట్టయ్య గారి జ్ఞాపకార్థం వారి కుమారుడు గౌడ శ్రీనివాస్ 10116 రూపాయలు జాతరకు ఖర్చుల కింద విరాళం ఇచ్చినారు ఇట్టి సమావేశంలో కురుమ సంఘం ప్రధాన కార్యదర్శి గౌడ శీను. కోశాధికారి మరుపల్ల ఈశ్వర్ ప్రసాద్. ధర్మకర్తలు మిర్యాల కుమారస్వామి. మండల ప్రమీల. గౌడ కోటేశ్వర్. మరుపల్ల గౌతమ్. కొలుపుల కోటేశ్వర్ ఉన్నారు

## కుటుంబ నిర్మాణంపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించే ఉద్దేశంతో ఒయాసిస్ ఫెర్టిలిటీ జనని డైలాగ్స్ తొలి ఎడిషన్ను నిర్వహించాం..

### ఒయాసిస్ ఫెర్టిలిటీ రీజినల్ మెడికల్ హెడ్ డాక్టర్ జలగం కావ్యరావు

**సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్**

సంతానోత్పత్తి ఆరోగ్యం, ముందస్తు అవగాహన, సమాచారంతో కూడిన కుటుంబ నిర్మాణంపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించే ఉ ద్దేశంతో ఒయాసిస్ ఫెర్టిలిటీ 'జననీ డెలాగ్స్' తొలి ఎడిషన్ న్ను హన్మకొండలో నిర్వహించి నారు."ది పేరెంట్డ్ పారడాక్స్. బిల్డింగ్ ఎ ఫ్యామిలీ ఫ్రెండ్లీ ఇండియా' అనే అంశంతో హన్మకొండలో నిర్వహించిన ఈ వేదికలో ప్రజారోగ్యం, ప్రభుత్వ వ్యవస్థ, సైకాలజీ, శిశు సంక్షేమం, కార్పొరేట్ మానవ వనరుల నిర్వహణ, సంతానోత్పత్తి వైద్యం వంటి రంగాలకు చెందిన నిపుణులు పాల్గొన్నారు. కుటుంబాలకు అనుకూలమైన భారతదేశాన్ని నిర్మించాలంటే ఏమి చేయాలి? అనే దేశవ్యాప్తంగా ప్రాధాన్యం సంతరించుకుంటున్న ప్రశ్నపై వారు విస్తృతంగా చర్చించారు.

సంతానం లేని సమస్యలకు అనేక కారకాలను నివారించవచ్చున్నది గమనార్హం. మారుతున్న జీవిత ఆంక్షలకు. మారకుండా ఉన్నారు జీవ సంబంధ వాస్తవాలకు మధ్య పెరుగుతున్న అంతరం - పేరెంట్ హృడ్ పారాడ్రిక్స్

(తల్లిదండ్రులు కావాలనే ఆకాంక్షి - వాస్తవాల మధ్య వైరుధ్యం)తల్లిదండ్రులు కావడానికి అయ్యే ఆర్థిక వ్యాయం గురించి ఈ చర్చా వేదికలో విస్తీతంగా

చర్చించారు. సంతానాన్ని పెంచేందుకు అయ్యే ఖర్చు,ఆర్థిక ప్రణాళిక ప్రభుత్వ సహాయక విధానాలను వ్యక్తిగత భారంగా కాకుండా కుటుంబ నిర్మాణానికి అవసరమైన కీలక తోడ్పాటుగా పరిగణించాలని వక్తలు అభిప్రాయపడ్డారు. పిల్లల పెంపకంలో తండ్రుల పాత్రను మరింత అనుకూలమైన వాతావరణాన్ని కల్పించాలని పిలుపునిచ్చింది. సభను ఉద్దేశించి ఒయాసిస్ పెర్టిలిటీ సహా వ్యవస్థాపకాలు. మెడికల్ డైరెక్టర్ దుర్గా జి.రావు

మాట్లాడుతూ...భారతదేశంలో కుటుంబ నిర్మాణ కోసం ప్రణాళిక చేసుకోవడం క్రమంగా కష్టతరం అవుతుంది. దీనికి ప్రజల్లో కుటుంబాన్ని ఏర్పాటు చేసుకోవాలనే ఆసక్తి తగ్గిపోవటం కారణం కాదు. సంతానోత్పత్తికి సంబంధించిన జీవ సంబంధిత కాల పరిమితి. పిల్లల పెంపకానికి అయ్యే ఆర్థిక వ్యాయం. ఆధునిక ఉద్యోగ జీవితంలోని ఒత్తిళ్లు పరస్పరం భిన్న దశల్లో ప్రభావం చూపుతుండటమే ప్రధాన కారణం. ఒయాసిస్ అకాడమీ 250 మందికి పైగా క్లినిషయ న్లకు మరియు 200 మందికి పైగా ఎంబ్రియాలజిస్టు లకు శిక్షణ ఇవ్వడంలో సహా పడింది. అలాగే ముఖ్యంగా టైర 2 మరియు టైర్ 3 ప్రాంతాలలో తమ ప్రత్యేక శిక్షణను గణనీయంగా విస్తరించాలని లక్ష్యంగా పెట్టుకుంది. ఒయాసిస్ ఫెర్టిలిటీ రీజినల్ మెడికల్ హెడ్ డాక్టర్ జలగం కావ్య రావు మాట్లాడుతూ...ప్రారంభ దశలోనే సంతాన సాఫల్యంపై అవగాహన పెంచుకోవడం. అలాగే సరైన పద్ధతిలో ప్రత్యుత్పత్తికి సంబంధించిన నిర్ణయాలు తీసుకోవటం ఎంతో ముఖ్యమో.."ది పేరెంట్ హుడ్ పారా డ్రాక్స్" స్పష్టం చేస్తుంది. కుటుంబ ఆంక్షలను సమ తుల్యం చేసుకోవటం. కుటుంబ స్నేహ పూర్వక భారతదేశాన్ని నిర్మించడానికి సామూహిక నిబద్ధత అనే ఆరు మార్గదర్శక సూత్రాలు ఇందులో ఉన్నాయి. భారతదేశ వ్యాప్తంగా పునరుత్పత్తి ఆరోగ్యం మరియు కుటుంబ నిర్మాణంలో అవగాహన సేవలు లభ్యత మరియు స్తోమతను మెరుగుపరచడం లక్ష్యంగా విధానపరమైన భాగస్వామ్యం పరిశోధన బహుళ రంగాల సహకారం ద్వారా జనని డైలగ్స్ ను వార్షిక ప్రజా ప్రయోజన కార్యక్రమం ముందుకు తీసుకెళ్లడానికి ఓయాసిస్ ఫెసిలిటీ తమ నిబద్ధతను పునరుద్ద దాటించింది.

## కరీంనగర్ కమిషనరేట్‌ను సందర్శించిన జోన్-3 డిఐజి సన్‌ప్రీత్ సింగ్

**(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్)**

మల్టీ జోన్-2 (జోన్-3) డిఐజి శ్రీ సన్‌ప్రీత్ సింగ్, ఐపిఎస్ గురువారం కరీంనగర్ పోలీస్ కమిషనరేట్‌ను సందర్శించారు. ఈ సందర్భంగా కమిషనరేట్‌కు విచ్చేసిన డిఐజికి కరీంనగర్ పోలీస్ కమిషనర్ శ్రీ గౌష్ ఆలం, ఐపిఎస్ పుష్పగుచ్ఛం అందించి సాదర స్వాగతం పలికారు. సందర్శనలో భాగంగా, ఇటీవల కరీంనగర్‌లోని భగత్ నగర్‌లో మంగళవారం రాత్రి ఒక ఇంటిలో జరిగిన డెకాయిటి (దోపిడీ) ఘటనపై డిఐజి తీవ్రంగా స్పందించారు.

ఈ కేసు పురోగతికి సంబంధించి సీపీ గౌష్ ఆలంను అడిగి వివరాలు తెలుసుకున్నారు. దోపిడీకి పాల్పడిన నిందితులను ఎంతటి వారైనా వదలకుండా, త్వరలోనే పట్టుకోవాలని అధికారులను ఆదేశించారు. నిందితులను తక్షణమే కోర్టులో ప్రవేశపెట్టి, వారికి చట్టప్రకారం కఠిన శిక్ష పడేలా బలమైన ఆధారాలతో కేసు నమోదు చేయాలని స్పష్టం చేశారు.

అనంతరం, తెలంగాణ రాష్ట్ర డీజీపీ సైబర్ నేరాల నియంత్రణ మరియు నివారణపై నిర్వహించిన ఉన్నత స్థాయి వీడియో కాన్ఫరెన్స్‌లో సీపీ గౌష్ ఆలంతో కలిసి డిఐజి సన్‌ప్రీత్ సింగ్ కమీషనరేట్ కార్యాలయ కాన్ఫరెన్స్ హాలులో పాల్గొన్నారు. సైబర్ నేరగాళ్లపై ఉక్కుపాదం మోపాలని, బాధితులకు త్వరితగతిన న్యాయం జరిగేలా చర్యలు తీసుకోవాలని ఈ సందర్భంగా చర్చించారు. వీడియో కాన్ఫరెన్స్ ముగిసిన అనంతరం, డిఐజి తన కార్యాలయానికి చేరుకుని వివిధ సెక్షన్లలో పెండింగ్‌లో ఉన్న ఫైళ్లను, కేసుల పురోగతిని క్షుణ్ణంగా పరిశీలించారు. పెండింగ్ కేసులను త్వరగా పరిష్కరించాలని సిబ్బందికి సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో డిఐజి కార్యాలయ సూపరింటెండెంట్ కౌసల్య, సీసీ వేణులతో పాటు ఇతర పోలీస్ అధికారులు, కార్యాలయ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

## తెలంగాణ ప్రజలకు గుడ్ న్యూస్..

# పూర్తయిన కాజీపేట-బలార్షా మూడో రైల్వే లైన్

**(హైదరాబాద్)**

తెలంగాణ నుంచి ఢిల్లీ సహా నార్త్ స్టేట్స్ కు రైళ్లు రాకపోకలు సాగించే గ్రాండ్ ట్రంక్ రూట్‌లో రైలు రాకపోకలను మరింత సులభతరం చేస్తూ దక్షిణ మధ్య రైల్వే కీలక ఘట్టాన్ని ఆవిష్కరించింది. కాజీపేట-బలార్షా మధ్య చేపట్టిన 203 కిలోమీటర్ల మూడో రైల్వే లైన్ నిర్మాణంతో పాటు విద్యుదీకరణ పనులను విజయవతంగా పూర్తి చేసింది. ఆసిఫాబాద్ - సిర్పూర్ కాగజ్‌నగర్ మధ్య ఉన్న 11 కిలోమీటర్ల చివరి విడత పనులను, బీబ్రా నదిపై నిర్మించిన కీలక వంతెనను జులై 22న విజయవంతంగా పూర్తి చేయడంతో ఈ ప్రాజెక్టు మొత్తం అందుబాటులోకి వచ్చినట్లయింది.

**తీరనున్న రద్దీ కష్టాలు:** రూ. 3,000 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో చేపట్టిన ఈ ప్రాజెక్టులో భాగంగా తెలంగాణ పరిధిలో 159 కిలోమీటర్లు, మహారాష్ట్ర పరిధిలో 44 కిలోమీటర్ల మేర మూడో లైన్ పనులను పూర్తి చేశారు. ఈ సెక్షన్‌లో బొగ్గు, సిమెంట్ పరిశ్రమల రవాణా ఎక్కువగా ఉండటంతో పాటు ప్రయాణికుల రద్దీ తీవ్రంగా ఉండేది. కొత్త లైన్ నిర్మాణంతో రైళ్ల వేగం పెరగడంతో పాటు సరుకు రవాణా వేగవంతం కానుంది. విద్యుదీకరణ వల్ల ఇంధన ఆదా జరిగి పర్యావరణానికి లబ్ధి చేకూరుతుందని దక్షిణ మధ్య రైల్వే జనరల్ మేనేజర్ సంజయ్ కుమార్ శ్రీవాస్తవ తెలిపారు. ప్రాజెక్టును సకాలంలో పూర్తి చేసిన అధికారులు, సిబ్బందిని ఆయన అభినందించారు.

# ఉమ్మడి మండలాల్లో మాజీ డిసిసిబి చైర్మన్ పోచారం భాస్కర్ రెడ్డి జన్మదినాన్ని పురస్కరించుకొన కాంగ్రెస్ పార్టీ శ్రేణులు..

**యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్**

నిజామాబాద్ జిల్లా కోటగిరి పోతంగల్ ఉమ్మడి మండలాల్లో గురువారం రోజున మాజీ డి సి సి బి జిల్లా అధ్యక్షుడు పోచారం భాస్కర్ రెడ్డి పుట్టినరోజు సందర్భంగా ఉమ్మడి మండల పార్టీ కార్యకర్తలు అందరు కలిసి కేక్ కట్ చేసి పుట్టినరోజు ఘనంగా జరుపుకునారు ఈ సందర్భంగా మండల అధ్యక్షుడు ఏజజ్ ఖాన్ మాట్లాడుతూ ప్రజలతో మమేకమై సేవ కార్యక్రమాల్లో చురుకుగా పాల్గొంటూ యువతకు ఆదర్శంగా నిలుస్తున్న యువ నాయకుడు పోచారం భాస్కర్ రెడ్డి అని ఈ సందర్భంగా ఆయనకు అభిమానులు శ్రేయోభిలాషులు యువత పార్టీ కార్యకర్తలు ఆయా గ్రామాల సర్పంచులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొని పోచారం శ్రీనివాస్ రెడ్డి ప్రజాసేవ స్ఫూర్తిని ఆదర్శంగా తీసుకొని ప్రజల సమస్యలను తెలుసుకుంటూ వారికి ఎల్లప్పుడూ అందుబాటులో ఉండేందుకు పోచారం భాస్కర్ రెడ్డి కృషి చేస్తున్నారని పలువురు పేర్కొన్నారు..

ప్రజలతో సన్నిహితంగా ఉంటూ సేవా కార్యక్రమాల్లో భాగస్వామ్యం కావడం ద్వారా ఆయన ప్రత్యేక గుర్తింపు తెచ్చుకుంటున్నారని అభిమానులు అభిప్రాయ పడుతున్నారు ఈరోజు బాన్సువాడ నియోజకవర్గ ప్రాంతంలో పండగ వాతావరణం నెలకొంది యువ నాయకుడిగా భాస్కర్ రెడ్డి మరింత ఉన్నత స్థాయికి ఎదిగి ప్రజాసేవలో ముందుకు సాగాలని అభిమానులు ఆకాంక్షించారు ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ జెడ్పిటిసి పుప్పాల శంకర్, మాజీ జెడ్పిటిసి శంకర్ పటేల్, ఏ ఎం సి వైస్ చైర్మన్ అనిల్ కుమార్,మాజీ మండల అధ్యక్షుడు ఎజాజ్ ఖాన్, మాజీ ఎంపిటిసి కేశ వీరేశం, మాజీ మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ గంగాధర్ , జుబేర్, డాక్టర్ సునీల్ కుమార్,యూత్ అధ్యక్షుడు చాంద్ పాషా, ధనరాజ్, సర్పంచ్ పోరంబోకు మండల అధ్యక్షుడు సాజీ పటేల్, కనక మెడల శ్రీనివాసరావు, చాకోరే, భజరంగ్,దత్తు, కూచి సిద్ధూ, పత్తి లక్ష్మణ్, సైద్ హుసేన్ , ఇస్మాయిల్, అమిద్, షాహిద్, శ్రీను,కోటగిరి పోతంగల్ ఉమ్మడి మండలం ఆయా గ్రామాల సర్పంచులు ఉప సర్పంచ్ లు కాంగ్రెస్ పార్టీ కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

# ఆర్ ఎ డబ్ల్యూ ఈ పి విద్యార్థినుల పార్టిసిపేటరి రూరల్ అప్రైజల్ పిఆర్ఎ కార్యక్రమం ఎల్‌నినో తరుణంలో పంటలలో శిక్షణ..

**యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్**

నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలం హెగ్డోలి గ్రామంలో గురువారం రోజున శీర్షిక (ఆర్ ఎ డబ్ల్యూ ఈ పి)విద్యార్థినుల పార్టిసిపేటరి రూరల్ అప్రైజల్ (పి ఆర్ ఎ) శిక్షణ కార్యక్రమం వ్యవసాయ కళాశాల విద్యార్థులు, జగిత్యాల వారు గ్రామీణ వ్యవసాయ పని అనుభవ కార్యక్రమం (రూరల్ అగ్రికల్చర్ వర్క్ ఎక్స్ పీరియన్స్ ప్రోగ్రాం ) లో భాగంగా కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం,రుద్రూరు వారి ఆధ్వర్యంలో హెగ్డోలి, ఖజాపూర్,సాలూరా,గ్రామాలలోపార్టిసిపేటరి రూరల్ అప్రైజల్ (పి ఆర్ ఎ) కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు (పి ఆర్ ఎ) అనేది రైతుల మరియు స్థానిక ప్రజల భాగస్వామ్యంతో వారి వ్యవసాయ పరిస్థితులు వనరులు మరియు సమస్యలను అంచనా వేసే ఒక పద్ధతి.ఈ కార్యక్రమంలో భాగంగా విద్యార్థినులు ఆయా గ్రామాల యొక్క పంటలు,పంటల సరళి,వనరులను గీసి రైతులకు ప్రదర్శించారు అనంతరం డా.కె.ఇందుధర్ రెడ్డి, సీనియర్ శాస్త్రవేత్త మరియు హెడ్, కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం, రుద్రూర్ గారు ప్రస్తుత ఎల్ నినో తరుణంలో పంటలలో రైతులు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలపై శిక్షణ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు.

రైతులు వరికి బదులుగా మొక్కజొన్న, కంది, సోయాచిక్కుడు, పెసర, మినుము వంటి పంటల వైపు మొగ్గు చూపాలని తెలిపారు. వరి సాగు చేసే రైతులు పద్ధతి ద్వారా నీటిని తరచుగా తీస్తూ,మళ్ళీ ఇస్తూ సాగు చేయాలని సూచించారు. యూరియా వంటి ఎరువులు తక్కువగా వాడాలి మరియు 35 రోజుల పైబడిన నారు వేసేటప్పుడు ఒక కుదురుకు నాలుగు నుండి ఐదు పిలకలు ఉండేలాగా నాటుకోవాలని తెలిపారు డా.కె.ఇందుధర్ రెడ్డి, సీనియర్ శాస్త్రవేత్త మరియు హెడ్, కృషి విజ్ఞాన కేంద్రం, రుద్రూరు వ్యవసాయ విస్తరణ అధికారులు, హెగ్డోలి ఏఈఓ శంకర్, హెగ్డోలీ గ్రామా ప్రజలు, విద్యార్థినులు , రైతులు, తదితరులు, పాల్గొన్నారు.

# దేశం నేత సుధాకర్ నాయుడు మాతృమూర్తి రమణమ్మ కన్నుమూత.. ఎమ్మెల్యే బొజ్జల నివాళులు..

**ప్రత్యక్ష సాక్షి శ్రీకాళహస్తి**

శ్రీకాళహస్తి నియోజకవర్గం తొట్టంబేడు మండలం దిగువ కొణతనేరి గ్రామానికి చెందిన తెలుగుదేశం పార్టీ సీనియర్ నాయకులు దేశం నేత సుధాకర్ నాయుడు మాతృమూర్తి రమణమ్మ(75) మంగళవారం సాయంత్రం మృతి చెందారు. గత ఆరు నెలలుగా అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న ఆమె మంగళవారం సాయంత్రం ఇంటి వద్ద బాత్ రూమ్ లో జారిపడ్డారు. తలకు తీవ్ర గాయమై రక్తస్రావం కావడంతో కుటుంబ సభ్యులు, గ్రామస్తులు గమనించేసరికే ఆమె మృతి చెందినట్లు నిర్ధారించారు. విషయం తెలుసుకున్న స్థానిక ఎమ్మెల్యే బొజ్జల వెంకట సుధీర్ రెడ్డి బుధవారం దిగువ కొణతనేరి గ్రామానికి చేరుకుని రమణమ్మ భౌతిక కాయానికి పూలమాల వేసి నివాళు లర్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన సుధాకర్ నాయుడు కుటుంబాన్ని పరామర్శించి, దుఃఖంలో టీడీపీ కుటుంబం అండగా ఉంటుందని భరోసా ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో టీడీపీ మాజీ రాష్ట్ర కార్యదర్శి చలపతి నాయుడు, మాజీ మండల అధ్యక్షులు గాలి మురళి నాయుడు, మండల పార్టీ అధ్యక్షులు రావిళ్ళ మునిరాజ నాయుడు, మాజీ జెడ్పీటీసీ సభ్యులు పేరం ధనంజయ నాయుడు, సీనియర్ నాయకులు జగన్నాథం నాయుడు, పట్టణ అధ్యక్షులు విజయకుమార్ నాయుడు, ఏర్పేడు మండల అధ్యక్షులు నాగరాజు నాయుడు, మాజీ జెడ్పీటీసీ సుబ్బారెడ్డి, కన్నలి ప్రతాపరెడ్డి తదితరులు పాల్గొని నివాళులు అర్పించారు.

# గీతా కార్మికుల పాలిట శ్రీరామ రక్ష కాటమయ్య రక్షణ కిట్లు

**కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల**

జగిత్యాల జిల్లా సారంగాపూర్ మండల కొనాపూర్ గ్రామంలో ఎల్లమ్మ ఆలయం దగ్గర పెంబట్ల ,కొనాపూర్, పోచంపేట, అర్పపల్లి, గ్రామాలకు చెందిన గీతా కార్మికులకు జిల్లా వెనుకబడిన తరగతుల సంక్షేమ శాఖ జగిత్యాల జిల్లా ఆధ్వర్యంలో 100శాతం సబ్సిడీతో 105 కాటమయ్య రక్షణ కిట్ల ను పంపిణీ చేసిన జగిత్యాల శాసనసభ్యులు డాక్టర్ సంజయ్ కుమార్ ఈ కార్యక్రమంలో సర్పంచులు సొల్లు సురేందర్,కొలపాక రాధ రాజు, పాక్స్ చైర్మెన్ నరసింహ రెడ్డి,ఉప సర్పంచ్ మైదం ప్రభాకర్, మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు మనోహర్ రెడ్డి,రాజేందర్ రెడ్డి, శేఖర్ గౌడ్,బీసీ వెల్ఫేర్ అధికారి జయరాజ్, ఎక్సైజ్ సూపరింటెంట్ తిరుపతి, ఎమ్మార్వో. వహీద్,ఎంపీడీవో నీరజ,ఎంపీ ఓ.సలీం,గౌడ సంఘం అధ్యక్షుడు గంగాధర్ గౌడ్,అరవింద్ గౌడ్,అర్జున్,శ్రీనివాస్ గౌడ్, సర్పంచులు బాస మహేష్,బాపిరాజు,మ్యాకలశేఖర్,శేఖర్,రమేష్,వార్డు సభ్యులు ఘోరం నాంపల్లి,, నాయకులు ఏనుగుల మల్లేష్, డిల్లీరామారావు, జనార్ధన్,ఎక్సైజ్ అధికారులు మండల గ్రామ నాయకులు,గౌడ సంఘంసభ్యులు,అధికారులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

# ఈనెల 25న యాదాద్రి జాతీయ నృత్యోత్సవాలు..

**(హైదరాబాద్)**

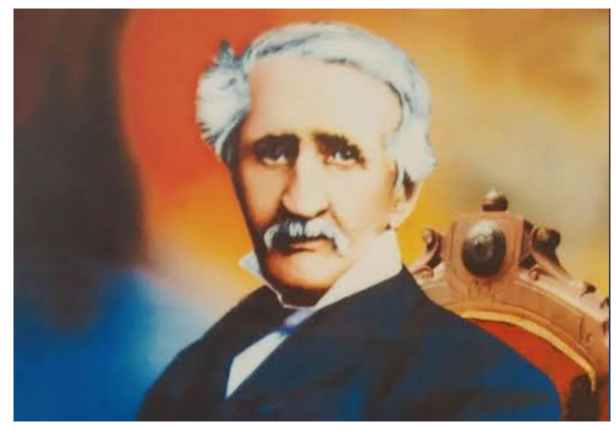
కళాకృతి నృత్యాలయం ఆధ్వర్యంలో ఈనెల 25- 26 తేదీల్లో రవీంద్ర భారతిలో 'యాదాద్రి నేషనల్ డ్యాన్స్ ఫెస్టివల్ 2026' (యాదాద్రి జాతీయ నృత్య ఉత్సవం) నిర్వహించనున్నట్లు యాదాద్రి ఫెస్టివల్ చైర్మన్ విక్రమ్ కుమార్ డైరెక్టర్‌గా ఎమ్. భారతిలు తెలిపారు. ఈ మేరకు హైదర్ గూడలోని ఎన్ఎస్ఎస్‌లో విలేకరుల సమావేశంలో యాదాద్రి నేషనల్ డ్యాన్స్ ఫెస్టివల్‌ను బ్రోచర్ ఆవిష్కరించారు. ఈ సందర్భంగా విక్రమ్ కుమార్ మాట్లాడుతూ.. భారతదేశం సంపన్న శాస్త్రీయ, జానపద నృత్య వారసత్వాన్ని జాతీయ స్థాయిలో కొనియాడే ఉద్దేశంతో ఈ ఉత్సవాన్ని రూపొందించినట్లు తెలిపారు. ఈ ప్రారంభోత్సవ కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా పర్యాటక, సాంస్కృతిక శాఖ మంత్రి జూపల్లి కృష్ణారావు, గౌరవ అతిథిగా గడ్డం సరోజ వివేక్, పాటు కళా, సాంస్కృతిక, ప్రజాసేవ రంగాలకు చెందిన పలువురు ప్రముఖులు హాజరుకానున్నారని తెలిపారు.

ఈ ఉత్సవంలో ప్రధాన ఆకర్షణగా భారతీయ నృత్య, సాంస్కృతిక రంగాల్లో విశేష కృషి చేసిన వి.ఎ.కె. రంగారావు, పద్మశ్రీ గీతా చంద్రన్, షారన్ లోవెన్, ప్రొఫెసర్ డాక్టర్ అరుణ భిక్షు తదితరులకు యాదాద్రి జాతీయ పురస్కారాలు "2026" అందజేయనున్నారని పేర్కొన్నారు.

రెండు రోజుల పాటు సాగే ఈ నృత్యోత్సవంలో దేశంలోని వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చే ప్రముఖ కళాకారులు భరతనాట్యం, కూచిపూడి, కథక్, ఒడిస్సీ, గోటి పువా మరియు సాంప్రదాయ జానపద నృత్య రీతులలో ఆకట్టుకునే ప్రదర్శనలు ఇవ్వనున్నారని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో డా. సజని వల్లభనేని, బి.హేమలత పాల్గొన్నారు.

# అపర భగీరథుడు ఆర్థర్ కాటన్

## జూలై 24... సర్ ఆర్థర్ కాటన్ వర్ధంతి



"నిత్య గోదావరీ స్నాన పుణ్యదోయోమహామతిః, స్మరామ్యాంగ్లేయ దేశీయం కాటనుం తం భగీరథం" ఆంధ్ర ప్రదేశ్ లోని ఉభయ గోదావరి నదీ తీర వాసులు గోదావరీ స్నానాల సమయంలో సంకల్పం చేసేప్పుడు పఠించే సాంప్రదాయం ఆచరిస్తారు. అపర భగీరుథుడైన ఆంగ్లేయ ఇంజినీర్ సర్ ఆర్థర్ కాటన్ కారణంగా తాము నిత్యం ఉదయాన్నే గోదావరి స్నానమాచరించే భాగ్యం కలిగిందన్నది దాని సారాంశం. కేవలం గోదావరి స్నానమాచరించే అవకాశమే కాదు, తమ జీవితాల్లో సమూల మార్పులకు మూలం ఆర్థర్ కాటన్ ఆలోచనే అని గోదావరి తీర వాసులు నేటికీ విశ్వసిస్తారు. అందుకు అనుగుణంగా ఆయనను నిత్యం తమ పూజా మందిరంలో కొలిచేవాళ్లు, తమ ఇంటి వద్ద, సమీపాలలో కాటన్ మహాశయుని విగ్రహాలు ఏర్పాటు చేసుకుని ఆరాధించేవాళ్లు చాలామంది కనిపిస్తారు. ఆంధ్ర ప్రదేశ్ రాష్ట్ర ప్రగతిలో అనేక అంశాలలో గోదావరి, కృష్ణా తీరం ముందు ఉండడంలో కాటన్ శ్రమ ఉందని భావించక తప్పదు. కాటన్ దొర అని గోదావరి ప్రజలు అభిమానంగా పిలుచుకొనే జనరల్ సర్ ఆర్థర్ కాటన్ (మే 15, 1803 – జూలై 24, 1899) బ్రిటిషు సైనికాధికారి, నీటిపారుదల ఇంజనీరు. కాటన్ తన జీవితాన్ని బ్రిటిషు భారత సామ్రాజ్యములో నీటిపారుదల, నావికాయోగ్యమైన కాలువలు కట్టించడానికి జీవితాన్ని ఫణంగా పెట్టిన మేధావి, కార్యశీలి. కాటన్ 15 ఏళ్ల వయసులో ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ ఇంజనీరింగు సర్వీసుల్లో చేరి శిక్షణ పొందారు. 1819లో రాయల్ ఇంజనీర్స్ దళంలో సెకండ్ లెఫ్టినెంట్‌గా నియమితుడైన ఆయన విధి నిర్వహణలో భాగంగా 18 ఏళ్ల వయసులో భారత దేశానికి వచ్చి మొదటిసారిగా మద్రాస్‌లో ఉద్యోగిగా పనిచేశారు.

అక్కడి నుంచి ఈస్ట్ ఇండియా కంపెనీ తరుపున దక్షిణ భారత చెరువుల శాఖకు ఇంజనీర్‌గా నియమితులయ్యారు. ఆ సమయంలో 1828-29 మధ్య కాలంలో కావేరీ నది వరద సమస్యకు శాశ్వత పరిష్కారం కోసం కృషి చేశారు. కరువు పీడిత ప్రాంతం గోదావరి డెల్టాగా రూపాంతరం చెందడంలో ధవళేశ్వరం వద్ద నిర్మించిన ఆనకట్ట ప్రధాన పాత్ర పోషించింది. అప్పటి జిల్లా అధికారిగా ఉన్న సర్ హెన్రి మౌంట్ పంపించిన నివేదిక ఆధారంగా ఆనకట్ట నిర్మాణం ఆలోచన తెరమీదకు వచ్చింది. ఆర్థర్ కాటన్ అనే ఇంజనీరుకు సదరు ప్రతిపాదన అప్పగించి, సాధ్యాసాధ్యాలు పరిశీలించాలని బ్రిటీష్ ప్రభుత్వం అప్పగించడంతో ఆయన అందుకు అనువైన ప్రాంతం కోసం సుదీర్ఘ అన్వేషణ చేశారు. అలా 1840లోనే కృష్ణా నదిపై ఆనకట్ట నిర్మాణ సాధ్యాసాధ్యాలపై ఆయన రూపొందించి, ప్రభుత్వానికి సమర్పించిన నివేదికను అప్పటి మద్రాసు గవర్నరు మార్కస్ ట్వేల్ డేల్ ఆమోదించారు. లండన్‌లోని బోర్డు ఆఫ్ డైరెక్టర్ల ఆమోదానికి పంపించారు. ప్రాజెక్టు రిపోర్టును పరిశీలించిన తర్వాత, 1846 ధవళేశ్వరం వద్ద గోదావరిపై ఆనకట్టను కాటన్ ఆధ్వర్యంలో నిర్మించేందుకు లండన్ నుంచి అనుమతి లభించింది.

1847 ఏప్రిల్ నెలలో ఆనకట్ట నిర్మాణానికి శ్రీకారం చుట్టారు. ఆనకట్ట నిర్మాణంలో పది వేలమంది కూలీలతో పాటుగా ఐదు వందల మంది వడ్రంగులు, ఐదు వందల మంది కమ్మరులను వినియో గించారు. ధవళేశ్వరం వద్ద గోదావరి సుమారుగా 6 కి.మీ. వెడల్పు ఉంటుంది. 1847 అగస్టు మూడో వారంలో రైల్వే వ్యాగన్ల ద్వారా ఉక్కు, రాయిని ధవళేశ్వరానికి తరలించారు. దాంతో యంత్ర సామాగ్రితో నిర్మాణపు పనులు ముమ్మరమయ్యాయి. నది ఒడ్డుకు చేర్చిన రాళ్లు, ఇతర సామగ్రిని పడవల ద్వారా నదిలోని నిర్మాణ ప్రాంతానికి రవాణా చేసేవారు. ఇందుకు 25 టన్నుల భారం మోయగల 18 నావలను వినియోగించారు. కాటన్ కు కూలీలతో పాటుగా ఇంజనీర్లయిన భారతీయులు కూడా కొందరు తోడుగా ఉన్నారు. వారిలో తొలి నాటి ఇంజనీర్లలో ఒకరైన రాజ్ బహుదూర్ వీణం వీరన్న కూడా ఉన్నారు. కాటన్ పర్యవేక్షణలో ఈ ఆనకట్టను వేగంగా పూర్తి చేశారు. తర్వాత 1852 గన్నవరం అక్విడక్టు పనులు కూడా కాటన్ ప్రారంభించారు. ఐదేళ్ల లోనే నిర్మాణం జరగడంతో 1852 నాటికి అందుబాటు లోకి వచ్చింది.

ధవళేశ్వరం వద్ద ప్రస్తుతమున్న సర్ ఆర్థర్ కాటన్ బ్యారేజ్‌కి పూర్వ రూపంగా ఆనకట్ట ఉండేది. అనేక వరదల తాకిడికి ఆనకట్ట దెబ్బ తినడంతో చివరకు 1970వ దశకంలో కొత్తగా బ్యారేజ్ నిర్మాణం చేశారు. 20వ శతాబ్దం తొలినాళ్లలోనే ఆయా ప్రాంతాల్లో వెనువెంటనే ఆరు లక్షల ఎకరాల భూమి సాగు కిందికి రావడం తో పాటు, పారిశ్రామి కాభివృద్ధి, విస్తారంగా పంటలు, రవాణా సదుపాయాలు ధవళేశ్వరం ఆనకట్ట ద్వారా గోదావరి జల ప్రవాహం ద్వారా లభించాయి. కృష్ణానదిపై విజయవాడ వద్ద ఆనకట్టకు ప్రోద్బలం కూడా కాటన్ దే. ఆయన బెంగాల్, ఒడిసా, బీహారు, మొదలైన ప్రాంతాల నదులను మానవ ఉపయోగం చేయడానికి ఎన్నో పరిశోధనలు, పరిశీలనలు చేశాడు. తెలుగు వారే కాదు తమిళులు, ఒరియాలు, బెంగాలీలు, ఒరియాలు, బీహారీలు మొత్తం భారతీయులే ఆయనకు ఎంతో రుణ పడి ఉంటారు. తమపాలిట దుఖఃదాయినిగా ఉన్న గోదావరిని, ప్రాణదాతగా మార్చిన ఆర్థర్ కాటన్... అపర భగీరథునికి, ప్రాతః స్మర స్మరణ చేయడం తప్ప ఏమిచ్చుకో గలరు.

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

# శరవేగంగా పరిటాల రవీంద్ర సాగునీటి పథకం పనులు

## గత ప్రభుత్వ పాపం వలనే ఇంత ఆలస్యమైందన్న పరిటాల సునీత

**(మంద గంగాధర ప్రత్యక్ష సాక్షి బ్యూరో అనంతపురం)**

జీడిపల్లి రిజర్వాయర్ నుంచి అప్పర్ పెన్నార్ (పేరూరు) ప్రాజెక్టు వరకు నిర్మిస్తున్న పరిటాల రవీంద్ర సాగునీటి పథకం పనులు శరవేగంగా సాగుతున్నాయి. రామగిరి మండలం దుబ్బార్లపల్లి సమీపంలో రాప్తాడు ఎమ్మెల్యే పరిటాల సునీత ఈ పనులను పరిశీలించారు. రామగిరి – పేరూరు డబల్ రోడ్డు బ్రిడ్జి కిలోమీటర్ 50.075 వద్ద, ఎగువపల్లి – పేరూరు సోలార్ సింగల్ రోడ్డు కిలోమీటర్ 50.925 వద్ద, మక్కినవారిపల్లి సమీపంలో పేరూరు – గరిమేకలపల్లి డబల్ రోడ్డు కిలోమీటర్ 52.910 వద్ద జరుగుతున్న నూతన బ్రిడ్జిల నిర్మాణ పనులను ఆమె పరిశీలించారు. ఈ కార్యక్రమంలో స్థానిక టీడీపీ నాయకులు, అధికారులు, కాంట్రాక్టర్లు కూడా పాల్గొన్నారు. పనులు ఎంత వరకు వచ్చాయి, నాణ్యత ఎలా ఉందన్న విషయాలను ఎమ్మెల్యే సునీత ఆరా తీశారు. ఈ సందర్భంగా ఆమె మాట్లాడుతూ కాలువ పనులు వేగంగా జరుగుతున్నాయని చెప్పారు. ఈ ప్రాంతంలో సాగునీటి కోసం ప్రజలు తీవ్ర ఇబ్బందులు పడుతున్నారన్నారు. గతంలో జీడిపల్లి నుంచి పేరూరు ప్రాజెక్టుకు నీరందించాలని 804కోట్లతో పనులు మొదలు పెట్టామన్నారు..

రైతులు కూడా భూములు ఇచ్చారని.. కొంత వరకు పనులు జరిగాయన్నారు. కానీ ఆ తర్వాత వచ్చిన వైసీపీ ప్రభుత్వంలో ఒక్క అడుగు కూడా పని చేయలేదన్నారు. భూమిలిచ్చిన రైతులకు కూడా పరిహారం ఇవ్వలేదన్నారు.మళ్లీ అధికారంలోకి రాగానే పనులు పునఃప్రారంభించామన్నారు. ప్రస్తుతం పనులు చాలా వేగంగా జరుగుతున్నాయన్నారు. కాంట్రాక్టర్లు డబ్బు విషయం కూడా లెక్క చేయకుండా పనులు చేస్తున్నందుకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. వచ్చే ఏడాది లోగా పనులు పూర్తి చేస్తామని కాంట్రాక్టర్లు చెప్పడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. చిన్న చిన్న పనులు పెండింగ్ లో ఉన్నా.. నీరు వచ్చేందుకు ఎక్కడా ఇబ్బంది లేకుండా చూస్తామని చెప్పారన్నారు. దీనిపై అనునిత్యం పర్యవేక్షణ చేయాలని అధికారులకు సూచించారు. ఇటీవల హంద్రీనీవా కాలువ పై పర్యటించిన వైసీపీ నాయకులు ఈ పనులు పఅర్థమయ్యేదని ఎమ్మెల్యే సునీత అన్నారు..

# బొబ్బ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ద్వారా ప్రభుత్వ పాఠశాల పిల్లలకు నోట్ బుక్స్ పంపిణీ..

**శేరిలింగంపల్లి(ప్రత్యక్ష సాక్షి)**

బీ.ఆర్.ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కే.టీ. ఆర్ గారి 50 వ పుట్టిన రోజు సందర్బంగా గిఫ్ట్ ఏ స్మైల్ లో భాగంగా ఈ రోజు ఉమ్మడి చందానగర్ డివిజన్ లో ఉన్న ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మాజీ మినిమం వేజ్ బోర్డ్ చైర్మన్ సామ వెంకట్ రెడ్డి మరియు బొబ్బ చారిటబుల్ డైరెక్టర్,మాజీ కార్పొరేటర్ బొబ్బ నవత రెడ్డి ముఖ్య అతిథులుగా 5 ప్రభుత్యం పాఠశాలలో ఎం.పి.పి ఉర్దూ మీడియం స్కూల్,వేముకుంట ఎం.పి.పి తెలుగు మీడియం స్కూల్,వేముకుంట,ఎం.పి.పి స్కూల్,వేమన వీకర్ సెక్షన్,ఎం.పి.పి స్కూల్,శివాజీ నగర్ బస్తి,ఎం.పి.పి స్కూల్ ఇందిరా నగర్ బస్తి,లలో మొదలగు పాఠశాలలో సుమారు 600 మంది విద్యార్థులకు సుమారు 5000 వేల నోట్ బుక్స్,600 పెన్సిల్ బాక్సులు (2పెన్నులు, పెన్సిల్, స్కేల్,షర్పనర్, రబ్బర్,) మొదలగు సుమారు 3 లక్షల విలువ గల విద్య సామగ్రిని బొబ్బ చారిటబుల్ ట్రస్ట్ ద్వారా ప్రభుత్వ పాఠశాల పేద విద్యార్థులకు బీ.ఆర్.ఎస్ పార్టీ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కే.టీ.ఆర్ గారి 50వ పుట్టిన రోజు సందర్భంగా కానుకగా అందచేయడం జరిగినది. ఈ

కార్యక్రమంలో మల్లికార్జున్ శర్మ,రాజన్న,ఎం.డి సలీం,చందర్ రావు,నగేష్ రెడ్డి,ప్రమోద్,అంజి,శేఖర్, వంశీ రెడ్డి,రామా రావు,అనంత రెడ్డి,శభన,సునీత,శ్రీను, ఉపాధ్యాయులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## మార్కెట్‌ ఈ కాయలు ఎక్కడ కనిపించినా సరే..
# విడిచిపెట్టకుండా తెచ్చుకుని తినండి..

మార్కెట్‌లో మీరు అనేక రకాల కూరగాయలను చూస్తుంటారు. వాటిల్లో చౌ చౌ కూడా ఒకటి. వీటినే కయోట్ స్క్వాష్ అని కూడా పిలుస్తారు. తెలుగులో సీమ వంకాయలని అంటారు. ఇవి చూసేందుకు ఒక రకమైన జామకాయలను పోలి ఉంటాయి. అయితే ఇది కూరగాయ రకానికి చెందినది. దీన్ని కూరగా చేసుకుని తింటారు. ఇందులో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ క్రమంలోనే సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయని పోషకాహార నిపుణులు చెబుతున్నారు. 1 కప్పు ఉడకబెట్టిన సీమ వంకాయలను తింటే సుమారుగా 39 క్యాలరీల శక్తి లభిస్తుంది. పిండి పదార్థాలు 9 గ్రాములు, ప్రోటీన్లు 2 గ్రాములు, కొవ్వు 0.5 గ్రాములు, ఫైబర్ 4 గ్రాములు లభిస్తాయి. అలాగే వీటిలో విటమిన్లు బి9, సి, కె, బి6, మాంగనీస్, కాపర్, జింక్, పొటాషియం, మెగ్నిషియం, ఐరన్, ఫాస్ఫరస్, క్యాల్షియం కూడా ఉంటాయి. ఇవి మనకు పోషణను అందిస్తాయి.

**గుండె ఆరోగ్యానికి..:** సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక యాంటీ ఆక్సిడెంట్లను పొందవచ్చు. ముఖ్యంగా విటమిన్ సి లభిస్తుంది. ఫ్లేవనాయిడ్స్, ఫినోలిక్ సమ్మేళనాలు కూడా వీటిల్లో ఉంటాయి. ఇవి ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీంతో ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. తరచూ వీటిని తింటుంటే క్యాన్సర్, గుండె జబ్బులు, నాడీ సంబంధ వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాల్లో తేలింది. వీటిని ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. బీపీ నియంత్రణలోకి వస్తుంది. వీటిల్లో ఉండే ఫ్లేవనాయిడ్స్ రక్త నాళాల్లో కొలెస్ట్రాల్ పేరుకుపోకుండా చూస్తాయి. దీంతో రక్త నాళాలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. బీపీ నియంత్రణలో ఉంటుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు.

**డయాబెటిస్ ఉంటే..:** సీమ వంకాయల్లో పిండి పదార్థాలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. పైగా ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల

వీటిని తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నెమ్మదిగా పెరుగుతాయి. ఇది షుగర్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు చేసే విషయం. వీటిని తినడం వల్ల శరీరం ఇన్సులిన్‌ను మరింత మెరుగ్గా ఉపయోగించుకుంటుంది. దీంతో షుగర్ లెవల్స్ తగ్గుతాయి. డయాబెటిస్ అదుపులో ఉంటుంది. ముఖ్యంగా టైప్ 2 డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. సీమవంకాయల్లో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. కనుక వీటిని తింటే పేగుల్లో మలం సులభంగా కదులుతుంది. దీని వల్ల మలబద్ధకం తగ్గుతుంది. ఇవి ప్రీ బయోటిక్ ఆహారంగా కూడా పనిచేస్తాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే జీర్ణ వ్యవస్థలో మంచి బ్యాక్టీరియా వృద్ధి చెందుతుంది. దీని వల్ల జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. సాధారణ జీర్ణ సమస్యలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు.

**బరువు తగ్గేందుకు..:** సీమ వంకాయల్లో క్యాలరీలు చాలా తక్కువగా ఉంటాయి. పైగాఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. అధికంగా బరువు ఉన్నవారు సీమ వంకాయలను తరచూ తింటుంటే బరువును తగ్గించుకోవచ్చు. వీటిని తింటే గర్భిణీలకు సైతం ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. ఈ కాయల్లో ఫోలేట్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇదిగర్భంలో ఉన్నశిశువుఎదుగుదలకు సహాయపడుతుంది. కనుక గర్భిణీలు వీటిని తరచూ తినాలి. ఈ కాయల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చాలా శక్తివంతంగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే క్యాన్సర్ కణాలు నాశనం అవుతాయి. క్యాన్సర్లు రాకుండా సురక్షితంగా ఉండవచ్చు. ఇలా సీమ వంకాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలను పొందవచ్చు.

# వర్షాకాలం నీరు తాగడం లేదా?

వర్షాకాలంలో సాధారణంగా దాహం చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. దీంతో చాలా మంది నీరు తక్కువగా తాగుతారు. అయితే ఈ అలవాటును వెంటనే మార్చుకోవడం మంచిదంటున్నారు నిపుణులు. దాహం వేయకుండా నీరు తాగే అలవాటు ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుందని సూచిస్తున్నారు. వర్షాకాలంలో తాగే నీటి పరిమాణం తగ్గితే అనేక ఆరోగ్య సమస్యలకు దారితీస్తుందనీ చెబుతున్నారు.

మలబద్ధకం : శరీరంలో తగినంత నీరు లేకపోతే మలబద్ధకం వంటి సమస్యలు తలెత్తుతాయి. ఇందుకు సరైన మందులు సకాలంలో తీసుకోకపోతే, మూలశంక వంటి వ్యాధులు వస్తాయి.

అంతే కాదు వర్షాకాలంలో తక్కువ నీరు తాగడం వల్ల జీర్ణ సమస్యలు కూడా వస్తాయి.

శరీర బలహీనత : ప్రతిరోజూ ఉత్సాహంగా పనిచేయాలంటే శరీరానికి తగినంత శక్తి అవసరం. దీనికోసం క్రమం తప్పకుండా నీరు తాగడం చాలా అవసరం.లేకపోతే చిన్న చిన్న పనులుచేసినాత్వరగా అలసిపోతారు.

మూత్రపిండాల సమస్యలు : సాధారణంగా మూత్రపిండాలు మన శరీరం నుంచి విషాన్ని తొలగించడానికి సహాయపడతాయి. కానీ శరీరంలో నీటి కొరత ఉంటే, అది మూత్రపిండాల ఆరోగ్యంపై ప్రతికూల ప్రభావాన్ని చూపుతుంది.

చర్మ సమస్యలు : ఆరోగ్య నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. శరీరంలో నీటి శాతం తగినంతగా లేనప్పుడు చర్మం దాని మెరుపును కోల్పోతుంది. ముఖంలో ప్రకాశం కూడా తగ్గుతుంది. దీనితో పాటు మొటిమలు, ఇతర చర్మ సంబంధిత సమస్యలు కూడా ప్రారంభమవుతాయి. తగినంత నీరు తాగే అలవాటు చర్మాన్ని హైడ్రేట్‌గా ఉంచుతుంది. అదేవిధంగా చర్మం పొడిబారడం వంటి సమస్యలను తగ్గిస్తుంది.

మూత్ర నాళ ఇన్ఫెక్షన్లు : శరీరంలో నీటి స్థాయి తగ్గితే మూత్ర నాళాల ఇన్ఫెక్షన్లు వచ్చే అవకాశం ఉంది. నిపుణుల అభిప్రాయం ప్రకారం.. రోజుకు కనీసం 3 లీటర్ల నీరు తాగాలి. అందుకే ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవాలంటే, ఎక్కువ నీరు తాగాలని నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

# మ్యాచింగ్ అదుర్స్ కదూ!

మహిళల అలంకరణలో మ్యాచింగ్‌ది ప్రత్యేకస్థానం. వేసుకున్న దుస్తుల రంగు, డిజైన్‌కి సరిపోయే ఆభరణాలు, గాజులు, బొట్టు, బ్యాగు,చెప్పులు.. ఇలా ఒక్కటేమిటి ప్రతీది మ్యాచింగ్ ఉండేలా ప్లాన్ చేసుకుంటారు ఫ్యాషన్ ప్రియులు. పెళ్లిళ్లు, వ్రతాలుఅనగానే ముందుగా మదిలో మెదిలేది అందమైన దుస్తులు, వాటికి సరిపోయే ఆభరణాలే! కానీ అన్నిసార్లూ అన్ని దుస్తులకు సరిపోయే నగలను ఎంచుకునే వీలు కుదరదు. అలాంటి ఇబ్బంది లేకుండా దుస్తులపైనే ఆభరణాలను జోడించిన ప్రత్యేక డిజైన్లు మార్కెట్లోకి వచ్చేశాయి. ప్రత్యేకంగా అలంకరించుకునే పనిలేకుండా దుస్తులతోపాటే ఒంటిమీద ఒదిగిపోయే ఈ డిజైనర్ ఆభరణాల విశేషాలేంటో తెలుసుకుందాం.. ఈ డిజైనర్‌వేర్ జువెలరీ సంప్రదాయ, సమకాలీన వస్త్రాలను ఆకర్షణీయంగా మార్చడమే కాక, ధరించే వారి సౌలభ్యాన్ని కూడా పెంచుతున్నాయి. ఆధునిక మగువలను ఆకర్షించేలా డిజైనర్లు దుస్తులపైనే ఆభరణాల్లా కనిపించేలా ప్రత్యేక డిజైన్లను రూపొందిస్తున్నారు. లెహెంగాలు, చీరలు, అనార్కలీ సూట్లు, ఇండో–వెస్ట్రన్ గౌన్లు వంటి వాటిపై మెటల్ బీడ్స్, కుందన్ రాళ్లు, ముత్యాలు, సీక్విన్స్, జరీ వర్క్ వంటి వాటిని ఉపయోగించి అందమైన ఆభరణాల రూపాన్ని సృష్టిస్తున్నారు. వీటిని ధరించినప్పుడు, సాధారణ స్టడ్స్, డెలికేట్ బ్రాస్‌లెట్స్ ఉంటే చాలు, భారీ ఆభరణాల అవసరం లేదు. వాయిలా, కల్కి ఫ్యాషన్ వంటి బ్రాండ్లు ఈ డిజైనర్ దుస్తులను ఎక్కువగా తయారుచేస్తున్నాయి. వీరి కలెక్షన్స్‌లో కనిపించే కుందన్, పెర్ల్, ఆక్సిడైజ్డ్ మెటల్ డిజైన్లు సంప్రదాయ వస్త్రాలకు రాజసాన్ని జోడిస్తున్నాయి. వీటిని చాలామంది వెడ్డింగ్‌వేర్‌గా ఎంచుకుంటున్నారు. ఆధునిక ఇండో–వెస్ట్రన్ గౌన్లు, జంప్‌సూట్స్, కాక్‌టెయిల్ డ్రెస్‌లలో కూడా ఈ డిజైన్ల ప్రభావం ఎక్కువగానే ఉంది. మీరూ ఓసారి ట్రై చేసి చూడండి మరీ!

## ఈ పండ్లు మీకు ఎక్కడ కనిపించినా సరే..
# విడిచిపెట్టకుండా తెచ్చుకుని తినండి..

సూపర్ మార్కెట్‌లలో లేదా బయట పండ్ల దుకాణాల్లో మనకు అప్పుడప్పుడు కొన్ని చిత్రమైన పండ్లు దర్శనమిస్తుంటాయి. అలాంటి పండ్లలో మాంగోస్టీన్ పండ్లు కూడా ఒకటి చూసేందుకు పత్తికాయల ఆకారంలో ఉంటాయి. లోపలంతా తెల్లని గుజ్జు మెత్తగా క్రీమ్‌లాగా ఉంటుంది. ఇది తియ్యని, పుల్లని రుచిని కలిగి ఉంటుంది. అయితే ఈ పండ్లను చాలా మంది చూసి ఉండరు. కానీ మనకు అప్పుడప్పుడు కనిపిస్తుంటాయి. వాస్తవానికి ఈ పండ్లను పోషకాలకు గనిగా చెబుతారు. ఈ పండ్లను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. ఈ పండ్లలో మన శరీరానికి కావల్సిన అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. అనేక విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఈ పండ్లలో ఉంటాయి. కనుక ఈ పండ్లు కనిపిస్తే విడిచిపెట్టకుండా తెచ్చుకుని తినాలని పోషకాహార నిపుణులు సూచిస్తున్నారు. వీటి వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చని అంటున్నారు.

సీజనల్ వ్యాధులకు చెక్..: మాంగోస్టీన్ పండ్లలో జాంతోన్స్ అనబడే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లతోపాటు విటమిన్ సి అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇవి మన శరీరంలో ఉండే ఫ్రీ ర్యాడికల్స్‌ను నిర్మూలిస్తాయి. దీని వల్ల కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. గుండె పోటు, క్యాన్సర్ వంటి ప్రాణాంక వ్యాధులు రాకుండా జాగ్రత్త పడవచ్చు. ఈ పండ్లలో ఉండే జాంతోన్స్, ఆల్ఫా మాంగోస్టిన్ అనే సమ్మేళనాలు యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ గుణాలను కలిగి ఉంటాయి. దీని వల్ల శరీరం లోపల, బయట ఉండే వాపులను తగ్గించుకోవచ్చు. గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్, ఆర్థరైటిస్ వంటి వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. మాంగోస్టీన్ పండ్లలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టం చేస్తుంది. దీని వల్ల శరీరం వ్యాధులు, ఇన్‌ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తుంది. రోగాలు రాకుండా చూస్తుంది. సీజనల్‌గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యల నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది. జ్వరం నుంచి త్వరగా కోలుకుంటారు.

గుండె ఆరోగ్యానికి..: ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఇన్‌ఫ్లామేటరీ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్ గుణాలు గుండె ఆరోగ్యాన్ని సంరక్షిస్తాయి. ఈ పండ్లను తింటే శరీరంలోని చెడు కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్, ట్రై గ్లిజరైడ్స్ స్థాయిలు తగ్గుతాయి. మంచి కొలెస్ట్రాల్ పెరుగుతుంది. దీని వల్ల

రక్త నాళాల్లో ఉండే అడ్డంకులు తొలగిపోతాయి. గుండె పోటు రాకుండా నివారించవచ్చు. ఈ పండ్లలో పొటాషియం కూడా అధిక మొత్తంలో ఉంటుంది. ఇది రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తుంది. బీపీ తగ్గేలా చేస్తుంది. అందువల్ల హైబీపీ ఉన్నవారికి ఈ పండ్లు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. అధిక బరువు తగ్గాలని చూస్తున్నవారు ఈ పండ్లను తరచూ తింటుంటే ఎంతగానో మేలు జరుగుతుంది. ఈ పండ్లలో క్యాలరీలు తక్కువగా, ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే కడుపు నిండిన భావన కలుగుతుంది. ఎక్కువ సేపు ఉన్నా ఆకలి వేయదు. దీంతో ఆహారం తక్కువగా తింటారు. ఇది బరువు తగ్గేందుకు సహాయం చేస్తుంది. కనుక బరువు తగ్గాలనుకునే వారు రోజూ ఈ పండ్లను తినాలి.

క్యాన్సర్ రాదు..: మాంగోస్టీన్ పండ్లలో ఉండే జాంతోన్స్, ఇతర యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు యాంటీ క్యాన్సర్ గుణాలను సైతం కలిగి ఉంటాయని సైంటిస్టులు చేపట్టిన పరిశోధనల్లో తేలింది. ఈ పండ్లను తింటుంటే క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను అడ్డుకోవచ్చు. దీని వల్ల పలు రకాల క్యాన్సర్లు రాకుండా ఉంటాయి. ఈ పండ్లలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చర్మాన్ని రక్షిస్తాయి. వాపులకు గురికాకుండా చూస్తాయి. మొటిమలు, గజ్జి, తామర వంటి చర్మ సమస్యలు నయమవుతాయి. ఈ పండ్లలో యాంటీ ఏజింగ్ గుణాలు ఉంటాయి కనుక వీటిని తింటే ముఖంపై ఉండే ముడతలు, మచ్చలు పోతాయి. ముఖం కాంతివంతంగా మారి యవ్వనంగా కనిపిస్తుంది. ఇలా ఈ పండ్లను తరచూ ఆహారంలో భాగం చేసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

# జామతో ప్రయోజనాలు జమ

ఈ కాలం విరివిగా దొరికే జామకాయలను తినడం వల్ల ఎన్నో ఆరోగ్య లాభాలు ఉన్నాయి. అయితే రోజుకు ఎంత మోతాదులో వీటిని తినాలి? అనే దానిపై చాలామందికి స్పష్టత లేదు. పోషకాహార నిపుణుల సలహా ప్రకారం రోజుకి 100 గ్రాముల జామ కాయలు లేదా పండ్లను తినవచ్చు. అంతకు మించితే జీర్ణ సమస్యలు వస్తాయి. మితంగా జామకాయలను తినడం వల్ల అనేక లాభాలు ఉన్నాయి.

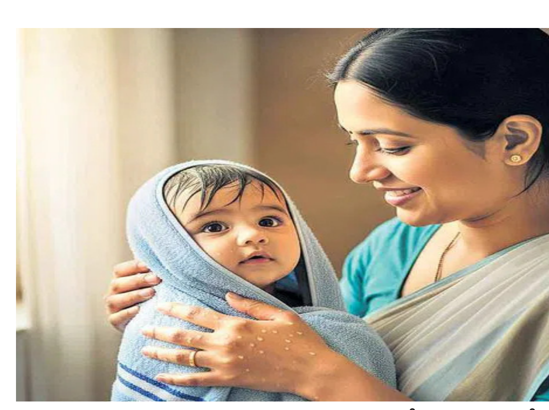
డయాబెటిస్ ఉన్నవారికి..: జామకాయలు లేదా పండ్లు పోషకాలకు నెలవుగా చెప్పవచ్చు. వీటిల్లో మన శరీరానికి కావల్సిన అనేక విటమిన్లు, మినరల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. అందువల్ల వీటిని తింటే పోషకాహార లోపం తగ్గుతుంది. ఈ పండ్లలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది యాంటీ ఆక్సిడెంట్‌లా పనిచేస్తుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టంగా మారుస్తుంది. వ్యాధులు, ఇన్‌ఫెక్షన్లను తగ్గేలా చేస్తుంది. రోగాలు రాకుండా చూస్తుంది. జామ పండ్లను తినడం వల్ల ఫైబర్ అధికంగా లభిస్తుంది. దీని వల్ల పేగుల్లో మలం కదలికలు సరిగ్గా ఉంటాయి. దీంతో మలబద్దకం తగ్గుతుంది. షుగర్‌తో బాధపడేవారికి జామ కాయలు ఎంతో మేలు చేస్తాయి. వీటిని తింటే షుగర్ లెవల్స్‌ను కంట్రోల్‌లో ఉంచుకోవచ్చు. ఈ కాయల గ్లైసీమిక్ ఇండెక్స్ చాలా తక్కువగా ఉంటుంది. అందువల్ల వీటిని తింటే రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు త్వరగా పెరగవు. పైగా ఈ కాయల్లో ఉండే ఫైబర్, విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు షుగర్ లెవల్స్‌ను తగ్గించేందుకు సహాయం చేస్తాయి.

గుండె ఆరోగ్యానికి.. : జామకాయల్లో పొటాషియం, ఫైబర్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి రక్తపోటుని నియంత్రిస్తాయి. రక్త సరఫరాను మెరుగు పరుస్తాయి. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను అదుపులో ఉంచుతాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. హార్ట్ ఎటాక్ రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. ఈ కాయల్లో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉన్న కారణంగా వీటిని తింటే చర్మ ఆరోగ్యం మెరుగ్గా ఉంటుంది. ఆక్సీకిరణ ఒత్తిడి తగ్గి, వృద్ధాప్య ఛాయలు తగ్గుతాయి. చర్మం యవ్వనంగా మారి కాంతివంతంగా కనిపిస్తుంది. జామకాయల్లో ఉండే ఫైబర్ జీర్ణ వ్యవస్థను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది. ఈ కాయలను తింటే గ్యాస్, అజీర్తి, కడుపు ఉబ్బరం వంటి సమస్యలు తగ్గుతాయి. జీర్ణ వ్యవస్థ శుభ్రంగా మారుతుంది. పేగుల్లో ఉండే వ్యర్థాలు బయటకు పోతాయి.

రోగ నిరోధక వ్యవస్థకు..: జామకాయలను తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. దీంతో సీజనల్‌గా వచ్చే దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యల నుంచిఉపశమనం లభిస్తుంది.జామకాయలను తింటే నోట్లో ఉండే బ్యాక్టీరియా నశిస్తుంది. దీంతో నోటి దుర్వాసన తగ్గుతుంది. దంతాలు, చిగుళ్లు దృఢంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. గులాబి రంగులో ఉండే జామకాయల్లో విటమిన్ ఎ అధికంగా లభిస్తుంది. ఇది కంటి చూపును మెరుగు పరచడంతోపాటు రోగ నిరోధక శక్తిని సైతం పెంచుతుంది. చర్మం ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తుంది.

# తడి వేళ.. పొడిగా ఉంచుదాం!

వానాకాలం వచ్చిందంటే.. పెద్దల సంగతేమో కానీ, పసిపిల్లలకు మాత్రం పరీక్షే! హాయిగా అమ్మ ఒడిలో ఆడుకోవాల్సిన చిన్నారులు వాతావరణ మార్పుల వల్ల తీవ్రమైన ఇబ్బందులకు గురవుతుంటారు. వాతావరణంలో తేమ, పొడిబారని దుస్తుల కారణంగా వారి శరీరంపై దద్దుర్లు తలెత్తుతాయి. కొందరు చిన్నారుల్లో శ్వాస తీసుకోవడం ఇబ్బందిగా మారుతుంది. ఈ సమయంలో తల్లిదండ్రులు తమ చిన్నారుల ఆరోగ్యం పట్ల జాగ్రత్తలు తీసుకోవడం చాలా అవసరం. వానాకాలంలో పిల్లలు వెచ్చగా, హాయిగా గడపాలంటే ఈ కింది జాగ్రత్తలు తప్పక పాటించాల్సిందే.. వానాకాలంలో చిన్నారులకు రెండుపూటలా స్నానం చేయించాలనే ఆరాటం వద్దు. ఇలా రెండు పూటలా స్నానం చేయిస్తే చర్మంపై ఉండే సహజ నూనెలు తొలగిపోయి.. చర్మం పొడిబారుతుంది. రోజుకు ఒకసారి గోరువెచ్చని నీటితో తక్కువ సమయం స్నానం చేయించండి. సబ్బు రుద్దేయకుండా.. సహజ ఉత్పత్తులతో స్నానం చేయిస్తే మంచిది. క్రీములు వాడటం వల్ల చర్మ రంధ్రాలు మూసుకుపోయి, బిడ్డ ఇబ్బందిపడతాడు. వాటికి బదులుగా నెయ్యి, బాదం నూనె, అలివ్ అయిల్ లాంటి వాటిని తక్కువ మోతాదులో అప్లయ్ చేయండి. ఇలా చేయడం వల్ల బిడ్డ చర్మం మృదువుగా తయారవుతుంది. వానాకాలంలో పిల్లలకు వాడే టవల్స్, దుస్తులు బ్యాక్టీరియాకు



ఆవాసాలుగా ఉంటాయి. వాటినుంచి బిడ్డ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడేందుకు సురక్షితమైన లాండ్రీ వాష్‌నే వాడాలి. వాటిని సూర్యరశ్మిలో ఆరబెట్టడం వల్ల తాజాగా ఉండటంతో పాటు క్రిమిరహితంగా మారుతాయి. తడి కారణంగా డైపర్ మార్చిన తర్వాత కూడా చర్మం ముడతల్లో కొంత తేమ మిగిలే ఉంటుంది. కొత్త డైపర్ వేసేముందు బిడ్డ చర్మాన్ని సున్నితంగా తుడిచి పూర్తిగా పొడిగా మారిన తరువాత వేయాలి. లేదంటే తడి ప్రదేశంలో దద్దుర్లు వచ్చే ప్రమాదం పొంచి ఉంది. ఒకవేళ దద్దుర్లు వచ్చినా జింక్ ఆక్సైడ్ ఉన్న సహజ పదార్థాలతో కూడిన డైపర్ రాష్ క్రిమ్ వాడటం మంచిది.

# డ్రైనేజీ నిర్మాణ పనులు వేగవంతం చేసి త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలి : కలెక్టర్ చాహాత్ బాజ్‌పాయి

**సాయి... ప్రత్యక్ష సాక్షి వరంగల్ బ్యూరో చీఫ్**

డ్రైనేజీ నిర్మాణ పనులు వేగవంతం చేసి త్వరితగతిన పూర్తి చేయాలి అని,జిల్లా కలెక్టర్ చాహాత్ బాజ్ పాయి అన్నారు.హనుమకొండ-- కరీంనగర్ ప్రధాన రహదారిపై ఎల్క తుర్తి జంక్షన్ వద్ద నేషనల్ హైవేస్ అథారిటీ ఆఫ్ ఇండి యా ఆధ్వర్యంలో చేపడుతు న్న డ్రైనేజీ నిర్మాణ పనులను కలెక్టర్ గురువారం క్షేత్రస్థాయి లో పరిశీలించారు.పనుల పురోగతిని సమీక్షించిన కలెక్టర్, ఇంకా మిగిలి ఉన్న డ్రైనేజీ పనులను వేగవంతం చేసి యుద్ధప్రాతిపదికన పూర్తి చేయాలని ఎన్‌హెచ్‌ఏఐ ఎగ్జిక్యూటివ్ ఇంజనీర్‌కు ఫోన్ ద్వారా ఆదేశాలు జారీ చేశారు. వర్షాకాలాన్ని దృష్టిలో ఉంచు కుని నీరు నిల్వ ఉండకుండా, ప్రజలకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు కలగకుండా నాణ్యతా ప్రమా ణాలతో నిర్ణీత గడువులోగా పనులను పూర్తి చేయాలని సూచించారు. అధికారులు పనులను నిరంతరం పర్య వేక్షిస్తూ,ఎక్కడా జాప్యం జరగ కుండా చర్యలు తీసుకోవాలని కలెక్టర్ ఆదేశించారు.ఈ పరిశీల నలో కలెక్టర్ వెంట ప్రాజెక్టు అధికారి అజిత్ రెడ్డి, సంబంధి త శాఖల అధికారులు తదిత రులు పాల్గొన్నారు

# వర్షాలు పడాలని వాసవి మాత, వారాహి దేవి అమ్మవార్లకు జలాభిషేకం..

**ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్**

వర్షాలు సమృద్ధిగా కురవాలని... ప్రజలందరూ సుఖ సంతోషాలతో ఉండాలని కోరుతూ గురువారం సుల్తానాబాద్ పట్టణంలోని శ్రీ వాసవి మాత దేవాలయం లో వారాహి మాత నవరాత్రి ఉత్సవాల్లో భాగంగా వాసవి మాత అమ్మవారికి... వారాహి మాత అమ్మవారికి వాసవి మాత దేవాలయం భక్తబృందం... ఆర్యవైశ్య సంఘం ఆధ్వర్యంలో జలాభిషేకం కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరిగింది..ఇందులో పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్న ఆర్యవైశ్య సంఘం ప్రతినిధులు, భక్తులు అమ్మవార్ల కు జలాభిషేకం చేశారు, ఈ సందర్భంగా పలువురు మాట్లాడుతూ వర్షాలు సమృద్ధిగా కురవాలని, రైతులతోపాటు ప్రజలందరూ సుఖసంతోషాలతో ఉండాలని అమ్మవార్లను వేడుకుంటూ ఈ జలాభిషేకం కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించడం జరిగిందన్నారు, ఈ కార్యక్రమం లో వాసవి మాత దేవాలయం భక్త బృందం, ఆర్యవైశ్యులు పెద్ద ఎత్తున పాల్గొన్నారు, అర్చకులు వల్లకొండ మఠం మహేష్ రజిత దంపతులు ప్రత్యేక పూజలు చేసి, అనంతరం తీర్థప్రసాదాలు అందజేశారు.

# విజయ రమణారావుకు మంత్రి హోదా ప్రకటించడంతో బాకం సాయికిరణ్ ఆధ్వర్యంలో భారీ బైక్ ర్యాలీ..

**ప్రత్యక్ష సాక్షి, సుల్తానాబాద్**

తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రభుత్వ విప్, పెద్దపల్లి ఎమ్మెల్యే చింతకుంట విజయ రమణారావు కు మంత్రి హోదా ప్రకటించడంతో హర్షం వ్యక్తం చేస్తూ సుల్తానాబాద్ మున్సిపల్ పరిధిలోని ఆరవ వార్డు కౌన్సిలర్ భాకం సాయికిరణ్ ఆధ్వర్యంలో స్థానిక అంబేద్కర్ విగ్రహం నుండి శివ పల్లి లోని ఎమ్మెల్యే విజయ రమణారావు ఇంటి వరకు దాదాపు 100 బైకులు 50 కార్లతో భారీ ర్యాలీ నిర్వహించారు. పెద్ద ఎత్తున బాణాసంచా పేల్చి సంబరాలు నిర్వహించారు. విజయ రమణారావు ఇంటి ముందు భారీ టపాసులు పేల్చి విజయ రమణారావు ను కలిసి బాకం సాయికుమార్ విజయ రమణారావు కు శుభాకాంక్షలు తెలిపి శాలువాతో ఘనంగా సన్మానించారు.

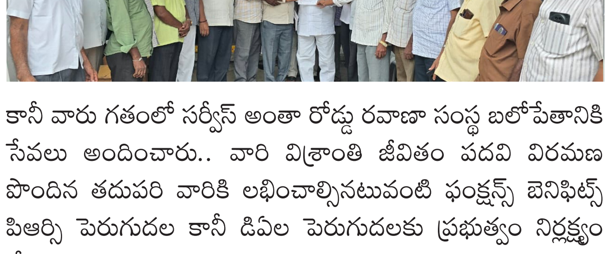
# వాటర్ గ్రిడ్ పరిశీలన ప్రజలకు స్వచ్ఛమైన తాగునీరు అందించడమే లక్ష్యం : మున్సిపల్ చైర్మన్

**డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్‌పల్లి టౌన్**

జగిత్యాలజిల్లా మెట్‌పల్లి మున్సిపల్ చైర్మన్‌హాహామైలారపు లింబాద్రిహాహాడబ్బా లో ఉన్న మిషన్ భగీరథహాహావాటర్ గ్రిడ్‌హాహాకేంద్రాన్ని గురువారం మెట్‌పల్లి మున్సిపల్ చైర్మన్ మైలారపు లింబాద్రిహాహాహాప్రజాప్రతినిధులు మరియు అధికారులతో కలిసి ఆకస్మికంగా పరిశీలించారు.. ఈ సందర్భంగా వాటర్ గ్రిడ్ ద్వారా సరఫరా అవుతున్న తాగునీటి సరఫరా తీరునుహాహాట్యాంకులను పరిశీలించారు నీరు కొద్దిగా రంగు మారి వస్తున్నట్లు గమనించిన చైర్మన్‌హాహాహానీటి నాణ్యత విషయంలో ఎలాంటి అలసత్వం వహించవద్దని అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వం నిర్దేశించిన నాణ్యతా ప్రమాణాలు పాటిస్తూ, ప్రజలకు స్వచ్ఛమైన మరియు రక్షిత తాగునీటిని మాత్రమే అందించాలని స్పష్టం చేశారు.?చైర్మన్ గారు మాట్లాడుతూ?ఫిల్టర్ బెడ్స్‌హాహాపంప్ హౌస్‌లు, మోటార్లను ఎప్పటికప్పుడు శుభ్రపరచాలిహాహాక్లీనింగ్ చేయాలిహాహా?నీటిని శుద్ధి చేసే ప్రక్రియలో బ్లీచింగ్ పౌడర్‌హాహాక్లోరిన్ తగిన పాళ్లలో మాత్రమే కలపాలి.?నీటి రంగు, రుచి మారకుండా ప్రజల ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను దృష్టిలో ఉంచుకుని నిరంతరం నీటి నాణ్యతను పరీక్షించాలి వారు సూచించారు ఇట్టి?ఈ కార్యక్రమంలో 13వ వార్డు కౌన్సిలర్‌హాహాగుడికందుల అజయ్ 22వ వార్డు కౌన్సిలర్ గౌరవ అంగడి పురుషోత్తం మున్సిపల్ డీఈ నాగేశ్వరరావు భగీరథ విభాగానికి చెందిన డీఈ ఏఈహాహావర్క్ ఇన్స్పెక్టర్, ఇతర మున్సిపల్ అధికారులుహాహాసిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

# జీవన్ రెడ్డికి వినతి పత్రం అందజేత..

**కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాఫ్ రిపోర్టర్ జగిత్యాల**



జిల్లా కేంద్రంలో జీవన్ రెడ్డి నివాసంలో గురువారం ఆర్టీసీ విశ్రాంతి ఉద్యోగస్తులు మాజీ మంత్రి బి ఆర్ ఎస్ పార్టీ రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి జీవన్ రెడ్డికి వినతి పత్రం అందజేశారు. ఈ సందర్భంగాజీవన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ రాష్ట్రంలో ప్రధానంగా ప్రభుత్వం అమలుచే తలపెట్టిన ఉచిత రవాణా సౌకర్యం ఏ విధమైన సంక్షేమ కార్యక్రమమైన అది ప్రభుత్వ ఉద్యోగస్తులు ఈ ఉచిత రవాణా సౌకర్యం సంబంధించి రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థకు చెందిన కార్మికులు ప్రధానంగా బాధ్యత నిర్వహిస్తున్నారని అన్నారు. అటువంటి రాష్ట్ర రోడ్డు రవాణా సంస్థకు చెందినటువంటి కార్మికులు డ్రైవర్స్ కండక్టర్స్ సపోర్టింగ్ స్టాఫ్ ఎవరైనా కానీ వారు గతంలో సర్వీస్ అంతా రోడ్డు రవాణా సంస్థ బలోపేతానికి సేవలు అందించారు.. వారి విశ్రాంతి జీవితం పదవి విరమణ పొందిన తదుపరి వారికి లభించాల్సినటువంటి ఫంక్షన్స్ బెనిఫిట్స్ పిఆర్సి పెరుగుదల కానీ డిఏల పెరుగుదలకు ప్రభుత్వం నిర్లక్ష్యం చేయడం దురదృష్టకరం అన్నారు.

# తెలంగాణ వైభవం భీరన్న బోనాలు

## కరీమాబాద్ బీరన్న బోనాల ప్రత్యేకత

## జాతరలో ఉన్ని కంకణము కొరకు విదేశాల నుండి భక్తుల రాక

**ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగసాయిపేట**

వరంగల్ నగరంలోని కరీమాబాదులో గల కురుమ కులస్తులకు ఇలవేల్పు అయిన శ్రీ బీరన్న స్వామికి కురుమలు ప్రతి సంవత్సరం తొలి ఏకాదశి పండుగ రోజు బీరన్న స్వామికి కురుమలు తొలి బోనం సమర్పిస్తారు. ఏకాదశి బోనాల పండుగకు ముందు కురుమ కులస్తు లందరూ వనభోజనాలకు వెళ్తారు. కరీమాబాదులో బీరన్న పండుగ ప్రత్యేకతను తిలకించేందుకు వరంగల్ జిల్లాలో వివిధ ప్రాంతాల నుంచి భారీ సంఖ్యలో భక్తులు హాజరై బోనాల పండుగ తిలతిస్తారు. బోనాల పండుగను హుజు రాబాద్ లో గల సైదాపూర్ గ్రామశీలోని కురుమ బీరన్న పూజారులు, కళాకారులు ఈ బోనాల జాతరను నిర్వ హిస్తారు. వారు తొలి ఏకా దశి పండుగ రోజున ఉ ద యం 9 గంటలకు కరీమా బాదులో గల గురుజు దగ్గ రకు కురుమ బీరన్న పూజా రులు వారి సామాగ్రితో చేరుకుంటారు. వారు చేరు కున్న సమయం నుండి కరీమాబాదులో బీరన్న బోనాల జాతర వాతావర ణం పూజారులు నఫీరా ధ్వనితో బోనాల జాతర వాతావరణం ప్రారంభమ వుతాయి. కురుమకుల పెద్దలు ఆలయ కమిటీసంఘ సభ్యులందరూ కలిసి గురుజు దగ్గరకు చేరుకొని కళాకారులను మర్యాద పూర్వకంగా కలిసి సేనార్తి చెప్పి స్వాగతం పలుకుతారు గురూజు దగ్గర నుండి కరీమాబాదులోని కురుమ కుల పెద్దలు అయిన వారి నివాసానికి వెళ్తారు. అనంత రం కురుమ సేవ సంఘ భవ నానికి బిరన్నలను స్వాగతం పలుకుతారు.కురుమ కుల సంఘ అధ్యక్షుడు సంఘ భవనం నుండి11 గంటలకు జాతీయ జెండా మరియు స్వామివారికి పట్టువస్త్రాలు పట్టుకొని కుల సంఘ కమిటీ సభ్యులు అందరూ కలిసి కరీమాబాద్ వీధులలో తిరు గుతూ డిల్లెం బల్లెం చప్పు లతో జెండాను ఆలయానికి తీసుకెళ్తారు. జాతీయ జెండాను ఆలయం పై అమరుస్తారు అనంతరం జాతీయగీతం ఆలపిస్తారు.

బీరన్న పూజారులు, కళా కారులు కురుమల నివాసం కి వెళ్లి త్వరగా బోనాలను అలంకరించుకొని సిద్ధంగా ఉండాలని డోల్ డప్పు తో నినాదాలు చేస్తూ వీధుల నుండి వెళ్తారు. అప్పుడు కురుమ మహిళలు కుమ్మరి శాలివాహనులు తయారు చేసిన కొత్త కుండలో బీరన్న స్వామికి నైవేద్యాన్ని తయారు చేస్తారు. బోనాన్ని పసుపు బండారితో బంతి పూల దండలు కట్టి బోనా లను అలంకరిస్తారు. కురుమ మహిళలు నూతన వస్త్రములు ధరించి స్వామి వారి ఆలయానికి ఒగ్గు కళాకారులు కురుమ డోలు డిల్లెం బల్లెం చప్పులతో కళాకారులు ఇంటి ఇంటికి వచ్చి కుటుంబ సభ్యులకు పసుపు బండారి నుదుటిపై పెట్టి ఇంటిల్లిపాది సుఖ సంతోషాలతో ఆయురారో గ్యాలతో ఉండేలా చూడు భీరన్న స్వామి అని ఆశీర్వ దించి, బోనమును ఇంటి లోపల నుండి తీసుకొని ఇంటి గేటు వద్ద ఇంటి యజమానులు ఆడపడు చులకు బోనమును నెత్తిపై పెట్టి బిందెలో నీళ్ళు తీసు కొని స్వామి వారి బోనానికి నీళ్లు ఆరగింపు చేసి దండం పెట్టి మమ్మల్ని చల్లగాచూడు బీరన్న స్వామి అని వేడు కొని ఆలయానికి సాగనంపు తారు. కురుమ వీధుల నుండి బోనాలు అన్ని రామ స్వామి ఆలయం ముందుకు 150 పైగా బోనాలు చేరు కున్న తర్వాత బీరన్న ఒగ్గు పూజారులు వారి యొక్క విన్యాసాలతో బోనాల చుట్టూ అలుగు కార్యక్ర మాన్ని ప్రారంభించి మైసమ్మ ఆలయంలో టెంకాయ కొట్టి కరీమాబాదులో గల బొడ్రాయి వద్దకు బోనాలు చేరుతాయి. అప్పుడు మిల్స్ కాలనీ పోలీస్ బందోబస్తు నిర్వహిస్తారు విన్యాసాలు చేస్తూ గొర్రె పిల్లను పట్టు కొని బోనాల చుట్టూ రెండు సార్లు పూజారులు తిరిగిన తర్వాత భుజంపై పట్టుకొని గొర్రెపిల్లను గావు పట్టే కార్య క్రమాన్ని నిర్వహిస్తారు.

గావు పట్టే సమయంలో కరీమా బాద్ బొడ్రాయి ప్రాంతం భక్తులతో కిటకిటలాడు తుంది. గావు పట్టిన అనం తరం తెలంగాణ ఉమ్మడి రాష్ట్రంలో ప్రొఫెషనల్ ఫోటోగ్రాఫర్స్ ఈ బోనాల జాతరలో విచ్చేసి వారి కెమెరాలో బంధించి ఆ ఫొటోస్ కాంపిటీషన్ కు పంపుతూ ఉండేవారు వారికి అవార్డ్స్ నగదు బహుమ తులు కూడా గెలుపొందా మని శంభునిపేట ప్రాంతా నికి చెందిన ప్రొఫెషనల్ ఫోటోగ్రాఫర్ వనం శరత్ బాబు తెలిపారు. పూజా రులు ఆ గొర్రె పిల్లను బోనాల ముందు నిలుపుతారు గావ్ పిల్ల మీది నుండి కుల పెద్ద మరియు బోనం ధరించిన కురుమ మహిళలు దాటు తూ పిల్ల జెల్లా సమస్త లోకం అంతా చల్లంగాచూడు భీరన్న అని వేడుకుంటూ కటిక వీధి నుండి దసరా రోడ్డు మీదుగా నెత్తిపై బోనం ధరించిన ఆడపడుచులు బిరన్న స్వామిని స్మరించు కుంటూ బీరప్ప పూజారులు డప్పు చప్పులతో విన్యా సాలు చేస్తూ ఆలయానికి బోనాలను తీసుకెళ్తారు. ఆలయానికి బోనాలతో చేరుకున్న మహిళలు ఆలయం చుట్టూ ఐదు ప్రదక్షిణలు చేసి ఆలయం లోనికి ప్రవేశించి స్వామివారి ముందు బోనాలను నిలిపి బోనంలో తీసుకువచ్చిన నైవేద్యాన్ని పడి రూపంలో పెట్టి స్వామివారికి సమర్పి స్తారు.

అనంతరం భీరన్న స్వామికి కళ్యాణం జరుపుట కొరకు బీరన్న పూజారులు మైలపోలు తీసి లగ్న పట్నం నాగవెల్లి పట్నం వేసి భీరన్న స్వామికి కామరాతికి కళ్యా ణం జరుపుతారు. అనం తరం ఒగ్గు పూజారులు భీరన్న స్వామికి బీరన్న ఒగ్గు కథను ఆలపిస్తారు. తరువాత భక్తులు పోతు లింగన్న దగ్గర కొబ్బరి కాయలు కొట్టి, నైవేద్యాలు సమర్పించి భీరన్న స్వామిని దర్శించుకుంటారు భక్తులకు ఆలయంలోని ఆలయ పూజారులు ఉన్నితో తయా రుచేసిన కంకణాన్ని కుల కమిటీ సభ్యులకు వివిధ ప్రాంతాల నుంచి వచ్చిన భక్తులకు కంకణాలను చేతికి కడతారు. భక్తులు గత సంవ త్సరము స్వామివారిని కోరిన కోరికలు ఫలించిన భక్తుడు మొక్కులు చెల్లించుటకు వివిధ ప్రాంతాల నుంచి విచ్చేసి స్వామివారికి సమర్పిస్తారు అనంతరం మహిళలు బోనాలను నెత్తిపై ధరించి డప్పు చప్పులతో తమతమ నివాసాలకు చేరుకుంటార చేరుకుంటారని అధ్యక్ష కార్యదర్శులు కోశాధికారి కోరే సదానందం కోరే నాగరాజు నరికే లక్ష్మణ్ తెలిపారు.మరుసటి రోజు ఒగ్గు పూజారులకు వారి కట్టడి కుల పెద్దలు అందరూ కలిసి సమర్పిస్తారు. అనం తరం ఉండి లెక్కింపు కార్యక్రమాన్ని నిర్వహిస్తా మని అధ్యక్షుడు కోరే సదానందం, ప్రధాన కార్యదర్శి కోరే నాగరాజు తెలిపారు.బోనాల జాతర విజయవంతం కావడానికి సహకరించిన కార్యవర్గం మరియు కులస్తులకు సదానందం నాగరాజు లక్ష్మణ్ కృతజ్ఞతలు తెలిపారు.

# మెట్‌పల్లిలో జగన్నాథ రథయాత్ర స్వామి వారి దివ్య దర్శనం..

**డి సుధాకర్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మెట్‌పల్లి టౌన్**

జగిత్యాలజిల్లా మెట్‌పల్లిహాపట్టణంలో24హాజూలై 2026 శుక్రవారంహాసాయంత్రం జగన్నాథ రథయాత్ర స్వామి వారి దివ్య దర్శనం కార్యక్రమానికి ప్రజలందరూ హాజరుకావాలని నిర్వహించనున్నట్లు ఇస్కాన్ ప్రతినిధులు తెలిపారురథయాత్ర సాయంత్రం 4 గంటలకు కీర్తి ఫంక్షన్ హాల్ నుంచి ప్రారంభమై వెంకట్ రెడ్డి గార్డెన్ వరకు రాత్రి 7 గంటల వరకు కొనసాగుతుందన్నారు.. వెంకట్ రెడ్డి గార్డెన్లో సంకీర్తనలుహాహా సాంస్కృతిక కార్యక్రమాలు మహాహారతిహాహాభోజన ప్రసాద వితరణ ఉంటుంది అని తెలిపారు భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొని కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని కోరారు

జగన్నాథుని రథం ఈ దర్శనం చేసుకున్న వారికి జన్మజన్మల పుణ్యంహాహాహిందూ మతంలోని నాలుగు పవిత్ర ధామాల్లో ఒకటైన పూరీ జగన్నాథ ఆలయం అనేక శతాబ్దాలుగా భక్తులను ఆశ్చర్యపరుస్తోందిహాహాజెండా గాలికి వ్యతిరేకంగా ఎగరడం నీలచక్రం ప్రత్యేకతహాహామహాప్రసాదం నవకళేవరంహాహాబ్రహ్మ తత్వం వంటి 10 ఆసక్తికర విశేషాలు విశ్వాసాలుహాహాసంప్రదాయాలు జగన్నాథుడు బలభద్రుడుహాహాసుభద్ర అమ్మవారి విగ్రహాలు రాతి లేదా లోహంతో కాకుండా పవిత్రమైన వేప చెక్కతో తయారు చేయబడతాయిహాహాప్రతి 12 నుంచి 19 సంవత్సరాలకు ఒకసారి అధిక ఆషాఢ మాసం వచ్చినప్పుడు నవకళేవర ఉత్సవంలో కొత్త విగ్రహాలను ప్రతిష్ఠిస్తారుహాహాఈ ప్రక్రియ అత్యంతహాహాపూరీ జగన్నాథ ఆలయం అనేక శతాబ్దాలుగా భక్తులను ఆశ్చర్యపరుస్తోందిహాహాజెండా గాలికి వ్యతిరేకంగా ఎగరడం నీలచక్రంప్రత్యేకత మహాప్రసాదం నవకళేవరం బ్రహ్మ తత్వం ఆసక్తికర విశేషాలు విశ్వాసాలు ఆలయ శిఖరంపై ఎగురుతున్న భారీ జెండాను ప్రతిరోజూ మార్చడం ఒక శతాబ్దాల నాటి సంప్రదాయంహాహాఆశ్చర్యకరంగాహాహాఈ జెండా గాలి వీచే దిశకు వ్యతిరేకంగా ఎగురుతున్నట్లు కనిపిస్తుందని భక్తులు నమ్ముతారుహాహాదీనిని దైవ మహిమగా భావిస్తారు. దాదాపు 200 అడుగుల ఎత్తైన గోపురాన్ని సేవకులు ఎలాంటి ఆధునిక భద్రతా పరికరాలు లేకుండా అధిరోహించి ప్రతిరోజూ జెండాను మారుస్తారు ఈ సేవను అత్యంత పవిత్రమైన కైంకర్యంగా భావిస్తారు శతాబ్దాలుగా ఈ సంప్రదాయం నిరంతరంగా కొనసాగుతోంది జగన్నాథ ని దర్శనం చేసుకున్న వారికి జన్మజన్మల పుణ్యం లభిస్తుంది.

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