

పాత్రికేయులకు కాంగ్రెస్ ప్రజా ప్రభుత్వం అండగా ఉంటుంది : మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు



లక్ష్మణ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంధని
పాత్రికేయులకు కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజా ప్రభుత్వం ఎల్లప్పుడూ అండగా ఉంటుందని రాష్ట్ర ఐటీ, పరిశ్రమలు, శాసనసభ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు స్పష్టం చేశారు. హైదరాబాద్ లోని న్యూ ఎమ్మెల్యే క్వార్టర్స్ లో మంత్రి దుద్దిళ్ళ శ్రీధర్ బాబు ను మంధని డివిజన్ మీడియా ప్రెస్ క్లబ్ సభ్యులు మర్యాద పూర్వకంగా

సీఎం సహాయ నిధి పేదలకు వరం..

బుర్ర రవి ప్రత్యక్ష సాక్షి పెగడపల్లి మండలం
అనారోగ్య కారణాల వల్ల ఆసుపత్రుల్లో చికిత్స పొందిన వారికి ప్రభుత్వం నుండి లభించే సీఎం సహాయ నిధి పేదలకు వరం లాంటిదని మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కదారి తిరుపతి అన్నారు. మండల కేంద్రానికి చెందిన ఎర్రకాటం మంగప్ప నర్సింహ రెడ్డి కి ప్రభుత్వం నుండి మంజూరు అయిన రెండు లక్షల విలువ గల సీఎం సహాయనిధి చెక్కును పార్టీ కార్యాలయంలో లభిదారుకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కదారి తిరుపతి మాట్లాడుతూ పేదలకు కార్పొరేట్ వైద్యం అందించాలని ఆరోగ్య శ్రీ పథకం ప్రవేశ పెట్టిన ఘనత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంది అని ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత అట్టి ఆరోగ్య శ్రీ పథకం కింద లబ్ధి పొందే విలువను పది లక్షల వరకు పెంచిన ఘనత సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గారిదని అర్థమైన పేదలు మెరుగైన చికిత్స చేయించుకున్నవారికి ప్రభుత్వం నుండి ఆర్థిక సాయం అందిస్తుందని

కమాన్ ఫూర్ మండలంలో పలు కుటుంబాలను పరామర్శించిన మంధని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్..

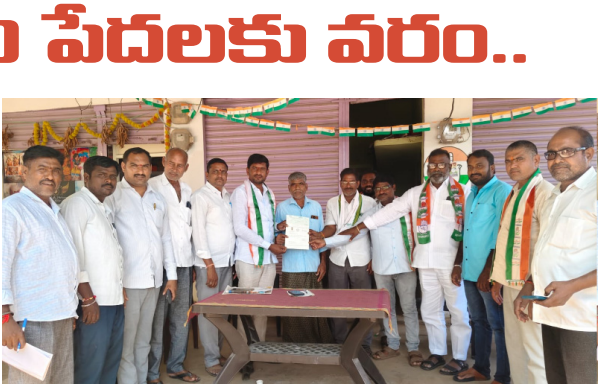


అక్టోబర్ 1న ఘనంగా అంతర్జాతీయ వృద్ధుల దినోత్సవ వేడుకలు : జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారి రాఫ్ ఖాన్
పల్లె సమృద్ధి ప్రత్యక్ష సాక్షి మండమరి
మండమరి అంతర్జాతీయ వృద్ధుల దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని అక్టోబర్ 1వ తేదీన ఉదయం 10 గంటలకు జిల్లాలోని నస్సార్ లో గల సమీకృత జిల్లా కార్యాలయాల భవన సముదాయంలో జిల్లాస్థాయి కార్యక్రమం నిర్వహించడం జరుగుతుందని జిల్లా సంక్షేమ అధికారి, మహిళా, శిశు, వికలాంగులు, వయోవృద్ధుల సంక్షేమ శాఖ అధికారి రాఫ్ ఖాన్ ఒక ప్రకటనలో తెలిపారు. వృద్ధుల సంక్షేమం, వారి హక్కులు

రాష్ట్రస్థాయి కుంపు-కరాటే పోటీల్లో మందమరి విద్యార్థుల ప్రతిభ విజేతలను అభినందించిన ఎస్సై నరేష్

పల్లె సమృద్ధి ప్రత్యక్ష సాక్షి మండమరి
మందమరి: పట్టణంలోని సీఈఆర్ క్లబ్‌లో ఈ నెల 27న బోర్నమెంట్ ఆర్గనైజర్ దాసరి రాజేశ్వర్ ఆధ్వర్యంలో నిర్వహించిన రెండో రాష్ట్రస్థాయి కుంపు, కరాటే పోటీల్లో మందమరి విద్యార్థులు ప్రతిభ కనబరిచి పలు విభాగాల్లో బహుమతులు సాధించారు. మందమరి సింగరేణి హైస్కూల్ మైదానంలో మాస్టర్ జడ్జి కృష్ణ ఆధ్వర్యంలో శిక్షణ పొందుతున్న విద్యార్థులు పోటీల్లో పాల్గొని సత్తా చాటారు. బహుమతులు సాధించిన విద్యార్థులను స్థానిక ఎస్సై నరేష్ అభినందించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతో పాటు కరాటే, కుంపు, యోగా తదితర క్రీడల్లో పాల్గొనడం ద్వారా మానసిక ధైర్యం, ఆత్మవిశ్వాసం పెంపొందుతాయని పేర్కొన్నారు. క్రీడల్లో రాణిస్తూ చదువులోనూ ముందుండాలని విద్యార్థులకు

కలిశారు. ఈ సందర్భంగా క్లబ్ అధ్యక్షుడు కోడారి మల్లేష్ యాదవ్, ప్రధాన కార్యదర్శి మహావాది సతీష్ కుమార్ లు సభ్యులతో కలిసి పాత్రికేయుల సమన్వయపై మంత్రి శ్రీధర్ బాబుకు విన్నవించారు. ఇదే క్రమంలో మంత్రికి వినతిపత్రం అందజేశారు. సానుకూలంగా స్పందించిన మంత్రి శ్రీధర్ బాబు సమన్వయ పరిష్కారానికి కృషి చేస్తానని హామీ ఇచ్చారు. అదే విధంగా మంధని ప్రాంతంలో జరుగుతున్న అభివృద్ధి కార్యక్రమాల పురోగతి గురించి మంత్రి పాత్రికేయులను అడిగి తెలుసుకున్నారు. మంధని ప్రాంతానికి చెందిన సమన్వయపై, అభివృద్ధి పురోగతిలో ప్రభుత్వానికి పాత్రికేయుల సలహాలు, సూచనలు చేయాలని కోరారు. ప్రజలకు, ప్రభుత్వానికి వారధిగా పని చేస్తున్న పాత్రికేయులకు కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రజా ప్రభుత్వం అండగా నిలుస్తుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో క్లబ్ అధ్యక్ష కార్యదర్శులతో పాటు ఉపాధ్యక్షులు అక్కిల నారాయణ, సభ్యులు ఎగోలపు సంతోష్ గౌడ్, మాదేశి శ్రావణ్ కుమార్, కాశీపేట శ్రీకాంత్, ఎండి. సుభాస్, మంధని లక్ష్మణ్, క్లబ్ సభ్యులు, పాత్రికేయులు, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



సీఎం సహాయనిధి అనేది పేదలకు వరం అని అన్నారు.మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ బుర్ర రాములు గౌడ్,మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్లు చాట్ల విజయ్ భాస్కర్, చెట్ల కిషన్,బాలుసాని శ్రీనివాస్ గౌడ్,నాయకులు సంది మల్లారెడ్డి,రవి నాయక్,సుంకరి రవి,పూసల తిరుపతి,నీరటి రాజ్ కుమార్ ఉన్నారు.

టి.సత్యనారాయణ గౌడ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంధని రూరల్
పెద్దపెల్లి జిల్లా కమాన్ ఫూర్ మండలం జూలపల్లి గ్రామంలో అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్నా దండపల్లి రాజయ్య, చొప్పరి భూమయ్య లను మంగళవారం పరామర్శించి ఆరోగ్య పరిస్థితిని అడిగి తెలుసుకుని మరియు ఎలాబోయిన ఐలమ్మ ఇటీవల మరణించగ వారి కుటుంబాన్ని పరామర్శించి కమాన్ ఫూర్ గ్రామంలో రాధర పు పుల్లమ్మ ఇటీవల మరణించగ వారి కుటుంబాన్ని పరామర్శించి మరియు రోడ్డు ప్రమాదం లో బిజిగిరి సంచయ్ ఇటీవల మరణించగ వారి చిత్రపటానికి పూలు వేసి నివాళులు అర్పించి వారి కుటుంబాన్ని పరామర్శించిన మంధని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్

అక్టోబర్ 1న ఘనంగా అంతర్జాతీయ వృద్ధుల దినోత్సవ వేడుకలు : జిల్లా సంక్షేమ శాఖ అధికారి రాఫ్ ఖాన్

పరిరక్షణ, గౌరవప్రదమైన, ప్రశాంతమైన జీవనం, సామాజిక భద్రత వంటి అంశాలపై అవగాహన కల్పించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. వృద్ధుల సంక్షేమం కోసం ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న వివిధ కార్యక్రమాలు, పథకాలు, సేవలపై అక్టోబర్ 1వ తేదీ వరకు వారోత్సవ కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం జరుగుతుందని అధికారులు, అధికారులు, యువత, వయోవృద్ధులు అధిక సంఖ్యలో హాజరై కార్యక్రమాన్ని విజయవంతం చేయాలని వారు కోరారు.



సూచించారు. విజేతలను వారి తల్లిదండ్రులు, పట్టణ ప్రజలు అభినందించారు.

సీఎం పర్వటన ఏర్పాట్లపై మంత్రి పాన్నం సమీక్ష నేడు నూతన సమీకృత కలెక్టరేట్ ప్రారంభించనున్న సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి

(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్)
ముఖ్యమంత్రి ఎ. రేవంత్‌రెడ్డి రేపు కరీంనగర్ జిల్లాలో పర్యటించనున్న సేపథ్యంలో రాష్ట్ర రవాణా, టీసీ సంక్షేమ శాఖ మంత్రి, జిల్లా ఇన్‌చార్జ్ మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ ఏర్పాట్లపై సమీక్ష నిర్వహించారు. ఎమ్మెల్యేలు, ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా ఉన్నతాధికారులతో సమావేశమైన మంత్రి.. సీఎం పర్వటనను విజయవంతం చేసేందుకు అవసరమైన ఏర్పాట్లపై పలు సూచనలు చేశారు. నూతన సమీకృత కలెక్టరేట్ భవనం వద్ద పూల అలంకరణ, పరిశుభ్రత, పార్కింగ్, భద్రత, ట్రాఫిక్ తదితర అంశాలపై ప్రత్యేక దృష్టి సారించాలని అధికారులను ఆదేశించారు. హెలిప్యాడ్‌ను పరిశీలించి సంబంధిత అధికారులకు సూచనలు చేశారు. రేపు కలెక్టరేట్ ప్రాంగణంలో తెలంగాణ తల్లి విగ్రహోవిష్కరణ, అనంతరం నూతన సమీకృత కలెక్టరేట్ భవనాన్ని సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి ప్రారంభించనున్నారు. కలెక్టర్ ఛాంబర్‌లో ప్రత్యేక పూజల్లో పాల్గొని, కలెక్టర్‌ను వారి సీటులో ఆసీనులను చేసి అధికారికంగా విధుల స్వీకరణ కార్యక్రమంలో పాల్గొంటారు.

అనంతరం కాన్పురెస్ హోల్‌లో జిల్లా సమగ్ర అభివృద్ధిపై అధికారులతో సీఎం సమీక్ష నిర్వహించనున్నారు. తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్స్, అర్బన్ ఛాలెంజ్ ఫండ్, అర్బన్ డెవలప్‌మెంట్ తదితర అభివృద్ధి పనులకు శంకుస్థాపనలు చేయనున్నారు. అనంతరం ప్రజాప్రతినిధులు, ప్రజల నుంచి వినతిపత్రాలను స్వీకరించనున్నారు. కరీంనగర్ అభివృద్ధికి ప్రజాపాలన ప్రభుత్వం కట్టుబడి ఉంది కరీంనగర్ అభివృద్ధిపై ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందని మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ తెలిపారు. విద్య, వైద్యం, సాగునీరు, మౌలిక వసతులు, సంక్షేమ రంగాలకు ప్రాధాన్యత ఇస్తున్నట్లు చెప్పారు. శాతవాహన యూనివర్సిటీలో గత పదేళ్లుగా వీసీ నియామకం కూడా జరగలేదని విమర్శించారు. ఎల్‌ఎల్‌బీ, ఎల్‌ఎల్‌ఎం, ఫార్మసీ, ఇంజనీరింగ్ వంటి విద్యా అవకాశాలను పెంచడంతో పాటు ఇంటిగ్రేటెడ్ స్కూల్స్, తెలంగాణ పబ్లిక్ స్కూల్స్ ఏర్పాటుకు ప్రభుత్వం ప్రాధాన్యత ఇస్తోందన్నారు. మహిళలకు ఉచిత బస్సు ప్రయాణం, స్వయం సహాయక సంఘాలకు వడ్డీలేని రుణాలు, ఇందిరమ్మ ఇళ్లు, గృహజ్యోతి, రేషన్ కార్డులు, సన్నబియ్యం, రైతు భరోసా, రైతులకు బోనస్, కళ్యాణలక్ష్మి, పాడి ముబారక్ వంటి సంక్షేమ కార్యక్రమాలను అమలు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. 70 వేలకుపైగా ఉద్యోగ నియామకాలు చేపట్టామని, విద్యార్థుల సంక్షేమం కోసం హాస్టళ్లలో డైట్, కాన్పుటిక్

ప్రపంచ గుండె దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని అల్ఫోర్న్ ఇ-టెక్స్ పాఠశాలలో సీపీఆర్ శిక్షణ..

(ప్రత్యక్ష సాక్షి, కరీంనగర్)
ప్రతి ఒక్కరూ ఆరోగ్యంపై ప్రత్యేక శ్రద్ధ వహిస్తూ, ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవాలని అల్ఫోర్న్ విద్యాసంస్థల అధినేత డాక్టర్ వి. నరేందర్ రెడ్డి సూచించారు. పట్టిష్టమైన ఆరోగ్యానికి ప్రతిరోజూ వ్యాయామం, నడక, యోగా, ధ్యానం చేయడంతో పాటు ఆహారపు అలవాట్లలోనూ మార్పులు తీసుకురావాలని తెలిపారు. ప్రపంచ గుండె దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని కొత్తపల్లిలోని అల్ఫోర్న్ ఇ-టెక్స్ పాఠశాలలో అల్ఫోర్న్ విద్యాసంస్థలు, ఇండియన్ మెడికల్ అసోసియేషన్ (ఐఎంఎ), రెనీ హాస్పిటల్స్ సంయుక్త ఆధ్వర్యంలో సీపీఆర్ ప్రదర్శన, శిక్షణ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథిగా హాజరైన డాక్టర్ వి. నరేందర్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ గుండె సంబంధిత వ్యాధులపై ప్రజల్లో అవగాహన కల్పించడం, వాటి నివారణకు తీసుకోవాల్సిన జాగ్రత్తలను వివరించడం ప్రపంచ గుండె దినోత్సవం ప్రధాన ఉద్దేశమన్నారు.

రోజూ క్రమం తప్పకుండా వ్యాయామం చేయడం, నడవడం ద్వారా గుండె ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవచ్చని చెప్పారు. యోగా, ధ్యానం ద్వారా మానసిక ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడంతో పాటు ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుచుకోవచ్చన్నారు. ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఆరోగ్యం కోసం ముందుగానే ప్రణాళిక రూపొందించుకుని, దాని అమలుకు ప్రత్యేక శ్రద్ధ చూపాలని సూచించారు.

రెనీ హాస్పిటల్స్ చైర్మన్ డాక్టర్ ఐంగారు స్వామి మాట్లాడుతూ ప్రపంచ గుండె దినోత్సవం సందర్భంగా గుండె జబ్బులపై ప్రజలకు అవగాహన కల్పించేందుకు ప్రపంచవ్యాప్తంగా వివిధ కార్యక్రమాలు నిర్వహిస్తున్నారని తెలిపారు. అల్ఫోర్న్ విద్యాసంస్థలతో కలిసి విద్యార్థులకు సీపీఆర్‌పై అవగాహన కల్పించే కార్యక్రమం

తాడిచర్ల పీహెచ్‌సీని సందర్శించిన సర్పంచ్ బండి స్వామి

మల్లర్, ప్రత్యక్ష సాక్షి
మండల కేంద్రమైన తాడిచర్ల గ్రామంలోని ప్రాథమిక ఆరోగ్య కేంద్రాన్ని మంగళవారం స్థానిక సర్పంచ్ బండి స్వామి సందర్శించారు. ఆసుపత్రిలో చికిత్స పొందుతున్న రోగులను పరామర్శించి, వారి ఆరోగ్య పరిస్థితిని డాక్టర్ వినయ్ భాస్కర్‌ను అడిగి తెలుసుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ మాట్లాడుతూ.. ప్రతిరోజూ 200 మందికి పైగా ఓపీ చూస్తున్నామని, జ్వరం, ఇతర అనారోగ్య సమస్యలతో వచ్చే వారికి తగిన చికిత్స అందిస్తూ ఆరోగ్య జాగ్రత్తలపై సూచనలు చేస్తున్నామని తెలిపారు. పీహెచ్‌సీలో ఉన్న పలు సమస్యలను సర్పంచ్ దృష్టికి తీసుకెళ్లా, ఆ సమస్యలను ఐటీ మరియు పరిశ్రమల శాఖ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు గారి దృష్టికి తీసుకెళ్లి త్వరితగతిన



ఛార్జీలను పెంచామని చెప్పారు. సాగునీటి ప్రాజెక్టులపై ప్రత్యేక దృష్టి ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో సాగునీటి ప్రాజెక్టుల పూర్తికి ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందని మంత్రి తెలిపారు. ఎల్లంపల్లి, లోయర్ మానేరు, మిడ్ మానేరు, అప్పర్ మానేరు, గౌరవెల్లి, కలికోట సూరంపేట తదితర ప్రాజెక్టుల పురోగతిపై ప్రభుత్వం దృష్టి పెడిందన్నారు. గౌరవెల్లి ప్రాజెక్టు భూసేకరణకు రూ.250 కోట్లు కేటాయించామని, మిడ్ మానేరు ప్రాజెక్టు బాధితుల పెండింగ్ సమస్యల పరిష్కారానికి నిధులు విడుదల చేసినట్లు తెలిపారు. కరీంనగర్‌పై సీఎం ప్రత్యేక దృష్టి మానేరు రివర్‌ప్రంట్, డంపింగ్ యార్డ్, కరీంనగర్ రింగ్‌రోడ్డు తదితర కీలక అంశాలు సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి దృష్టిలో ఉన్నాయని పొన్నం ప్రభాకర్ తెలిపారు. ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలోని ప్రజాప్రతినిధులతో సమన్వయం చేసుకుంటూ వ్యవసాయం, పరిశ్రమలు, విద్య, వైద్య రంగాల్లో మరింత అభివృద్ధికి కృషి చేస్తామన్నారు. కరీంనగర్ పర్వటన అనంతరం సీఎం రేవంత్‌రెడ్డి సిరిసిల్లకు వెళ్లనున్నారు. అక్కడ డాక్టర్ బి.ఆర్. అంబేద్కర్ విగ్రహం వద్ద నుంచి పాదయాత్ర నిర్వహించి, అనంతరం భారీ బహిరంగ సభలో ప్రసంగించనున్నారు. నేతన్నల సమన్వయ, పాత బకాయిల చెల్లింపుతో పాటు చేనేత, పవర్‌లూమ్ రంగానికి ప్రభుత్వం అండగా ఉంటుందనే భరోసా కల్పించనున్నారని మంత్రి తెలిపారు. సీఎం పర్వటన కార్యక్రమాలను విజయవంతం చేసేందుకు అధికారులు సమన్వయంతో పనిచేయాలని మంత్రి పొన్నం ప్రభాకర్ సూచించారు. సమీక్షా సమావేశంలో ఎమ్మెల్యేలకు సత్యనారాయణ, మేడిపల్లి సత్యం, జిల్లా కలెక్టర్ చిత్రా మిత్రా, సీపీ గౌస్ ఆలం, ప్రజాప్రతినిధులు, జిల్లా స్థాయి అధికారులు పాల్గొన్నారు.



నిర్వహించడం అభినందనీయమన్నారు. ఇందుకు అల్ఫోర్న్ విద్యాసంస్థల అధినేతకు ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ బి. డిక్షిత్ సీపీఆర్ విధానాన్ని ప్రదర్శన ద్వారా విద్యార్థులకు, మా-ధ్యాయులకు వివరించారు. సీపీఆర్‌పై అవగాహనను వార్షిక ప్రణాళికలో భాగంగా చేర్చాలని ప్రభుత్వానికి సూచించారు. అత్యవసర పరిస్థితుల్లో సీపీఆర్‌పై అవగాహన ఉండటం ద్వారా ఎంతోమంది ప్రాణాలను కాపాడే అవకాశం ఉంటుందని తెలిపారు. కార్యక్రమంలో డాక్టర్ అకుల శైలజ, ఐఎంఎ జిల్లా అధ్యక్షురాలు, డాక్టర్ ఎన్. మహేష్ బాబు, ఐఎంఎ కరీంనగర్ కార్యదర్శి, డాక్టర్ వి. నీలమ, ఐఎంఎ కోశాధికారి, డాక్టర్ రాజేంద్ర ప్రసాద్, డాక్టర్ బి. డిక్షిత్, డాక్టర్ సారంగ్, ఆచార్య వడ్లూరి త్రినివాస్, ఎం. అరవింద్ బాబు, పవన్ ప్రసాద్, పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్, ఉ పాధ్యాయులు, విద్యార్థులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తానని సర్పంచ్ బండి స్వామి హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలువురు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

స్వతంత్ర భారతావనిలో రాష్ట్రాల ఏర్పాటు

సెప్టెంబర్ 30.. ఫజల్ అలీ కమిషన్ నివేదిక సమర్పణ దినం



స్వతంత్ర భారతంలో రాష్ట్రాల పునర్ వ్యవస్థీకరణ ఒక ప్రధాన ఘట్టం, ముఖ్యమైన అంశం. దీని కోసం కేంద్ర ప్రభుత్వం వివిధ కమిటీలను నియమించగా, అవి పలు సిఫార్సులు చేశాయి. 1955 సెప్టెంబర్ 30న ఫజల్ అలీ కమిషన్ నివేదిక కేంద్ర ప్రభుత్వానికి సమర్పించింది. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రాల పునర్ విభజన కమిటీల గురించి పూర్వా పరాల గురించి తెలిపే ప్రయత్నం. ఖాన్ బహదూర్ సయ్యద్ సర్ ఫజల్ అలీ (19 సెప్టెంబర్ 1886 - 22 ఆగస్టు 1959).. 15 అక్టోబర్ 1951నుండి 30 మే 1952 నుట్రీం కోర్టు న్యాయ మూర్తిగా, 1952 నుండి 1956 వరకు ఒడిశా గవర్నర్ గా మరియు 1956 నుండి 1959 వరకు అస్సాం గవర్నర్ గా ఉన్నారు. భారతదేశ రాష్ట్రాల పునర్వ్యవస్థీకరణ గురించి సిఫార్సులు చేసిన రాష్ట్రాల పునర్వ్యవస్థీకరణ కమిషన్ కు ఫజల్ అలీ నాయకత్వం వహించారు. బ్రిటీష్ సామ్రాజ్యం నుంచి 1947లో స్వాతంత్ర్యం పొందాకా భారతదేశం వేర్వేరు కేటగిరీలుగా విభజించి వుంది. అవి ఇలా ఉన్నాయి.

(1).పార్ట్ ఎ రాష్ట్రాలు (పాత బ్రిటీష్ ఇండియా ప్రావిన్సులు)..9 రాష్ట్రాలు: అస్సాం, బీహార్, బొంబాయి, తూర్పు పంజాబ్, మధ్యప్రదేశ్, మద్రాస్, ఒరిస్సా, ఉత్తర ప్రదేశ్, పశ్చిమ బెంగాల్;
(2).పార్ట్ బి రాష్ట్రాలు (గత సంస్థానాలు లేదా ఒప్పంద రాష్ట్రాల సమూహాలు)..9 రాష్ట్రాలు: హైదరాబాద్, జమ్ము అండ్ కాశ్మీర్, మధ్యభారత్, మైసూర్, పాటి యాలా, తూర్పు పంజాబ్, రాష్ట్రాల యూనియన్ (పికేపిఎస్ యు), రాజస్థాన్, సౌరాష్ట్ర, ట్రావె నోర్-కొచ్చిన్, వింధ్య ప్రదేశ్;
(3).పార్ట్ సి రాష్ట్రాలు (గత సంస్థానాలు లేదా ప్రావిన్సులు)..10 రాష్ట్రాలు: అజ్మీర్, కార్గల్, కూచ్ - బీహార్, భోపాల్, బిలాస్ పూర్, ఢిల్లీ, హిమాచల్ ప్రదేశ్, కచ్, మజిహార్, త్రిపుర;
(4).పార్ట్ డి (కేంద్రపాలిత ప్రాంతం)..అండమాన్ అండ్ నికోబార్ దీవులు.....

జవహ్నీ బ్రిటీష్ వారి రాజకీయ, సైనిక, పూర్వోత్తర ప్రణాళికకు అనుకూలంగా ఏర్పడుతూ వచ్చాయి. స్వతంత్ర భారతంలో రాష్ట్రాల సరిహద్దులు పునర్వి భజనకు ఒక ప్రాతిపదిక కావాల్సి వచ్చింది. భాషల ప్రాతిపదికన పునర్విభజన జరగాలన్నది ప్రతిపాదనల్లో ఒకటి. 1920 నుంచి భారత జాతీయ కాంగ్రెస్ ప్రావిన్సు లను భాష ప్రాతిపదికన ఏర్పాటు చేయడానికి కట్టుబడి వుంది. స్వాతంత్ర్యం వచ్చాక రాష్ట్రాలను భాషా ప్రాతిపదికన పునర్విభజిస్తా మన్నది కాంగ్రెస్ లక్ష్యాల్లో ఒకటి. ఇది 1945-46 ఎన్నికల మ్యూనిసిపాలిటీ హామీల్లో కూడా చేరింది. విభజన సమయంలో మత వైషమ్యాలతో విపరీతమైన రక్తపాతం, హింస చోటు చేసు కోవడం వంటివి భారతదేశపు తొలి ప్రధాని జవహర్ లాల్ నెహ్రూ, తొలి ఉపప్రధాని, గృహమంత్రి వల్లభ్ భాయి పటేల్ మొదలైన వారిలో భాషా ప్రాతిపదికన రాష్ట్రాల ఏర్పాటుపై వైఖరిలో మార్పు తీసుకు వచ్చింది.

1948లో రాజ్యాంగ అసెంబ్లీ అధ్యక్షుడు రాజేంద్ర ప్రసాద్ ఎన్.కె.దార్ (అలహాబాద్ హైకోర్టు విశ్రాంత న్యాయమూర్తి), జె.ఎన్.లాల్ (న్యాయవాది), పన్నాలాల్ (విశ్రాంత భారత సివిల్ సర్వీసెస్ అధికారి)లతో దార్ కమిషన్ ఏర్పాటు చేశారు. కమిషన్

తన నివేదికను సమర్పిస్తూ పూర్తిగా కానీ, ప్రధానంగా కానీ భాషా ప్రాతి పదికన రాష్ట్రాలను ఏర్పాటు చేయడం దేశ విస్తృత ప్రయోజనాలకు అనుగుణమైనది కాదన్నారు. దార్ కమిషన్ సూచనలను అధ్యయనం చేయడానికి జవహర్ లాల్ నెహ్రూ, వల్లభ్ భాయ్ పటేల్, పట్టాభి సీతారామయ్యలతో జేపీపీ కమిటీ వేశారు. కొత్త ప్రావిన్సుల ఏర్పాటుకు ప్రస్తుతం సరైన సమయం కాదనీ, ఆ కమిటీ తేల్చి చెప్పింది. డా. అంబేద్కర్ దార్ కమిషన్ కు ఒక మెమోరాండం సమర్పించారు (తేదీ 14 అక్టోబర్ 1948), భాషా ప్రావిన్సుల ఏర్పాటుకు మద్దతుగా, ప్రత్యేకంగా మరాఠీ -మహారాష్ట్ర మహారాష్ట్ర రాష్ట్రం బొంబాయి రాజధానిగా ఏర్పడింది.

1952 నాటికి, మద్రాస్ రాష్ట్రంలోని కొన్ని ప్రాంతాల్లో తెలుగు-మెజారిటీ రాష్ట్ర ఏర్పాటు డిమాండ్ చాలా శక్తిమంతంగా మారింది. తెలుగు మెజారిటీ రాష్ట్ర ఏర్పాటు డిమాండ్ చేస్తున్న కార్యకర్తలలో ఒకరైన పొట్టి శ్రీరాములు ఆమరణ నిరాహార దీక్ష చేపట్టి 16 డిసెంబర్ 1952 న మరణించారు.

రాష్ట్రాల పునర్విభజన కమిషన్ (ఎస్సార్టీ) లేదా ఫజల్ అలీ కమిషన్ డిసెంబర్ 29, 1953లో భారత కేంద్ర ప్రభుత్వం రాష్ట్రాల సరిహద్దులను పున: సమీక్షించడంలో సహా ఇచ్చేందుకు ఏర్పరిచింది. కమిషన్ లో ఫజల్ అలీ, కె.ఎం.పటిశర్, హెచ్.ఎం.కుంజ్రాలు ఉన్నారు. తెలుగు-మెజారిటీ ఆంధ్ర రాష్ట్రం 1953 లో ఏర్పడింది. ఇది దేశవ్యాప్తంగా అందోళనలు రేకెత్తించింది, భాషా సంఘాలు ప్రత్యేక రాష్ట్రాల కోసం డిమాండ్ చేశాయి. రాష్ట్ర పునర్వ్యవస్థీకరణ కమిషన్ నివేదిక ప్రభుత్వం 30-సెప్టెంబర్ -1955 మధ్యాహ్నం అందుకుంది. ఈ కమిషన్ తన నివేదికలో....మూడు అంచెల (పార్ట్ -ఎ/బి/సి) రాష్ట్ర వ్యవస్థను రద్దు చేయాలని, రాజప్రముఖ సంస్థ మరియు పూర్వ సంస్థానాలతో ప్రత్యేక ఒప్పందాన్ని రద్దు చేయాలని, ఆర్థికలో 371 ద్వారా భారత ప్రభుత్వంలో ఉన్న సాధారణ నియంత్రణను రద్దు చేయాలని, అండమాన్ నికోబార్, ఢిల్లీ మరియు మజిహార్ 3 రాష్ట్రాలు మాత్రమే కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలుగా ఉండాలని, ఇతర పార్ట్ -సి/డి భూభాగాలను పక్క రాష్ట్రాలతో విలీనం చేయాలని నివేదించింది. ఈ నివేదిక 14 డిసెంబర్ 1955 న లోక్ సభలో పెట్టబడింది.

కమిషన్ చేసిన సలహాల్లో కొన్నిటిని కేంద్ర ప్రభుత్వం 1956 నాటి రాష్ట్రాల పునర్విభజన చట్టం, 1956లో పరిగణనలోకి తీసుకుంది. దీనికి అనుగుణంగా 1956లో పార్లమెంట్ రాష్ట్రాల పునర్ వ్యవస్థీకరణ చట్టం, ఏడో రాజ్యాంగ సవరణ చేసింది. ఈ సవరణ ద్వారా పార్ట్ -ఎ,పార్ట్ -బి, పార్ట్ -సి అనే వ్యత్యాసాలను రద్దు చేసి రాష్ట్రాలను పునర్ వ్యవస్థీ కరించింది. ఫలితంగా 14 రాష్ట్రాలు, ఆరు కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలతో నూతన వ్యవస్థ అమల్లోకి వచ్చింది. రాష్ట్రాల పునర్ వ్యవస్థీకరణలో భాగంగా తెలంగాణ ప్రాంతాన్ని కలుపుకొని ఆంధ్ర ప్రదేశ్ గా రాష్ట్రాన్ని పునర్ వ్యవస్థీకరించారు. ఆంధ్ర, రాయలసీమ, తెలంగాణతో కలిపి 1956 నవంబర్ 1న ఆంధ్రప్రదేశ్ అవతరించింది. 1956 తర్వాత...గుజరాత్ (1 మే, 1960) 15వ రాష్ట్రంగా, నాగలాండ్ (1 డిసెంబర్, 1963) 16వ రాష్ట్రంగా ఏర్పాటైంది. హర్యానా(1 నవంబర్, 1966)17వ రాష్ట్రంగా, 18వ రాష్ట్రంగా, మజిహార్ (21 జనవరి, 1972) 19వ రాష్ట్రంగా, త్రిపుర (21 జనవరి, 1972) 20వ రాష్ట్రంగా, మేఘాలయ (21 జనవరి, 1972) రాష్ట్రంగా, సిక్కిం (16 మే, 1975) 22వ రాష్ట్రంగా, మిజోరాం (20 ఫిబ్రవరి, 1987) 23వ రాష్ట్రంగా, అరుణాచల్ ప్రదేశ్ (20 ఫిబ్రవరి, 1987)24వ రాష్ట్రంగా, గోవా (30 మే, 1987) 25వ, ఛత్తీస్ గఢ్(1 నవంబర్, 2000) 26వ రాష్ట్రంగా,

ఉత్తరాంధ్ (9 నవంబర్, 2000) 27వ రాష్ట్రంగా, జార్ఖండ్ (15 నవంబర్, 2000) 28వ రాష్ట్రంగా జార్ఖండ్ ను ఏర్పాటు చేశారు. తెలంగాణ (2 జూన్, 2014): ఆంధ్రప్రదేశ్ రాష్ట్రాన్ని పునర్ వ్యవస్థీకరించి 29వ రాష్ట్రంగా 10 జిల్లాలతో తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని ఏర్పాటు చేశారు. ఆర్థికలో 370 రద్దుతో జమ్మూ కాశ్మీర్ రాష్ట్రం రెండు కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలుగా విడిపోయింది. భారత దేశంలో ప్రస్తుతం మొత్తం 28 రాష్ట్రాలు మరియు 8 కేంద్రపాలిత ప్రాంతాలు ఉన్నాయి.

సంగస భట్ల రామకృష్ణయ్య, ధర్మపురి

హై స్కూల్ విద్యార్థులకు యూనిఫాన్స్ పంపిణీ..



లక్ష్మణ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంధని

మంధని మండలం గుంజపడుగు గ్రామంలో జెడ్ పి హెచ్ ఎస్ హై స్కూల్ విద్యార్థిని విద్యార్థులకు యూనిఫాంస్ అందజేసిన గుంజపడుగు గ్రామ సర్పంచ్ దండేవేనా సంధ్యా బాసెష్ ఈ సందర్భంగా సర్పంచ్ మాట్లాడుతూ తెలంగాణ కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం

నిమ్మ ఆసుపత్రి లో చికిత్స పొందుతున్న మెరుగు రాజయ్య మరియు కుంటాల వెంకన్నలను పరామర్శించిన మంత్రి శ్రీధర్ బాబు

సత్యనారాయణ గౌడ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంధని రూరల్ హైదరాబాద్ లోని నిమ్మ ఆసుపత్రిలో అనారోగ్యంతో చికిత్స పొందుతున్న మంధని నియోజకవర్గం, మంధని మండలం ఖాన్నాయపేట గ్రామ సర్పంచ్ మెరుగు సురేష్ తండ్రి రాజయ్య,మరియు ఖాన్నాయపేట గ్రామ శాఖ ఉపాధ్యక్షులు కుంటాల వెంకన్న లను రాష్ట్ర బడి, పరిశ్రమలు మరియు శాసనసభ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి దుద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు పరామర్శించారు.

ఈ సందర్భంగా వారి ఆరోగ్య పరిస్థితిని వైద్యులను అడిగి తెలుసుకోవడంతో పాటు, కుటుంబ సభ్యులతో మాట్లాడి వైద్యం చెప్పారు. మెరుగైన వైద్యం అందించి త్వరగా కోలుకునేలా అవసరమైన సహకారం అందించాలని వైద్యులకు సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో వారి కుటుంబ సభ్యులు మరియు క్షేత్ర బృందం పాల్గొన్నారు



3వ

కాలేయాన్ని కాపాడుకోండిలా..

గంజాయి పట్టివేత.. కేసు నమోదు..

ఎమ్. లక్ష్మి - ప్రత్యక్ష సాక్షి, (కూకట్ పల్లి) కుత్బుల్లాపూర్ ఏరియా ధనలక్ష్మి నెంటర్ కూకట్ పల్లి ప్రాంతంలో గుంటూరుకు చెందిన దీవి క్రాంతి అనే వ్యక్తి వద్ద డీటీఎఫ్ టీం 105 గ్రాముల గంజాయిని పట్టుకున్నారు. ఈ గంజాయి ఎక్కుడిది అని అతన్ని ప్రశ్నించినప్పుడు బోయిన్ పల్లి ప్రాంతంలోని ప్రవీణ్ కుమార్ అనే వ్యక్తి ఇచ్చాడు అని చెప్పడంతో అతని ఇంటి వద్ద దాడి చేయడంతో అతను ఇంట్లో మరో 2 కేజీల గంజాయి స్వాధీనం చేసుకున్నారు. ఈ కేసుల్లో దీవి క్రాంతి,బోయిన్ పల్లి ఏరియాకి చెందిన ప్రవీణ్ కుమార్ అనే వ్యక్తులను పై కేసు నమోదు చేసి ఆరెస్టు చేసి గంజాయితో పాటు బాలానగర్ ఎక్స్ ప్రెస్ స్టేషన్లో అప్పగించినట్లు కుత్బుల్లాపూర్ ఈఎస్ ఆర్ . ప్రవీణ్ తెలిపారు. ఎక్స్ ప్రెస్ అధికారులు మాట్లాడుతూ యువత అప్రమత్తంగా ఉండాలని, భవిష్యత్ ను మంచిబాటలో తీర్చి దిద్దు కోవాలని, మత్తు పదార్థాలుకు దూరంగా ఉండాలని హితవు పలికారు.



సీఎం సహాయ నిధి పేదలకు వరం..



కుమారస్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి స్టాం రిపోర్టర్ జగిత్యాల అనారోగ్య కారణాల వల్ల ఆసుపత్రిల్లో చికిత్స పొందిన వారికి ప్రభుత్వం నుండి లభించే సీఎం సహాయ నిధి పేదలకు వరం లాంటిదని మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు కడూరి తిరుపతి అన్నారు. మండల కేంద్రానికి చెందిన ఎర్రకాటం మంగవ్వ సర్పంచ్ రెడ్డి కి

ప్రభుత్వం నుండి మంజూరు అయిన రెండు లక్షల విలువ గల సీఎం సహాయనిధి చెక్కును పార్టీ కార్యాలయంలో లభించారుకు అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా కడూరి తిరుపతి మాట్లాడుతూ పేదలకు కార్పొరేట్ వైద్యం అందించాలని ఆరోగ్య శ్రీ పథకం ప్రవేశ పెట్టిన ఘనత కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంది అని ప్రజా ప్రభుత్వం ఏర్పడిన తర్వాత అట్టి ఆరోగ్య శ్రీ పథకం కింద లబ్ధి పొందే విలువను పది లక్షల వరకు పెంచిన ఘనత సీఎం రేవంత్ రెడ్డి గారిదని అర్థమైన పేదలు మెరుగైన చికిత్స చేయించుకున్నవారికి ప్రభుత్వం నుండి ఆర్థిక సాయం అందిస్తుందని సీఎం సహాయనిధి అనేది పేదలకు వరం అని అన్నారు.మార్కెట్ కమిటీ వైర్లస్ బుర్ర రాములు గౌడ్,మార్కెట్ కమిటీ డైరెక్టర్ చాట్ల విజయ భాస్కర్, చెట్ల కిషన్,బాలుసాని శ్రీనివాస్ గౌడ్,నాయకులు సంది మల్లారెడ్డి,రవి నాయక్,సుంకరి రవి,పూసల తిరుపతి,నీరటి రాజ్ కుమార్ ఉన్నారు.

రెజింగ్ లో మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే సర్పంచేట విద్యార్థుల సత్కా..

ప్రత్యక్ష సాక్షి రంగపాపాపేట వరంగల్ ఉమ్మడి జిల్లా అధ్యక్షులలో నిన్న జరిగిన సూట్ గేమ్స్ ఫెడరేషన్ రెజింగ్ వరంగల్ జిల్లా స్థాయి సెలెక్షన్స్ లో మహాత్మ జ్యోతిరావు పూలే సర్పంచేట పాఠశాల విద్యార్థులు అద్భుత ప్రతిభ కనబరిచారు.అందర-14 విభాగంలో చిన్నం, క్రాపటి ప్రథమ స్థానాలు సాధించగా, అందర-17 విభాగంలో డిక్షిత ప్రథమ స్థానం సాధించింది.ప్రథమ స్థానాలు సాధించిన గుంజి చిన్నం, బాసోత్ క్రాపటి, డిక్షిత రాష్ట్రస్థాయి రెజింగ్ పోటీలకు ఎంపికయ్యారు.ఈ సందర్భంగా పాఠశాల ప్రిన్సిపాల్ బాసోత్ రాజేశ్వరి మేడమ్ విద్యార్థులను పాఠశాలలో మంగళవారం రోజున అభినందించారు అనంతరం వారు మాట్లాడుతూ చదువుతోపాటు క్రీడల్లో మరింతగా రాణించాలని ఆకాంక్షించారు. విద్యార్థుల విజయానికి కృషి చేసిన



పాఠశాల వ్యాయామ ఉపాధ్యాయురాలు బండారి సుకన్య, ఉ పాధ్యాయులు, తల్లిదండ్రులను కూడా అభినందించారు.

కాగితాలపై కేటాయింపులు కాదు.. క్షేత్రస్థాయిలో నిధులు కనిపించాలి

బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షులు యాదగిరి బాబు, ఎస్సీ మోర్చా జిల్లా అధ్యక్షులు నారపాక అశోక్



(ప్రత్యక్ష సాక్షి, జగిత్యాల) ఎస్సీ సబ్ షాన్ నిధులు, కార్పొరేషన్ కు సంబంధించిన సంక్షేమానికి విడుదల చేసి, అర్హులైన ఎస్సీలబ్ధిదారులకు న్యాయం చేయాలని బీజేపీ జిల్లా అధ్యక్షులు యాదగిరి బాబు, బీజేపీ ఎస్సీ మోర్చా జగిత్యాల జిల్లా అధ్యక్షులు నారపాక అశోక్ డిమాండ్ చేశారు. మంగళవారం బీజేపీ ఎస్సీ మోర్చా రాష్ట్ర అధ్యక్షులు కాంటి కిరణ్ ఆదేశాలతో జగిత్యాల జిల్లా కలెక్టరేట్ ఎస్సీ కార్పొరేషన్ ఈడ్ కార్యాలయం ముట్టడిం చారు. ఈ సందర్భంగా యాదగిరి బాబు, నారపాక అశోక్ మాట్లాడుతూఎస్సీల సంక్షేమం కోసం వేల కోట్లాది నిధులు కేటాయిస్తున్నామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రకటిస్తున్నా క్షేత్రస్థాయిలో అర్హులైన ఎస్సీ ప్రజలకు ఆ నిధులు ఎందుకు చేరడం

భూ భారతి పై కారేగాంలో గ్రామసభ అవగాహన సదస్సు రీ సర్వే పై రైతులకు కీలక సూచనలు..

యాదవరావు ప్రత్యక్ష సాక్షి పోతంగల్ నిజామాబాద్ జిల్లా పోతంగల్ మండలం కారేగాం గ్రామం హుమ్నాపూర్ శివారు మంగళవారం రోజున రాష్ట్ర ప్రభుత్వం ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకొచ్చిన భూ భారతి చట్టం, భూముల రీ సర్వేపై గ్రామసభ అవగాహన సదస్సు నిర్వహించారు.ఈ సదస్సుకు తహశీల్దార్ సందీప్, రెవెన్యూ సిబ్బంది, సర్వేయర్ల గ్రామ పంచాయతీ కార్యదర్శి హోజర్ రైతులకు భూ భారతి ముఖ్య ఉద్దేశ్యాలను వివరించారు. ఈ సందర్భంగా అధికారులు మాట్లాడుతూ గతంలోని ధరణిలో ఉన్న సమస్యలను పరిష్కరించడానికి ప్రభుత్వం భూ భారతి చట్టాన్ని తెచ్చింది. దీనిలో భాగంగా 80 ఏళ్ల తర్వాత మట్టి అన్ని భూములకు రీ సర్వే చేస్తున్నారు. ప్రతి ఎకరా భూమిని క్షేత్రస్థాయిలో కొలిచి, హద్దులు నిర్ణయించి, కొత్త మ్యాపులు తయారు చేస్తూ జిల్లాలో 453 గ్రామాలు 9.2 నోటీసు యాక్ట్ 90 / 23 ప్రకారం ఆర్డీన్ నెంబర్ భూ ఆధార్ నెంబర్ ఇస్తారు హుమ్నాపూర్ శివారులో సర్వేనెంబర్ మొత్తం 148 ఉండగా దానికి గాను భూమి మొత్తం 742.7 ఎకరాలుగా ఉంది ల్యాండ్ పార్సెల్ మ్యాప్ 923 సెక్షన్ 13 విడుదల అవుతుంది అని తెలిపారు సర్వే లో గల గ్రామ,రైతులు గమనించాల్సిన అంశాలు 1. రీ సర్వే సమయంలో రైతులు తమ పట్టాదారు పాస్ పుస్తకం, ఆధార్ కార్డుతో పాటు పద్ద అందుబాటులో ఉండాలి. 2. తమ భూమి హద్దులపై ఎలాంటి వివాదాలు ఉంటే అక్కడికక్కడే తెలిపాలి.రొపర్ ఆన్ కొత్త పరికరం ద్వారా సర్వే చేస్తారు..



3. సర్వే పూర్తయ్యాక భూ భారతి పోర్టల్ లో వివరాలు నమోదు చేసి కొత్త పాస్ పుస్తకాలు ఇస్తారు. ధరణిలో పేరు మార్పు, తప్పులు ఉన్నవారు ఈ గ్రామసభలో దరఖాస్తు చేసుకోవచ్చని, వెంటనే పరిష్కరిస్తామని అధికారులు హామీ ఇచ్చారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎమ్మార్వో సందీప్ ,సర్పంచ్, సరపరి సునీల్, ఉప సర్పంచ్ పందిరి సతీష్ , డి పీ ఇన్స్పెక్టర్ శశికుమార్ ,ఎ డి శ్రీనివాస్ , నిజామాబాద్, డిప్యూటీ ఇన్స్పెక్టర్ దత్త జగన్నాథం, సర్వేర్ శ్రీనివాస్, జి .పి.ఓ పోశెట్టి ,రైతు సమన్వయ సమితి సభ్యులు, గ్రామ పెద్దలు రైతులు గ్రామస్తులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

ఈ ఆహారాలను తీసుకుంటే తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్యను గణనీయంగా పెంచుకోవచ్చు..



సీజనల్ వ్యాధులైన దగ్గు, జలుబు వంటి సమస్యలకు చెక్ పెట్టాలన్నా ఇతర రోగాలు రాకుండా శరీరాన్ని రక్షించాలన్నా మన రోగ నిరోధక వ్యవస్థ ఎంతో పనిచేస్తుంది. నిత్యం సూక్ష్మ క్రిములు శరీరంలో చేరి రోగాలను కలగజేయకుండా అడ్డుకుంటుంది. అందుకు గాను ఆ వ్యవస్థ నిరంతరాయంగా పనిచేస్తూనే ఉంటుంది. ఈ క్రమంలోనే సూక్ష్మ క్రిములను సశీలపజేయడంలో తెల్ల రక్త కణాలు ఎంతో ముఖ్యపాత్ర పోషిస్తాయి. మన శరీరంలో తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య సరిగ్గా ఉంటేనే రోగాలు, ఇన్ ఫెక్షన్లు రాకుండా ఉంటాయి. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ ఎల్లప్పుడూ తెల్ల రక్త కణాలను ఉత్పత్తి చేస్తూనే ఉంటుంది. క్రిములతో పోరాడే తెల్ల రక్త కణాలు సశిస్తాయి. దీంతో వాటి స్థానంలో కొత్త కణాలను రోగ నిరోధక వ్యవస్థ ఉత్పత్తి చేస్తుంది. అయితే అలా తయారు చేయాలంటే రోగ నిరోధక వ్యవస్థకు అవసరం అయిన పోషకాలను మనం అందించాలి. అప్పుడే తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య పెరుగుతుంది. దీంతో రోగాలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. ఇక తెల్ల రక్త కణాల ఉత్పత్తికి గాను రోగ నిరోధక

వ్యవస్థకు అవసరం అయిన పోషకాలను అందించేందుకు మనం కొన్ని రకాల ఆహారాలను రోజూ తీసుకోవాల్సి ఉంటుంది. వీటి వల్ల రోగ నిరోధక వ్యవస్థ మెరుగ్గా పనిచేస్తుంది. విటమిన్ ఇ, జింక్..: విటమిన్ ఇ ఉన్న ఆహారాలను తింటుంటే రోగ నిరోధక వ్యవస్థకు కావల్సిన బలం లభిస్తుంది. దీంతో తెల్ల రక్త కణాల ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. మనకు రోజూకు దాదాపుగా 60 మిల్లీగ్రాముల మోతాదులో విటమిన్ ఇ లభించాలి. ఇందుకు గాను విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉండే బాదంపప్పు, అవకాడో, కొత్తిమీర, చేపలు, గుమ్మడికాయ విత్తనాలు, అవినె గింజలు వంటి ఆహారాలను తింటుండాలి. వీటిని తింటుంటే తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య పెరుగుతుంది. రోగాలు రాకుండా ఉంటాయి. జింక్ ఉండే ఆహారాలను రోజూ తింటున్నా కూడా తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య పెరుగుతుంది. జింక్ మనకు రోజూకు సుమారుగా 20 మిల్లీగ్రాముల మోతాదులో అవసరం అవుతుంది. సముద్రపు ఆహారం, తృణ ధాన్యాలు, పాలు, పాల ఉత్పత్తులు, గుమ్మడికాయ విత్తనాలు, పొద్దు

రోగాలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు..

తిరుగుడు విత్తనాలను తినడం వల్ల జింక్ లభిస్తుంది. రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పనితీరు మెరుగు పడుతుంది. సెలీనియం, విటమిన్ సి..: సెలీనియం మనకు రోజూకు 200 మైక్రోగ్రాముల మోతాదులో కావాలి. ఇది కూడా రోగ నిరోధక వ్యవస్థ పనితీరుకు సహాయం చేస్తుంది. చేపలు, చికెన్, యాపిల్ పండ్లు, వెల్లుల్లి, టమాటాలు, గుమ్మడికాయ విత్తనాలను తినడం వల్ల రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. తెల్ల రక్త కణాలు అధికంగా ఉత్పత్తి అవుతాయి. రోగాలు రాకుండా ఉంటాయి. రోజూ గ్రీన్ టీని సేవిస్తున్నా కూడా ఉపయోగం ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని వ్యర్థాలను బయటకు పంపిస్తుంది. రోగ నిరోధక శక్తి పెరిగేలా చేస్తుంది. ఇన్ ఫెక్షన్లను తగ్గిస్తుంది. తెల్ల రక్త కణాల పెరిగేలా చేస్తుంది. విటమిన్ సి వల్ల మన శరీర రోగ నిరోధక శక్తి పెరుగుతుంది. తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య రెట్టింపు అవుతుంది. వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. నారింజ, కివిలు, నిమ్మకాయలు, క్యాప్సికం, హైపెరిల్, బోప్పాయి తినడం వల్ల విటమిన్ సి సమృద్ధిగా లభిస్తుంది. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు, విటమిన్ ఎ..: టమాటాలు, నారింజ, బోప్పాయి, చిలగడదుంపలు, క్యారెట్లు, యాపిల్స్ వంటి ఆహారాల్లో తెరోడినాయిడ్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి రోగ నిరోధక వ్యవస్థను బలోపేతం చేస్తాయి. తెల్ల రక్త కణాలు ఉత్పత్తి అయ్యేలా చూస్తాయి. థ్రీ ర్యాడికల్స్ ను తొలగిస్తాయి. దీని వల్ల రోగాలు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. ముఖ్యంగా హార్ట్ లుటాక్ రాకుండా నివారించవచ్చు. చేపలు, అవినె గింజలు, నట్స్ లలో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్య పెరగడంలో దోహదపడతాయి. రోగ నిరోధక శక్తి పెరిగేలా చేస్తాయి. విటమిన్ ఎ అధికంగా ఉండే యాపిల్ పండ్లు, క్యారెట్లు, పాలకూర వంటి ఆహారాలను తింటున్నా కూడా మేలు జరుగుతుంది. తెల్ల రక్త కణాల ఉత్పత్తి పెరుగుతుంది. ఇవి మనకు రోగాలు రాకుండా చూస్తాయి. రోగ నిరోధక వ్యవస్థను పటిష్టం చేస్తాయి. శరీరాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. ఇలా ఆయా ఆహారాలను తింటుంటే తెల్ల రక్త కణాల సంఖ్యను పెంచుకుని రోగాలు రాకుండా ఆరోగ్యంగా ఉండవచ్చు.



అలర్జీలను నిర్లక్ష్యం చేస్తే..

వానాకాలం ముగింపునకు వచ్చింది.. శీతకాలం ప్రవేశిస్తున్నది. చలికాలంలో చల్లని గాలులే కాదు చుట్టూ కాలుష్యమూ ఇబ్బంది పెడుతుంది. ఈ శీత గాలుల కారణంగా అసాధారణమైన సమస్యలు ఎదుర్కోవాల్సి వస్తుంది. చలి, వాయు కాలుష్యం వల్ల అనేక రకాల అలర్జీలు దాడి చేస్తాయి. అయితే అలర్జీల సమస్య అంత తీవ్రంగా ఉండకపోవచ్చు. కాబట్టి, చాలామంది చికిత్స గురించి ఆలోచించరు. కానీ, ఇలా నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. రకరకాల సమస్యలు ఉత్పన్నం అవుతాయని వైద్యులు హెచ్చరిస్తున్నారు. అలర్జీలను పట్టించుకోకపోతే.. అవి దీర్ఘకాలిక సైన్స్ లైన్ సమస్యకు దారి తీయొచ్చు. చెవుల్లో ఇన్ ఫెక్షన్, ఆస్తమా, నిద్రలేమి, తలనొప్పి, కళ్లమంట తదితర సమస్యలను నిర్లక్ష్యం చేస్తే.. ఇవి జీవనశైలిపై ప్రభావం చూపి ఇతర రోగాలకు దారితీయొచ్చు. కాబట్టి అలర్జీలను నిర్లక్ష్యం చేయొద్దు. ఈ సీజన్ లో తరచుగా జలుబు చేయడం, ముక్కులో దురద, తుమ్ములు, కళ్లు ఎర్రబారడం, కళ్ల దురద, గొంతులో నొప్పి, దగ్గు, అలసట, ముఖం ఉబ్బరించడం లాంటి సమస్యలు తలెత్తితే చల్లని గాలికి దూరంగా ఉండాలి. దుమ్ము పీల్చుకుండా జాగ్రత్తలు తీసుకోవాలి. చల్లని ఆహారం తీసుకోకూడదు. అల్లస్ని ఎదుర్కోవేందుకు పండ్లు, పోషకాలు అధికంగా ఉండే డ్రైఫ్రూట్స్ తీసుకోవాలి. తరచుగా ఈ సమస్యలు ఉంటే వైద్యులను సంప్రదించాలి. అవసరమైతే అలర్జీ పరీక్ష చేయించుకోవాలి.



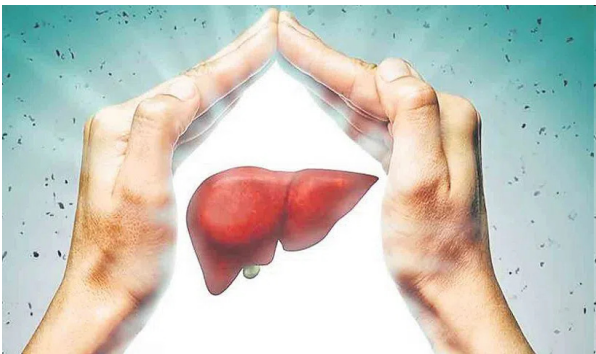
నిమ్మకాయలను మనం తరచూ అనేక వంటకాలలో ఉపయోగిస్తూనే ఉంటాం. నిమ్మరసాన్ని పలు వంటకాల్లో వాడుతారు. దీంతో వంటకాలకు చక్కని రుచి, రంగు వస్తాయి. ఇక ఆయుర్వేద ప్రకారం నిమ్మ మనకు అనేక లాభాలను అందిస్తుంది. నిమ్మరసంలో అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఇవి మనకు ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను అందిస్తాయి. నిమ్మరసాన్ని రోజూవారి ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే అనేక లాభాలు కలుగుతాయి. పలు వ్యాధులను సైతం నయం చేసుకోవచ్చు. అయితే నిమ్మరసాన్ని తాగే విషయంలో చాలా మందికి అనేక సందేహాలు ఉంటాయి. వాటి గురించి ఆయుర్వేద వైద్యులు ఏమని సమాధానాలు చెబుతున్నారో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. నిమ్మరసం ఆమ్ల స్వభావాన్ని కలిగి ఉంటుంది కనుక ఉదయం పరగడుపున తాగవచ్చా..? అని చాలా మంది సందేహిస్తుంటారు. అయితే ఇందుకు వైద్యులు ఏమంటున్నారంటే.. వీరు తాగకూడదు.. ఆరోగ్యవంతమైన వ్యక్తులు నిమ్మరసాన్ని తాగవచ్చు. పరగడుపున తాగినా దుష్పరిణామాలు కలగవు. కానీ పలు రకాల అనారోగ్య సమస్యలు ఉన్నవారు మాత్రం నిమ్మరసాన్ని పరగడుపున తాగకూడదు. ముఖ్యంగా అసిడిటీ, అల్సర్, కడుపు నొప్పి, పొట్టలో అసౌకర్యం ఉన్నవారు నిమ్మరసాన్ని పరగడుపున తాగకూడదు. జీర్ణాశయ సంబంధిత మెడిసిన్లను వాడేవారు కూడా నిమ్మరసాన్ని పరగడుపున సేవించకూడదు. అయితే నిమ్మరసం దంతాల ఎనామిల్ పై ప్రభావం చూపిస్తుంది. కనుక దీన్ని నేరుగా తాగకూడదు. కచ్చితంగా నీటిలో కలిపి సేవించాల్సి ఉంటుంది. ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో ఒక టీస్పూన్ నిమ్మరసం కలిపి ఉదయం ట్రైకోఫాస్ట్ కు 30 నిమిషాల ముందు తాగాల్సి ఉంటుంది. ఇలా నిమ్మరసాన్ని తాగితే అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

నిమ్మరసాన్ని పరగడుపున సేవిస్తే ఎలాంటి లాభాలు కలుగుతాయి..?

దీన్ని ఎవరు తాగకూడదు..?

డీహైడ్రేషన్ రాకుండా..: నిమ్మరసాన్ని పరగడుపున సేవించడం వల్ల జీర్ణక్రియ మెరుగు పడుతుంది. జీర్ణ వ్యవస్థ ఆరోగ్యంగా పనిచేస్తుంది. జీర్ణ రసాల ఉత్పత్తి మెరుగు పడుతుంది. పైత్య రసాలు సక్రమంగా ఉత్పత్తి అవుతాయి. దీంతో ఆహారం సులభంగా జీర్ణం అవుతుంది. ఆహారంలో ఉండే పోషకాలను శరీరం సరిగ్గా శోషించుకుంటుంది. నిమ్మరసాన్ని సేవించడం వల్ల గ్యాస్, కడుపు ఉబ్బరం, మలబద్ధకం తగ్గిపోతాయి. నిమ్మరసాన్ని ఉదయం సేవిస్తూంటే శరీరంలోని ద్రవాలు సమతుల్యంలో ఉంటాయి. డీహైడ్రేషన్ బారిన పడకుండా ఉంటారు. రోజంతా బయట తిరిగేవారు లేదా పనిచేసేవారు ఉదయం నిమ్మరసాన్ని సేవిస్తూంటే శరీరంలోని నీరు బయటకు వెళ్లకుండా ఉంటుంది. ఎలక్ట్రోలైట్స్ సమస్య తీరి ఉంటాయి. దీని వల్ల శరీరంలో వేడి చేరదు. శరీర ఉష్ణోగ్రత నియంత్రణలో ఉంటుంది. నీరసం, అలసట రావు. రోగ నిరోధక వ్యవస్థకు..: నిమ్మరసంలో విటమిన్ సి అధికంగా ఉంటుంది. ఇది రోగ నిరోధక శక్తిని పెంచుతుంది. దీని వల్ల శరీరం ఇన్ ఫెక్షన్లకు వ్యతిరేకంగా పోరాటం చేస్తుంది. వ్యాధులు రాకుండా రక్షిస్తుంది. మన చర్మానికి నిమ్మరసం చేసే మేలు అంతా ఇంతా కాదు. ఇందులో ఉండే విటమిన్ సి, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని పెంచుతాయి. దీని వల్ల చర్మకాంతి మెరుగు పడుతుంది. ఆక్సీకరణ ఒత్తిడి తగ్గుతుంది. చర్మ కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. పుద్గావ్య ధాయలు తగ్గుతాయి. యువ్వనంగా కనిపిస్తారు. ముఖంపై ఉండే మొటిమలు, మచ్చలు, ముడతలు తగ్గిపోతాయి. బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి కూడా నిమ్మరసం ఎంతో మేలు చేస్తుంది. నిమ్మరసాన్ని రోజూ సేవిస్తూంటే జీర్ణశక్తి పెరిగి మెటబాలిజం మెరుగు పడుతుంది. దీంతో క్యాలరీలు ఖర్చవుతాయి. ఫలితంగా కొవ్వు కరిగి అధిక బరువు తగ్గుతారు. ఇలా నిమ్మరసాన్ని సేవించడం వల్ల అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

కాలేయాన్ని కాపాడుకోండిలా..



రక్తాన్ని శుద్ధి చేయడం, శరీరంలోని విషతుల్యాలను బయటకు పంపడంలాంటి ప్రధానమైన పనులెన్నింటినో చేసే కాలేయాన్ని మనం మాత్రం సరిగ్గా పట్టించుకోకపోతే. కానీ లివర్ ఆరోగ్యంగా ఉంటేనే మనం కూలానా ఉండగలం. కాలేయ వ్యాధుల వల్ల ఏటా 20 లక్షల మంది చనిపోతున్నారని అధ్యయనాలు చెబుతున్నాయి కూడా. అలాగని దాన్ని జాగ్రత్తగా చూసుకోవడానికి మనం మరి కష్టపడనక్కర్లేదు ౧౦% కా చిన్న చిన్న చిట్కాలు పాటిస్తే సరి! చురుగ్గా ఉండండి: రోజూవారి వ్యాయామాలు చేయడం, శరీరాన్ని చురుగ్గా ఉంచుకోవడం ద్వారా లివర్ ను కాపాడుకోవచ్చు. నడక, పరిగెత్తడంలాంటి సాధారణ వ్యాయామాలు చేసినా కూడా ఫ్యాటీ లివర్ వ్యాధి బారిన పడకుండా ఉండొచ్చుట. జపాన్ లోని ఒక విశ్వవిద్యాలయం చేసిన అధ్యయనంలో వ్యాయామం చేసే వారిలో

వివిధ లివర్ వ్యాధులు 9.5 శాతం నుంచి 16.4 శాతం దాకా తగ్గాయని వెల్లడైంది. గుప్పెడు గింజలు: వాల్ నట్, బాదంలాంటి గింజలు కాలేయం ఆరోగ్యానికి ఎంతో మేలు చేస్తాయి. ఉదయం పూట ఏదో ఒక సమయంలో గుప్పెడు గింజలు (దాదాపు 28 గ్రా.) తింటే నాన్ ఆల్కహాలిక్ ఫ్యాటీ లివర్ డిసీజ్ ని అరికట్టవచ్చని ఆరోగ్యనిపుణులు చెబుతున్నారు. అంటే, మధ్యపానం సేవించని వారిలో వచ్చే ఫ్యాటీ లివర్ డిసీజ్ అన్నమాట. ఈ గింజల్లో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్-ఇ లాంటివి లివర్ బాగుండేందుకు తోడ్పడతాయి. పరిశుభ్రత: కాలేయ ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుకోవడంలో పరిశుభ్రత ముఖ్యమైన అంశం. బాత్రూంకి వెళ్లి వచ్చాక, వంట చేసే ముందు, తినే ముందు చేతుల్ని 20 సెకన్ల పాటు శుభ్రంగా కడగడం ద్వారా హెపటైటిస్ ఎ, బి వైరస్ ల బారిన పడకుండా ఉండొచ్చు. ఈ వైరస్ లు కాలేయాన్ని దెబ్బతీస్తాయి. ఓ కప్పు బ్లాక్ కాఫీ: రోజూ కాఫీ తాగడం ద్వారా కూడా లివర్ వ్యాధుల నుంచి తప్పించుకోవచ్చు. 2021లో చేసిన ఒక అధ్యయనం ప్రకారం తరచూ కాఫీ తాగే వారిలో క్రానిక్ లివర్ డిసీజ్ వచ్చే అవకాశం 21 శాతం, ఫ్యాటీ లివర్ ప్రమాదం 20 శాతం, క్రానిక్ లివర్ డిసీజ్ వల్ల చనిపోయే ప్రమాదం 49 శాతం వరకూ తగ్గినట్లు వెల్లడైంది. రోజూకు మూడు కప్పుల దాకా కాఫీ తాగొచ్చు కానీ, అందులో పాలు, చక్కెరలు మాత్రం ఉండకూడదట.

బాదంపప్పును పొట్టుతో తినాలా..?

పొట్టు తీసేసి తినాలా..? ఎలా తింటే మేలు చేస్తుంది..?



ఆరోగ్యంగా ఉండడం కోసం పౌష్టికాహారాలను తినాలన్న విషయం అందరికీ తెలిసిందే. పౌష్టికాహారాలను తింటే శరీరానికి కావల్సిన అన్ని పోషకాలు లభిస్తాయి. దీంతో అనేక వ్యాధులు రాకుండా అడ్డుకోవచ్చు. అయితే పౌష్టికాహారాల విషయానికి వస్తే వాటిల్లో బాదంపప్పు ముందు వరుసలో నిలుస్తుందని చెప్పవచ్చు. దీన్ని రోజూ తినాలని పోషకాహార నిపుణులు, వైద్యులు చెబుతుంటారు. అయితే బాదంపప్పును పొట్టు తీసి తినాలని కొందరు అంటారు. పొట్టుతోనే తినాలని మరికొందరు సూచిస్తారు. మరి ఇందులో నిజం ఎంత ఉంది..? అసలు బాదంపప్పును పొట్టుతో తినాలా, పొట్టు తీసి తినాలా..? నీటిలో నానబెట్టి తింటే ఏం జరుగుతుంది..? వంటి విషయాలకు గాను నిపుణులు సమాధానాలు చెబుతున్నారు. ఇక ఆ వివరాలు ఏమిటో ఇప్పుడు తెలుసుకుందాం. పొట్టు తీసి తింటే..: బాదంపప్పు పొట్టులో టానిన్స్ అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మనం తిన్న ఆహారంలో ఉండే పోషకాలను శరీరం శోషించుకోకుండా అడ్డుకుంటాయి. కనుక బాదంపప్పును పొట్టు తీసి తినాల్సి ఉంటుంది. అలాగే బాదంపప్పు పొట్టులో ఫైబర్ యాసిడ్ ఉంటుంది. ఇది ఐరన్, జింక్, క్యాల్షియం, మెగ్నీషియం వంటి మినరల్స్ కు అతుక్కుంటుంది. మనం తిన్న ఆహారంలో ఈ పోషకాలు ఉంటే వాటిని శరీరానికి అందకుండా అడ్డుకుంటుంది. కనుక ఈ కారణం వల్ల కూడా బాదంపప్పును పొట్టు తీసేసి తినాల్సి ఉంటుంది. అలాగే బాదంపప్పు పొట్టులో ఫైబర్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది

కొందరికి సరిగ్గా జీర్ణం కాదు. జీర్ణ సమస్యలను సృష్టిస్తుంది. గ్యాస్ వచ్చే అవకాశాలు ఉంటాయి. కనుక బాదంపప్పును పొట్టు తీసి తింటే మంచిది. ఆయుర్వేద కూడా బాదంపప్పును పొట్టు తీసే తినాలని చెబుతోంది. బాదంపప్పును నీటిలో నానబెట్టి పొట్టు తీసి తింటే ఇంకా మంచిదని ఆయుర్వేద వైద్యులు చెబుతున్నారు. పొట్టుతో తింటే..: అయితే బాదంపప్పు పొట్టులోనూ అనేక పోషకాలు ఉంటాయి. ఈ పొట్టులో ఫైబర్ తోపాటు పాలిఫినాల్స్, విటమిన్ ఇ అధికంగా ఉంటాయి. పొట్టు తీసేసి తింటే ఈ పోషకాలను కోల్పోవాల్సి వస్తుంది. కనుక బాదంపప్పును పొట్టుతో తినవచ్చు. ఇందులో సందేహించాల్సిన పనిలేదు. బాదంపప్పు పొట్టు వల్ల మనకు ఎలాంటి హాని కలగదు. కానీ అజీర్ణి ఉన్నవారు, పోషకాహార లోపం సమస్యలు ఉన్నవారు మాత్రం బాదంపప్పును నీటిలో నానబెట్టి పొట్టు తీసి తినాలని వైద్యులు సూచిస్తున్నారు. దీని వల్ల సులభంగా జీర్ణం అవడంతోపాటు కావల్సిన పోషకాలు లభిస్తాయి. ఇలా బాదంపప్పును ఎవరి సౌకర్యానికి తగినట్లు వారు తినవచ్చు. ఇక బాదంపప్పును తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. బాదంపప్పుతో కలిగే లాభాలు..: నానబెట్టి పొట్టు తీసిన బాదంపప్పును తింటే తేలిగ్గా జీర్ణమవుతుంది. మన శరీరానికి కావల్సిన ఆరోగ్యకరమైన కొవ్వులు సులభంగా లభిస్తాయి. బాదంపప్పును తినడం వల్ల విటమిన్ ఇ, రైబోఫ్లేవిన్, ఎల్-కార్నైటైన్ అనే పోషకాలు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇవి ఏకాగ్రత, జ్ఞాపకశక్తిని పెంచుతాయి. మెదడు యాక్టివ్ గా మారేలా చేస్తాయి. బాదంపప్పులో ఉండే మోనో అసోకాచురేటెడ్ కొవ్వులు, ఫైబర్, మెగ్నీషియం, పొటాషియం మన శరీరంలోని కొలెస్ట్రాల్ లెవల్స్ ను తగ్గిస్తాయి. దీంతో గుండె ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. ఈ పప్పును తింటుంటే బరువు తగ్గుతారు. పుగ్గరి లెవల్స్ నియంత్రిణలో ఉంటాయి. డయాబెటీస్ ఉన్నవారికి మేలు జరుగుతుంది. బాదంపప్పులో ఉండే విటమిన్ ఇ, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు చర్మాన్ని కాంతివంతంగా మారుస్తాయి. అలాగే శిరోజాలు ఆరోగ్యంగా ఉండేలా చేస్తాయి. ఇలా బాదంపప్పుతో అనేక ప్రయోజనాలను పొందవచ్చు.

నెయ్యితో యవ్వనం!



నెయ్యి.. ఆహారానికి కాదు, అందానికి మెరుగులు అడ్డుతుంది. ముఖ్యంగా.. చర్మ సంరక్షణలో దివ్యంగా పనిచేస్తుంది. నిత్యం యవ్వనంగా కనిపించేందుకు సాయపడుతుంది. ప్రతిరోజూ భోజనానికి ముందు ఒక చెంచా నెయ్యి తీసుకుంటే.. చర్మంలో అద్భుతమైన మార్పు కనిపిస్తుంది. చర్మం యవ్వనంగా కనిపించాలని, ముడతలు తగ్గించుకోవాలని.. యాంటీ ఏజింగ్ ఉత్పత్తులకు వేలకు వేల ఖర్చు చేస్తుంటారు. కానీ, నెయ్యి.. సహజంగానే కొల్లాజెన్ ఉత్పత్తిని ప్రేరేపిస్తుంది. యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా ఉండే నెయ్యి..

శరీరంలోని ఫ్రీ రాడికల్స్ తో పోరాడుతుంది. దీర్ఘకాలంలో చర్మాన్ని మెరుగుపరుస్తుంది. ఎలాంటి సింథటిక్ ఉత్పత్తులను ఉపయోగించకుండానే.. చర్మాన్ని యవ్వనంగా, దృఢంగా, కాంతిమంతంగా మార్చేస్తుంది. చలికాలంలో చర్మం పొడిబారకుండా.. ముఖం, పెదవులకు నెయ్యి రాసుకోవడం తాతమ్ముల కాలం నుంచే ఉన్నది. చర్మాన్ని తేమగా ఉంచడంలో నెయ్యి సాయపడుతుంది. ఇది చర్మ పొరల్లోకి చొచ్చుకుపోయి.. లోపలి నుంచి పునరుజ్జీవ శక్తిని అందిస్తుంది. సహజ మాయిశ్చరజ్జిలా పనిచేసి.. చర్మాన్ని మృదువుగా మారుస్తుంది. నెయ్యిలో లభించే విటమిన్ డి.. కొత్త కణాల పెరుగుదలకు తోడ్పడుతుంది. చర్మం ఎక్స్ ఫోలెలా యవ్వనంగా కనిపించేలా చూస్తుంది. నెయ్యిలో ఉండే యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, ఫ్యాటీ యాసిడ్స్.. కళ్ల కింద సల్లని వలయాలును దూరం చేస్తాయి. ముఖ వర్చస్సును పెంచుతాయి. నెయ్యిలోని యాంటీ ఇన్ ఫ్లేమేటరీ లక్షణాలు.. చర్మ సమస్యలను దూరం చేస్తాయి. చర్మం ఎర్రబడటం, దురద, మంటలను నివారించడంలో.. నెయ్యిలో ఉండే బ్యూటీక్ యాసిడ్ సమర్థంగా పనిచేస్తుంది.

“సేవా సంకల్ప అభియాన్”లో భాగంగా మొక్కలు నాటిస బజిపి జిల్లా అధ్యక్షులు..



ప్రత్యక్ష సాక్షి రంపకోడవరం

సమాజ సేవ, పర్యావరణ పరిరక్షణే ధ్యేయంగా సాగుతున్న “సేవా సంకల్ప అభియాన్” కార్యక్రమంలో భాగంగా భారతీయ జనతా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో మంగళవారం రంప పంచాయతీ పరిధిలోని ప్రముఖ రంప శివాలయ ప్రాంగణంలో ప్రత్యేక పారిశుధ్య మరియు మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఆలయ పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచడంతో పాటు ఆధ్యాత్మిక వాతావరణాన్ని పెంపొందించే లక్ష్యంతో ఈ కార్యక్రమం చేపట్టారు. ఇందులో భాగంగా శివాలయ ప్రాంగణం మరియు దాని చుట్టుపక్కల విపరీతంగా పెరిగిన తుప్పలు,

పిచ్చి మొక్కలను స్వచ్ఛందంగా తొలగించి శుభ్రం చేశారు. పరిసరాల క్షీనింగ్ అనంతరం ఆలయ ఆవరణలో వచ్చడన్నా పెంపొందించేందుకు ప్రతీకగా కొబ్బరి మొక్కలను నాటారు.

ఈ సందర్భంగా పోలవరం జిల్లా బిజెపి అధ్యక్షులు ఈక బుల్లి కొండలు మాట్లాడుతూ.. దేవాలయాల పరిసరాలను పరిశుభ్రంగా ఉంచుకోవడం మన అందరి బాధ్యతని, ప్రకృతిని కాపాడుకోవడంలో భాగంగానే మొక్కలు నాటే కార్యక్రమాన్ని చేపట్టామని తెలిపారు. బిజెపి గిరిజన మోర్చా రాష్ట్ర కార్యదర్శి కారం సీతారామన్న దొర (డిప్టీ బాబు) మాట్లాడుతూ సేవా సంకల్ప అభియాన్ ద్వారా రాష్ట్రంలో రోజుల్లో మరిన్ని సేవా కార్యక్రమాలను విస్తృతం చేస్తామని పేర్కొన్నారు.

ఈ కార్యక్రమంలో పోలవరం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి కుండ్ల కృష్ణ రెడ్డి రంపకోడవరం బిజెపి అధ్యక్షప్రధాన కార్యదర్శులు సోడి జంగం దొర, దాడి వీర గనిరాజు, బిజెపి జిల్లా నాయకులు తుర్రం బాబురావు, పిమ్మె శ్రీను, అదపా సతీష్ బుద్ధా త్రినాథ్, మండల కిసాన్ మోర్చా అధ్యక్షులు కారం చిన్నబ్రాయి దొర రంప పంచాయతీ ప్రతినిధులు, జరత వినోద్, కొమరం బుచ్చిరాజ్,ఆదిరెడ్డి, కొమరం శాంతి రాజు సేవా సంకల్ప అభియాన్ సభ్యులు, ఆలయ అర్చకులు మరియు స్థానిక భక్తులు, గ్రామస్థులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొని శ్రమదానం చేశారు.

అంగన్నాడీ సేవలకు బీజేపీ సలాం..!

సేవా సంకల్ప అభియాన్ లో సిబ్బందికి ఘన సన్మానం



లక్ష్మణ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంథని

చిన్నారుల భవిష్యత్తుకు బాటలు వేస్తూ, గర్విణులు, బాలింతలు, మహిళల ఆరోగ్య పరిరక్షణలో కీలక పాత్ర పోషిస్తున్న అంగన్నాడీ సిబ్బందికి భారతీయ జనతా పార్టీ ఆధ్వర్యంలో ఘన సన్మానం నిర్వహించారు. ప్రధాని నరేంద్ర మోదీ జన్మదినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని బీజేపీ కేంద్ర, రాష్ట్ర శాఖల అదేశాల మేరకు సెప్టెంబర్ 17 నుంచి అక్టోబర్ 17 వరకు దేశవ్యాప్తంగా నిర్వహిస్తున్న సేవా సంకల్ప అభియాన్లో భాగంగా మంథని పట్టణ బీజేపీ అధ్యక్షుడు సబ్బిని సంతోష్ అధ్వర్యంలో బోయినపేట 6వ వార్డులోని అంగన్నాడీ కేంద్రంలో ఈ కార్యక్రమం చేపట్టారు.

ఈ సందర్భంగా అంగన్నాడీ డీవర్ శ్రీపెరంబదూర్ జావ హరి కుమారి, అంగన్నాడీ ఆయమ్మను పూలమాలలు, శాలువాలతో ఘనంగా సత్కరించారు. చిన్నారులకు విద్యాభోధనతో పాటు వారి ఎదుగుదలను పర్యవేక్షించడం, పౌష్టికాహారం అందించడం, గర్విణులు, బాలింతలకు ఆరోగ్యంపై సూచనలు ఇవ్వడం, ఏఎన్ఎంలతో కలిసి టీకాల కార్యక్రమాలు నిర్వహించడం వంటి సేవలను అంగన్నాడీ సిబ్బంది అందిస్తున్నారని బీజేపీ నాయకులు తెలిపారు.

ప్రజల కుటుంబాలకు, ప్రభుత్వానికి మధ్య అనుసంధానకర్తలుగా అంగన్నాడీ సిబ్బంది అందిస్తున్న సేవలు అభినందనీయమన్నారు. వారికి నిర్వహించిన ఈ సన్మానం మరింత ఉత్సాహంతో సేవలు అందించేందుకు ప్రోత్సాహాన్ని ఇస్తుందని పేర్కొన్నారు. కార్యక్రమంలో బీజేపీ మహిళా కార్యకర్త, పట్టణ కార్యదర్శి దూడపాక రోజా, పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శి ఎడ్ల సాగర్ సతీమణి ఎడ్ల మౌనిక, బోయినపేట మహిళా సోదరీమణులు, అంగన్నాడీ చిన్నారులు, జిల్లా కౌన్సిల్ సభ్యుడు బోగోజా శ్రీనివాస్, పట్టణ మాజీ అధ్యక్షుడు బూడిద తిరుపతి, సీనియర్ నాయకులు రావత్రి సంతోష్, నారమళ్ల కృష్ణ, పట్టణ ప్రధాన కార్యదర్శులు ఎడ్ల సాగర్, సామల అశోక్, ఓబీసీ మోర్చా అధ్యక్షుడు గుడ్ల గురువేష్, పట్టణ కార్యదర్శి పార్వతి విష్ణు, రమేష్, శ్రీకాంత్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

విజేతలకు బహుమతులు అందజేత..

చైర్మన్ బిరుదు రాధాకృష్ణకు ఘనంగా సన్మానం..



ప్రత్యక్ష సాక్షి , సుల్తానాబాద్

సుల్తానాబాద్ స్పోర్ట్స్ క్లబ్ సహకారంతో సుల్తానాబాద్ ప్రభుత్వ జూనియర్ కళాశాల మైదానంలో రెండు రోజులుగా నిర్వహించిన పెద్దపల్లి జిల్లా ఎస్ఐఎఫ్ వాలీబాల్, కబడ్డీ, బో్, అథ్లెటిక్స్ పోటీలు మంగళవారం ఘనంగా ముగిశాయి. పెద్దపల్లి జిల్లాలోని వివిధ పాఠశాలలకు చెందిన విద్యార్థులు పోటీల్లో ఉత్సాహంగా పాల్గొని తమ ప్రతిభను చాటుకున్నారు. ముగింపు కార్యక్రమానికి ముఖ్యఅతిథిగా

మున్సిపల్ చైర్మన్ బిరుదు రాధాకృష్ణ హాజరై విజేతలకు బహుమతులు, ప్రశంసాపత్రాలు అందజేశారు.

ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ విద్యార్థులు చదువుతోపాటు క్రీడలపై ఆసక్తి పెంచుకోవాలని సూచించారు. క్రీడలతో శారీరక దారుఢ్యంతోపాటు క్రమశిక్షణ, ఆత్మవిశ్వాసం, నాయకత్వ లక్షణాలు పెంపొందుతాయని అన్నారు. ఎస్ఐఎఫ్ కార్యదర్శి కనుకుంటు లక్ష్మణ్ మాట్లాడుతూ.. విద్యార్థుల్లో దాగి ఉన్న క్రీడా ప్రతిభను వెలికితీసేందుకు ఎస్ఐఎఫ్ ఆధ్వర్యంలో వివిధ స్థాయిల్లో పోటీలు నిర్వహిస్తున్నామని తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా చైర్మన్ బిరుదు రాధాకృష్ణను ఘనంగా సన్మానించారు... జిల్లాస్థాయి పోటీల్లో ప్రతిభ కనబరిచిన క్రీడాకారులు తదుపరి స్థాయి పోటీల్లోనూ మెరుగైన ప్రదర్శన కనబరచాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో సుల్తానాబాద్ స్పోర్ట్స్ క్లబ్ అధ్యక్షుడు ముస్తాఫ రవీందర్, నోడల్ ఆఫీసర్ శోభారాణి, జోనల్ కన్వీనర్ దాసరి రమేష్, మండల కన్వీనర్ ప్రణయ్, సీనియర్ వ్యాయామ ఉపాధ్యాయులు, పీఈటీలు, విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

కమిషనర్ ను బదిలీ చేయాలని కౌన్సిల్ తీర్మానం..

డి ఆర్ స్వామి ప్రత్యక్ష సాక్షి రామకృష్ణపూర్

కాతనపల్లి మున్సిపాలిటీ సాధారణ కౌన్సిల్ సమావేశంలో మంగళవారం కమిషనర్ మురళీకృష్ణను బదిలీ చేయాలని కౌన్సిల్ సభ్యులు తీర్మానం చేశారు. చైర్ పర్సన్ సంధ్యారాణి తీర్మానాన్ని కౌన్సిల్ సభ్యులకు చదివి వినిపించారు. ఈ సందర్భంగా చైర్ పర్సన్ సంధ్యారాణి మాట్లాడుతూ కమిషనర్ అవినీతి ఆరోపణలు ఎదుర్కొంటున్నారని, ఇంటి నిర్మాణానికి అనుమతులు తీసుకున్న యజమానులకు నోటీసులు ఇస్తూ భయభ్రాంతులకు గురి చేస్తున్నారని ఆరోపించారు. కౌన్సిల్ సభ్యులకు ఇలాంటి సమాచారం ఇవ్వకుండా కమిషనర్ ఏకపక్ష నిర్ణయంతో పర్మిట్ తీసుకొని ఇండ్లు నిర్మించుకున్న ఇండ్లను కూల్చివేస్తానని ప్రజలను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తూ జెదిరిస్తున్నాడని వార్డులలో ఎలాంటి అభివృద్ధి పనులు జరగడం లేదన్నారు పారిశుధ్య పనులు చేయించడం లేదని ఇలాంటి కమిషనర్



కాతనపల్లి మున్సిపాలిటీకి వద్దని పాలకవర్గం చైర్ పర్సన్ వైస్ ,పర్సన్ కౌన్సిలర్ నిర్ణయం తీసుకొని ప్రభుత్వానికి సరెండర్ చేస్తూ ఏకగ్రీవంగా తీర్మానం ఆమోదించారు అధికారులు కమిషనర్ పై చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు.

ప్రశాంతంగా ముగిసిన మున్సిపల్ సాధారణ సమావేశం



శ్రీహరి ప్రత్యక్ష సాక్షి వేములవాడ

వేములవాడ మున్సిపల్ కార్యాలయంలో మున్సిపల్ చైర్మన్ పుల్లం రాజు అధ్యక్షతన మంగళవారం సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ సమావేశంలో 15 ఎజెండా అంశాలలో టేబుల్ ఎజెండా 8 అంశాలకు పాలక వర్గం ఆమోదం తెలిపారు. మున్సిపల్ పాలకవర్గ ఆధ్వర్యంలో వచ్చే నెలలో జరిగే నర్దుల బతుకమ్మ వేడుకలను ఘనంగా

నిర్వహించేందుకు ఆమోదం తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మున్సిపల్ చైర్మన్ పుల్లం రాజు మాట్లాడుతూ పాలక వర్గ సభ్యులు మరియు కోఆప్షన్ సభ్యులతో ఆక్టోబర్ నెలలో జరిగే సద్యల బతుకమ్మ వేడుకల గురించి చర్చించడం జరిగిందని అలాగే పట్టణంలో చేయాలైన అభివృద్ధి పనులపై ప్రజలకు కల్పించే చాల్చిన మౌలిక వసతులపై అధికారులు పాలకవర్గ సభ్యులు తో చర్చించడం జరిగిందన్నారు. అలాగే వార్డ్ ల లో సమస్యలపై కౌన్సిలర్లు అధికారుల దృష్టికి తీసుకువస్తే అధికారులు సమస్యను స్వతారమే పరిష్కరించాలని అధి కారులను ఆదేశించారు. ఈ సమావేశంలో పాలకవర్గ సభ్యులు మరియు కోఆప్షన్ సభ్యులు,వైస్ చైర్మన్ నరాల శేఖర్, కమిషనర్ లోకేష్, డి పి ఓ అభినవ్, పి.ఓ అన్నమ్, మేనేజర్ సంపత్ రెడ్డి, సానిటరీ ఇన్స్పెక్టర్ సుకుమార్, జూనియర్ అకౌంట్స్ ఆఫీసర్ శివ కుమార్,ఆర్ ఐ రాజేందర్, అధికారులు సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సుదా చైర్మన్ గా బీసీలకు అవకాశం ఇవ్వాలనీ ముఖ్యమంత్రికి బీసీ సంఘాల పక్షాన విజ్ఞప్తి..

ప్రత్యక్ష సాక్షి కరీంనగర్ టౌన్

నేడు కరీంనగర్ జిల్లా పర్యటనకు వచ్చే ముఖ్య మంత్రికి కరీంనగర్ జిల్లా సుదా చైర్మన్ గా బీసీలకే అవకాశం ఇవ్వాలని కరీంనగర్లోని బీసీ సంఘాల నాయకులు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ సందర్భంగా మంకమ్మ తోటలోని జిల్లా బీసీ సంక్షేమ సంఘ కార్యాలయంలో నెలవారం ముఖ్య కార్యకర్త టల సమావేశం ఏర్పాటు చేసినారు. ఈ సమావేశానికి ముఖ్య అతిథులుగా జిల్లా బీసీ సంక్షేమ సంఘం జిల్లా ప్రధాన కార్యదర్శి దొగ్గలి శ్రీధర్ , యువజన సంఘం అధ్యక్షులు మూదాసు సంజీవ్ హాజరై మాట్లాడుతూ కరీంనగర్ శాతవాహన అర్చన డెవలప్మెంట్ ఏర్పాటు నుండి ఇప్పటివరకు అగ్రపర్వాల వారికే చైర్మన్ గా అవకాశం ఇచ్చారు ఈసారి 50% పైగా ఉన్న బీసీలకు అవకాశం ఇవ్వాలని ముఖ్యమంత్రి గారిని కోరుతున్నాం కరీంనగర్ అసెంబ్లీ నుండి కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థిగా గత ఎన్నికలలో బీసీలకే అవకాశం ఇచ్చారు బీసీ రిజర్వేషన్లు స్థానిక సంస్థ లలో కల్పించాలని తీర్మానించి దాని కొరకు రాష్ట్ర స్థాయిలో కేంద్ర స్థాయిలో అనేక ఉద్యమాలు నిర్వహించి అలాగే కేంద్ర ప్రభుత్వనిర్వహించే కులగణంలో బీసీల జనాభా



తక్కించాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ దేశవ్యాప్తంగా ఉద్యమిస్తుంది కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం బీసీల పక్షపాతిగా వ్యవహరిస్తుంది కరీంనగర్ జిల్లాలోని అత్యంత ప్రతిష్టాత్మకమైన సుదా చైర్మన్ ను బీసీలకే కేటాయించాలని 50% ఉన్న బీసీల ఆకాంక్షను తీర్చాలని ముఖ్యమంత్రి గారిని కోరడం జరిగింది బుధవారం ముఖ్య మంత్రి పర్యటనలో దీనిపై ప్రకటన చేయాలని బీసీ సంఘాల పక్షాన కోరు తున్నాం అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఉపాధ్యక్షులు ఎడ్ల సురేందర్ జిల్లా కార్యదర్శి వాయిల రాజకుమార్ చింటూ పటేల్ తో పాటు బీసీ సంక్షేమ అనుబంధ సంఘాల నాయకులు పాల్గొన్నారు..

ఘనంగా “అంగారక చతుర్థి” వేడుకలు..

గణనాథున్ని దర్శించుకుని పునీతుడైన భక్తులు..



లక్ష్మణ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంథని

భాద్రపద మాసం శుక్లపక్షంలో మంగళవారం వచ్చిన అంగారక చతుర్థి ఎంతో విశిష్టత సంతరించుకుంది. వినాయక నవరాత్రుల ఉత్సవాల తర్వాత అంగారక చతుర్థి రావడం ఎంతో శ్రేష్టమైనది. మానవులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలన్నీ సంకష్టహర చతుర్థి దీక్షతో తొలగిపోతాయి. కొత్తగా చతుర్థి దీక్ష తీసుకునేవారు అంగారక చతుర్థి రోజున దీక్ష తీసుకోవడం ఎంతో శ్రేయస్కరం. అలాగే ఈ రోజున దీక్ష తీసుకున్న భక్తులు ఉద్యాపన చేసుకోవడం ఎంతో అనుకూలమైనది. భక్తులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలను అధికమించడానికి సంకష్టహర చతుర్థి రోజున ఉపవాస దీక్ష చేపట్టడం అనాదిగా పాటిస్తున్న నియమం. సంకష్టహర చతుర్థి రోజున శ్రీ విఘ్నేశ్వరుని పూజించి ఆలయంలో 21 ప్రదక్షిణలు చేసి మోదకులు

ఉండ్రాళ్ళు నైవేద్యంగా సమర్పిస్తే అన్ని సంకటాలు తొలగిపోతాయని భక్తుల ప్రగాఢ విశ్వాసం. శ్రావణమాసంలో వచ్చిన అంగారక చతుర్థి ఎంతో విశిష్టమైనది. మంథని పట్టణంలోని శ్రీ మహా గణపతి దేవాలయంలో సిద్ధి, బుద్ధి సమేతంగా కొలువుతీరిన గణనాథున్ని సంకష్టహర చతుర్థిని పురస్కరించుకొని మంగళవారం భక్తులు స్వామివారిని దర్శించుకున్నారు. గణపతికి ఇష్టమైన వారం మంగళవారం అలాగే నవగ్రహాల్లోని కుజ గ్రహ దోషం పోవాలన్న మంగళవారం వచ్చే అంగారక చతుర్థి రోజున “ఓం గం గణపతియై నమః “ అని స్మరిస్తూ విఘ్నేశ్వరున్ని దర్శించుకుంటే అన్ని సంకటాలు తొలగిపోతాయి. ప్రతి నెలలో పౌర్ణమి తర్వాత వచ్చే చవితి తిథి రోజున సంకష్టహర చతుర్థి వస్తుంది ఏడాదిలో ఒకసారి మంగళవారం వచ్చే చతుర్థి ని అంగారక అంటారు. ఈ రోజున రాత్రి 9 గంటలకు చంద్రోదయం అనంతరం స్వామివారికి పూజ చేసి భోజనం చేయడం ఎంతో శ్రేయస్కరం. ఈ రోజున ఉపవాస దీక్ష స్వీకరిస్తే జీవితంలో ఎదుర్కొంటున్న విజ్ఞాలన్నీ తొలగిపోతాయని భక్తుల ప్రగాఢ విశ్వాసం. ఈ సందర్భంగా శ్రీ మహాగణత దేవాలయాన్ని ఎంతో అందంగా అలంకరించారు. దేవతలలో మొట్టమొదట పూజించబడే ఎంతో విశిష్టత కలిగిన శ్రీ విఘ్నేశ్వరున్ని పూజించడం వల్ల అన్ని కష్టాలు తొలగిపోయి అంతా శుభం జరుగుతుందనే విశ్వాసంతో సంకష్టహర చతుర్థి దీక్షను స్వీకరిస్తారు. ఈ రోజున విఘ్నేశ్వరునికి ఇష్టమైన గరిక (దూర్వాలు) సమర్పించడం అలాగే 21 ఉండ్రాళ్ళు నైవేద్యంగా సమర్పిస్తే విఘ్నేశ్వరునికి ప్రీతిపాత్రలవుతారని అని శాస్త్రాల్లో పేర్కొనబడింది. ఈ రోజున చంద్రోదయం అనంతరం భోజనం చేయడం ఈ దీక్షలో ప్రధానంగా చెప్పుకోవచ్చు. ఆలయ పూజారి పల్లి రాము భక్తుల సౌకర్యార్థం అన్ని రకాల ఏర్పాట్లు చేశారు.

హామీలు అడిగితే అక్రమ కేసులా

మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్..

టి.సత్యనారాయణ గౌడ్ ప్రత్యక్ష సాక్షి మంథని

అధికారం కోసం ఇచ్చిన హామీలను అమలు చేయాలని అడిగితే అక్రమ కేసులు పెట్టించడం కాంగ్రెస్ పార్టీ కి అలవాటైనది మంథని మాజీ ఎమ్మెల్యే పుట్ట మధూకర్ అన్నారు. మంగళవారం పలు కేసులపై మంథని కోర్టులో నాయకులు,కార్యకర్తలతో హాజరైన ఆయన మాట్లాడుతూ మానీఫెస్టో కమిటీ చైర్మన్ మంథని ఎమ్మెల్యే మంత్రి మద్దిళ్ల శ్రీధర్ బాబు అగా గ్యూరంటీలు, 420హామీలు ఇచ్చి ప్రజలను మోసం చేశారని, హామీలు అమలు చేయాలని కోరితే అక్రమంగా కేసులు పెట్టేస్తూ ప్రతిపక్షాలను అణిచివేస్తున్నారని అన్నారు. రాష్ట్రంలో పాటు మంథనిలో నియంత పాలన కొనసాగుతుందని, ఇందుకు తమపై నమోదైన అక్రమ కేసులే నిదర్శనమని అన్నారు. మూడేళ్ల ప్రజాపాలనలో ప్రజలకు తీరిన అన్యాయమే జరుగుతుందని, ప్రశ్నించేవారి నోరు మూయించేలా పోలీసులను అడ్డం పెట్టుకుని భయభ్రాంతులకు గురి చేస్తున్నారని అన్నారు. ఎన్ని కేసులు పెట్టినా



ఎంత ఇబ్బంది పెట్టినా ప్రజల పక్షాన మానీఫెస్టోలోని హామీలు అమలు చేసే వరకు పోరాటం చేస్తానే ఉంటామని ఆయన ఈ సందర్భంగా స్పష్టంచేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పలు కేసులపై కోర్టుకు హాజరైన బిఆర్ఎస్ కార్యకర్తలు అడ్డుకేటే జంజర్ శేఖర్ కమాన్ పూర్ మాజీ మార్బల్ కమిటీ చైర్మన్ పూదరి సత్యనారాయణ గౌడ్, రత్నాపూర్ బిఆర్ఎస్ నాయకుడు ముక్తేర నదానందం గౌడ్,బిఆర్ఎస్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు

కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనారిటీ సెల్ పట్టణ అధ్యక్షునిగా అబ్దుల్ రజాక్..

శ్రీహరి ప్రత్యక్ష సాక్షి వేములవాడ

కాంగ్రెస్ పార్టీ మైనారిటీ సెల్ టౌన్ అధ్యక్షుడు గా నియామకమైన అబ్దుల్ రజాక్ జిల్లా కాంగ్రెస్ మైనార్టీ సెల్ వైస్ ప్రెసిడెంట్ గా నియామకమైన పాపిద్ పాపా ను సన్మానించి శుభాకాంక్షలు తెలియజేసిన మున్సిపల్ చైర్మన్ పుల్లం రాజు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు.

