

VASANTH KUMAR
Director

Victoria Consultants
Overseas Educational Services
Australia, Canada, U.K, U.S.A., New Zealand

1-10-3, Ashok Nagar, Hyderabad-50, INDIA
Ph: (9140) 27628194, 27674037
victoria.ashoknagar@gmail.com
www.victoriaoverseas.com

AAERI
OEAC No. E334

వజ్రవార్త

తెలుగు దినపత్రిక

Most On Your Domain
Hosting / Admin Panel
Page Builder / Social Links
Responsive Design
Advertisement Spaces
Search Engine Optimization
XML Sitemap
Automatic Software Updates

Publish Your Newspaper/Website Online
Contact Us : 9666136456

నోమవారం, జూన్ 3, 2023 వెల: 5 రూ/

సంపుటి: 4 సంఛిక: 36, పేజీలు - 08

Published from Hyderabad, Nalgonda, Karimnagar, Warangal, Khammam, Vijayawada, Vishakhapatnam, Tirupati

అరుణాచల్ లో బీజేపీ హ్యట్రిక్, సిక్కిం లో అధికార పార్టీ ప్రభంజనం

న్యూఢిల్లీ (ప్రశ్న స్వూస్) దేశవ్యాప్తంగా ఎన్నికల సందడి ముగియగా పార్టీలు, ప్రజలు, అభ్యర్థులు ఇక ఫలితాల గురించి వేచి చూస్తున్నారు. మరోవైపు ఇప్పటికే ఎగ్జిట్ పోల్స్ విడుదల కాగా గెలుపుపై ఎవరికి వారు ధీమాగా ఉన్నారు. అయితే తుది ఫలితాలు జూన్ 4 వ తేదీన వెల్లడి



6లో



కేజ్రీవాల సరెండర్

- ముగిసిన కేజ్రీవాల మధ్యంతర బెయిల్ గడువు
- తీహార్ జైల్లో లొంగిపోయిన ఢిల్లీ సీఎం
- ఈడీ అభ్యర్థన మేరకు కోర్టు జూన్ 5 వరకూ జుడీషియల్ కస్టడీ పొడిగింపు

న్యూఢిల్లీ (ప్రశ్న స్వూస్) బెయిల్ గడువు ముగిసిన క్రమంలో ఢిల్లీ ముఖ్యమంత్రి అరవింద్ కేజ్రీవాల తీహార్ జైల్లో లొంగిపోయారు. అంతకు ముందు రాజ్ పూట్ కి వెళ్లి మహాత్మా గాంధీకి నివాళులు అర్పించారు. కన్పాల్ ప్లెన్ లో హనుమాన్ ఆలయాన్ని సందర్శించారు. ఆ తరువాత జైలుకి వెళ్లారు. ఆ వెంటనే ఢిల్లీ రౌజ్ అవెన్యూ



6లో

గత పదేళ్లలో వందేళ్ల విధ్వంసం

- రాష్ట్ర సంపద మొత్తం వారి చేతుల్లోనే - ఘనంగా రాష్ట్ర ఆవిర్భావ వేడుకలు
- గుడ్ న్యూస్ చెప్పిన సీఎం రేవంత్ - ఇళ్లు లేని పేదలకు రూ. 5 లక్షల ఆర్థిక సాయం

వర్షంలోనే తెలంగాణ దశాబ్ది వేడుకలు

- హాజరైన గవర్నర్, సీఎం
- ట్యాంక్ బండ్ పై అంబరాన్నంటిన సంబరాలు



హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వూస్) తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఆధ్వర్యంలో రాష్ట్ర ఆవిర్భావ వేడుకలు ఘనంగా జరిగాయి. ముందుగా గవర్నర్ వద్ద అమరవీరులకు నివాళులర్పించిన సీఎం రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రులు ఆ తర్వాత పరేడ్ గ్రౌండ్ లో ఏర్పాటు చేసిన ఉత్సవాల్లో పాల్గొన్నారు. అక్కడ పతాకావిష్కరణ అనంతరం సీఎం రేవంత్ పోలీసుల నుంచి గౌరవ వందనం స్వీకరించారు. ఆ తర్వాత ప్రముఖ కవి అంద్రేజ్ రచించిన తెలంగాణ రాష్ట్ర గీతం 'జయ జయ హే తెలంగాణ' గేయాన్ని ఆవిష్కరించారు. అనంతరం సుదీర్ఘంగా ప్రసంగించిన సీఎం రేవంత్ పదేండ్ల పాలనలో తెలంగాణ వందేళ్ల విధ్వంసానికి గురైనది ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. అది ఖాళీక విధ్వంసం మాత్రమే కాదు తెలంగాణ మూల స్వభావమైన స్వేచ్ఛ పై దాడి జరిగిందని విమర్శించారు. సామాజిక న్యాయం మేడిపండు చుండంగా మారినది ప్రజలందరికీ చెందాల్సిన రాష్ట్ర సంపద గుప్పెడు మంది చేతుల్లోకి చేరిందని ఆరోపించారు. తెలంగాణ సంస్కృతి సాంప్రదాయాల విధ్వంసానికి గురయ్యాయి. ఆర్థిక

విధ్వంసం సంగతి చెప్పనక్కర్లేదని అన్నారు. ప్రజలే, ప్రజల కోసం, ప్రజల చేత ఎన్నుకోబడిన ప్రభుత్వం ఇప్పుడు తెలంగాణలో ఉందని ఈ ప్రజా ప్రభుత్వంలో జరుపుకుంటున్న మొదటి ఆవిర్భావ దినోత్సవం ఇదని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు. అందుకే ఈ ఆవిర్భావ దినోత్సవానికి చరిత్రలో ప్రత్యేక స్థానం ఉంటుందని అన్నారు. పరేడ్ గ్రౌండ్ లో నిర్వహించిన తెలంగాణ ఆవిర్భావ పడో వార్షికోత్సవంలో ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ జాతీయదేశీయ ప్రసంగించారు. ఉత్సవాలకు సోనియా గాంధీని ఆహ్వానించడాన్ని కొందరు తప్పుబడుతున్నారు. బిడ్డ ఇంట్లో శుభకార్యానికి తల్లికి ఆహ్వానించడం కోసం బిడ్డకు అనుమతి కావాలా? ఏ హోదాలో ఏ పదవిలో ఉన్నారని మహాత్మాగాంధీని జాతి పితగా గుర్తుంచుకున్నారా? తెలంగాణ చరిత్ర ఉన్నంత వరకు ఈ సమాజం సోనియాను గుర్తుంచుకుంటుంది. తెలంగాణలో సోనియా గాంధీని పేగు బంధం, రాజకీయ బంధం కాదు. తెలంగాణ వచ్చి పదేళ్లయినా

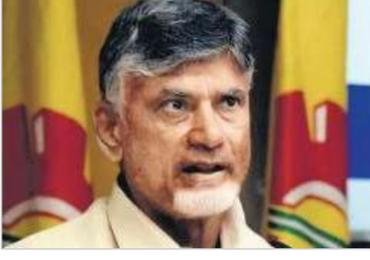
రాష్ట్ర గీతం లేదు. అందుకే జయజయ హే తెలంగాణ గీతాన్ని రాష్ట్ర గీతంగా ఉంచాలని నిర్ణయించాం. అంద్రేజ్ రాసిన గీతాన్ని రాష్ట్ర గేయంగా ఉంటుందని విశ్వసించి ఆ గీతాన్ని సగర్వంగా ప్రకటిస్తున్నాం. తెలంగాణ చిహ్నం జాతి చరిత్రకు అద్దం పట్టింది. జాతి చరిత్ర అందులోనే ప్రతిబింబిస్తుంది. తెలంగాణ అంటేనే ధిక్కారం, పోరాటం అందుకే రాష్ట్ర అధికారికి చిహ్నంలో ధిక్కారం, పోరాటం ప్రతిబింబించాలి. అందుకే ఆ సూచనలకు అనుగుణంగా కొత్త చిహ్నం రూపొందిస్తున్నాం. ప్రజల ఆకాంక్షల మేరకు టీఎస్ ను టీజీగా మార్చు చేశాం. సగటు గ్రామీణ మహిళా రూపమే తెలంగాణ తల్లిగా ఉండాలి. తెలంగాణ తల్లి అంటే కష్టజీవి, కరుణామూర్తి వీటితో తెలంగాణ తల్లి రూపానికి పునరుజ్జీవం పోస్తాం" అని రేవంత్ రెడ్డి అన్నారు.

గ్రూప్ - 1 నోటిఫికేషన్
తెలంగాణలో ఉద్యోగ నోటిఫికేషన్లు

6లో

విపీలా కోటమికి తిరుగులేని విజయం

- కౌంటింగ్ రోజు వైసీపీ కుట్రల్ని తిప్పికొట్టాలి



అమరావతి (ప్రశ్న స్వూస్) ఏపీ అసెంబ్లీ, లోక్ సభ ఎన్నికల ఫలితాల్లో తమ కూటమి తిరుగులేని విజయం సాధించినది టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు నాయుడు ధీమా వ్యక్తం చేశారు. కౌంటింగ్ రోజు చాలా అప్రమత్తంగా ఉంచాలని, వైసీపీ కుట్రలను తిప్పికొట్టాలని పార్టీ శ్రేణులకు సూచించారు. మూడు పార్టీల నేతలు, కార్యకర్తలు కూటమి విజయం కోసం మంచి సమన్వయంతో పనిచేశారని కితాబిచ్చారు. బీజేపీ రాష్ట్ర అధ్యక్షురాలు పురంధేశ్వరి, జనసేన అధినేత పవన్ కళ్యాణ్ తో పాటు నేతలు, కార్యకర్తలు బాగా కష్టపడ్డారన్నారు.

కూటమి ఎంపీ, ఎమ్మెల్యే అభ్యర్థులకు చంద్రబాబు పలు శాస్త్రాత్మకాలు

టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు ఆదివారం కూటమి ఎమ్మెల్యే, ఎంపీ అభ్యర్థులతో జూమ్ కాలి వీడియో కాన్ఫరెన్స్ నిర్వహించారు. జూన్ 4న ఎన్నికల కౌంటింగ్ ప్రక్రియలో

వాహనదారులకు బ్యాడ్ న్యూస్

- పెరిగిన టోల్ ఛార్జీలు



హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వూస్) వాహనదారులకు బ్యాడ్ న్యూస్ బోల్ ఛార్జీలు భారీగా పెరిగాయి. పెరిగిన టోల్ ఛార్జీలు నేటి ఆదివారం అర్ధరాత్రి నుంచి (సాంకేతికంగా జూన్ 3 నుంచి) అమలు కానున్నాయి. సాధారణంగా అయితే ఏటా ఏప్రిల్ 1వ తేదీన టోల్ ఫీజులను పెంచుతుంటారు. ఈసారి దేశంలో సార్వత్రిక ఎన్నికల నేపథ్యంలో టోల్ ఛార్జీలు పెంపును వాయిదా వేయాలని ఎన్ హెచ్ డిఎస్ ను ఎన్నికల

ఇచ్చిన మాట నిలబెట్టుకున్న కేసీఆర్

- కానిస్టేబుల్ కిష్టయ్య కూతురికి ఆర్థిక సాయం
- ఎంటిటిఎస్ చదివించటమే కాకుండా పీజీ కోర్సుకు ఆర్థిక మద్దతు
- కిష్టయ్య కుటుంబంతో కలిసి భోజనం చేసిన కేసీఆర్



హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వూస్) తెలంగాణ అవతరణ దినోత్సవం వేళ బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకుని గొప్ప మనసు చాటుకున్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధన కోసం తన ప్రాణాలను అర్పించిన అమరుడు కానిస్టేబుల్ కిష్టయ్య కుటుంబానికి కేసీఆర్ మరోసారి అండగా నిలిచారు. కిష్టయ్య ప్రాణత్యాగంతో కుటుంబ పెద్దను కోల్పోయిన కుటుంబానికి అండగా ఉంటానని మాట ఇచ్చిన కేసీఆర్ ఇచ్చిన మాటను నిలబెట్టుకుంటూ వస్తున్నారు.

6లో

మన ప్రత్యర్థులు దేశికైనా సమర్థులు

- కౌంటింగ్ వేళ ఏజెంట్లు అప్రమత్తంగా ఉండాలి

తాదేవల్లి (ప్రశ్న స్వూస్) వ్యవస్థలను మెనేజ్ చేయడంలో టీడీపీ అధినేత చంద్రబాబు అరితేరిన వ్యక్తి అని, జూన్ 4న ఓట్ల లెక్కింపు రోజున కుట్ర జరిగి అవకాశం ఉందని వైఎస్సార్ టీడీపీ ప్రధాన కార్యదర్శి సజ్జల రామకృష్ణారెడ్డి అనుమానాలు వ్యక్తం చేశారు. ఎన్ని కుట్రలు, అక్రమాలు చేసినా గెలిచేందుకు కూటమి నేతలు



ప్రయత్నిస్తారని సజ్జల ఆరోపించారు.

6లో

అధికారం లేకున్నా ప్రజల కోసం పని చేయాలి

- గులాబీ జెండా పుట్టించే తెలంగాణ రక్షణ కోసమన్న కేసీఆర్

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వూస్) ఎన్నికల్లో గెలుపొటములు సహజమని.. అధికారంలో ఉన్నా లేకున్నా ప్రజల కోసం పని చేయాలని బీఆర్ఎస్ అధినేత, మాజీ సీఎం కేసీఆర్ అన్నారు. హైదరాబాద్ లోని తెలంగాణ భవన్ లో నిర్వహించిన రాష్ట్ర అవతరణ దశాబ్ది వేడుకల్లో ఆయన మాట్లాడారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర ప్రజలందరికీ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. మనమే మనమే ప్రతి ఒక్కరికి శుభాకాంక్షలు చెప్పుకోవాలని అన్నారు. కొన్ని క్షణాల చాలా గొప్పగా



6లో

పోస్టల్ బ్యాలెట్లపై సుప్రీంను ఆశ్రయించిన వైసీపీ

- పోస్టల్ బ్యాలెట్ల అంశంలో ఏపీ హైకోర్టులో వైసీపీకి ఎదురుదెబ్బ
- ఈసీ ఉత్తర్వుల్లో జోక్యం చేసుకోలేమన్న ఏపీ హైకోర్టు
- సుప్రీంకోర్టులో కేసులు దాఖలు చేసిన వైసీపీ

అమరావతి (ప్రశ్న స్వూస్) పోస్టల్ బ్యాలెట్లపై ఆర్డీ సీల్ విషయంలో ఏపీ హైకోర్టులో ఎదురుదెబ్బ తిన్న వైసీపీ సుప్రీంకోర్టును ఆశ్రయించింది. పోస్టల్ బ్యాలెట్ డిక్రీషన్ ఫారం-13పై ఆర్డీ సంతకం, స్థాంపు, హోదా విషయాల విషయంలో ఈసీ వాదనలను సమర్థిస్తూ శనివారం ఏపీ హైకోర్టు తీర్పు వెలువరించిన సంగతి తెలిసింది. ఈసీ ఉత్తర్వుల్లో తాము జోక్యం చేసుకోలేమని స్పష్టం చేసింది. ఈ నేపథ్యంలో, ఏపీ హైకోర్టు తీర్పును సవాల్ చేస్తూ వైసీపీ సుప్రీంకోర్టులో



6లో

హైదరాబాద్ లో ఏపీకి తెగిన బంధం

హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వూస్) ఆంధ్రప్రదేశ్-తెలంగాణ మధ్య పదేళ్లపాటు కొనసాగిన ఉమ్మడి బంధానికి తెరపడింది. తెలంగాణ, ఏపీగా ఆంధ్రప్రదేశ్ విడిపోయిన తర్వాత రాజధాని లేని విభజిత ఏపీకి హైదరాబాద్ ను పదేళ్లపాటు ఉమ్మడి రాజధానిగా కొనసాగిస్తూ కేంద్రం ప్రకటించింది. ఈ గడువు జూన్ 1తో ముగిసింది. ఇకపై హైదరాబాద్ తెలంగాణకు శాశ్వత రాజధానిగా కొనసాగుతుంది. విభజన చట్టంలోని సెక్షన్-8 ప్రకారం హైదరాబాద్ ఉమ్మడి రాజధాని

6లో

శ్రీశైల క్షేత్రంలో శాశ్వత అన్నప్రసాద వితరణకు కు రూ. లక్ష విరాళం

దాతకు బాండు అందజేస్తున్న ఆలయ సహాయ కార్యనిర్వాహణాధికారి

కార్యనిర్వాహణాధికారి



శ్రీశైలం(ప్రశ్న న్యూస్) శ్రీశైల మహాక్షేత్రంలో భక్తుల సౌకర్యార్థం శ్రీశైల దేవస్థానం నిర్వహిస్తున్న శాశ్వత అన్నప్రసాద వితరణ కు కర్ణాటక వాస్తవ్యులు దేవిరెడ్డి 1,00,000/-విరాళాన్ని ఆలయ సహాయ కార్యనిర్వాహణాధికారి ఎం . ఫణిధర్ ప్రసాద్ కు అందజేశారు. దాతకు స్వామి అమ్మవార్ల దర్శనం దేవస్థానం తరపున స్వామి అమ్మవార్ల శేష పర్రాయి లద్దూ ప్రసాదం

ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ ఆధ్వర్యంలో ఉచిత మెగా వైద్య శిబిరం



శేరిలింగంపల్లి (ప్రశ్న న్యూస్) ఆదివారం బిహెచ్ఎల్ టౌన్షిప్ లో గల శిరిడి సాయిబాబా దేవాలయ కమ్యూనిటీ హాల్ లో స్టార్ హాస్పిటల్ వారి సౌజన్యంతో ఉచిత మెగా వైద్య శిబిరం ఏర్పాటు చేసిన ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్, ఉదయం 9 గంటల నుండి మధ్యాహ్నం 2 గంటల వరకు ఉచిత వైద్య శిబిరం నిర్వహించారు. ఈ శిబిరంలో 140 మందికి ఎక్స్, బి, రక్తపోటు, షుగర్, పల్స్, దంత, ఎముకల పరీక్షలతో పాటు ఈసీజీ మొదలగు పరీక్షలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా డాక్టర్ ఆదిత్య కార్యాలయజన్మ మాట్లాడుతూ మారిన జీవనశైలిలో పర్యావరణంలో వస్తున్న అనేక మార్పుల వల్ల ప్రజలు అనేక వ్యాధులకు గురవుతున్నారు అని అన్నారు. ప్రతి ఒక్కరు నిత్యం వ్యాయామం, యోగా, ధ్యానము, సడక వంటివి కనీసం 40 నిమిషాలు చేయాలి. సాధ్యమైనంత వరకు తాజా ఆకుకూరలు, సీజనల్ ఫ్రూట్స్, పాలు, చేపలు, గ్రుడ్లు, తృణధాన్యాలు, డ్రై ఫ్రూట్స్ వంటి ఫ్యాకాహారం తీసుకోవాలి అని తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిహెచ్ఎల్ కమిటీ సభ్యులు గుప్తా, ఫణిధర్, మాధవరావు, విఠల్, ఫ్రెండ్స్ వెల్ఫేర్ అసోసియేషన్ సభ్యులు జనార్దన్, పాలం శ్రీను, ధర్మసాగర్, నాగమణి, భాస్కర్, శాంతకుమారి, తార, లతాగుప్తా, స్టార్ హాస్పిటల్ సిబ్బంది డాక్టర్ అభి, డాక్టర్ అనిత, డాక్టర్ సవీన్ జుట్టల, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ కీర్తి ప్రతిష్టలు ప్రజ్వలిల్ల పనిచేయాలి: డాక్టర్. రాజేశం



అమీర్ పేట్(ప్రశ్న న్యూస్) స్వరాష్ట్ర కల సాకారమై అభివృద్ధి ఫరంట్ ముందుకు సాగుతున్న తెలంగాణ రాష్ట్రం మరింత అభివృద్ధి చెందాలని రాష్ట్ర క్షయ శిక్షణా కేంద్రం డైరెక్టర్ డాక్టర్ రాజేశం అంకాంబించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవ సందర్భంగా రాష్ట్ర క్షయ శిక్షణా కేంద్రంలో జాతీయ పతాకాన్ని ఆవిష్కరించిన అనంతరం మాట్లాడుతూ గత పది సంవత్సరాలలో తెలంగాణ రాష్ట్రం ఎంతో ప్రగతిని సాధించింది తెలిపారు. ఇక ప్రతి ఉద్యోగి తెలంగాణ కీర్తి ప్రతిష్టలు ప్రజ్వలిల్లే విధంగా పని చేయాలని వచ్చే 2025 వరకు క్షయ వ్యాధి నిర్మూలన కోసం సిబ్బంది రెడ్డించిన ఉత్సాహంతో పని చేయాల్సిన అవసరం ఎంతైనా

ఉందని గుర్తుచేశారు. ఇప్పటికే జాతీయ స్థాయిలో క్షయ నియంత్రణ కార్యక్రమంలో తెలంగాణ 5వ స్థానంలో ఉంది తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో రాష్ట్ర క్షయ శిక్షణ కేంద్ర సిబ్బంది, జిల్లా క్షయ నియంత్రణ కేంద్రం సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

శేరిలింగంపల్లి జోనల్ కార్యాలయంలో ఘనంగా రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవం

- జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించిన కమిషనర్ సేహా శబరిశ



శేరిలింగంపల్లి (ప్రశ్న న్యూస్) శేరిలింగంపల్లి జోనల్ కార్యాలయంలో ఆదివారం తెలంగాణ రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవ వేడుకలు ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా జోనల్ కమిషనర్ సేహా శబరిశ హెచ్ఎస్ఎస్ అధికారులతో కలిసి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించి జనగణమన జాతీయగీతం ఆలపించారు. తెలంగాణ ప్రత్యేక రాష్ట్ర ఏర్పాటులో ఉద్వేగం బాట పట్టి అనుభలు బాసిన అమరవీరుల త్యాగాలను స్మరించుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో శేరిలింగంపల్లి కార్పొరేటర్ రాగం నాగేందర్ యాదవ్ ఉన్నారు.

కిష్కాపూర్ గ్రామం లో బిఆర్ఎస్ పార్టీ జెండాను ఆవిష్కరించిన..!!

- గ్రామ అధ్యక్షుడు సుధాకర్ గౌడ్



మెడక్ ప్రతినిధి (ప్రశ్న న్యూస్) కొల్వారం మండల పరిధిలోని పలు గ్రామాలలో ఆదివారం నాడు తెలంగాణ ఆవిర్భావ దినోత్సవ సందర్భంగా బిఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు ఘనంగా తెలంగాణ జెండాను ఆవిష్కరించారు ఈ సందర్భంగా కిష్కాపూర్ గ్రామంలో గ్రామ సర్పంచ్ తాజా మాజీ తిరునగరి గోదావరి వెంకట రాములు అధ్యక్షులతో బిఆర్ఎస్ పార్టీ గ్రామ అధ్యక్షుడు నాగుల పాల్ గ్రామ సుధాకర్ గౌడ్ జెండాను ఎగరవేశారు అమరవీరుల త్యాగాలను స్మరించుకుంటూ నినాదాలు చేశారు ఈ సందర్భంగా గ్రామ అధ్యక్షుడు మాట్లాడుతూ తెలంగాణ స్వరాష్ట్రం సాధించుకొని పది సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా తెలంగాణ ఉద్యమ నేత తెలంగాణ మొట్టమొదటి మాజీ ముఖ్యమంత్రి కె చంద్రశేఖర్ రావు త్యాగం వల్లనే తెలంగాణ స్వరాష్ట్రం సాధించుకున్నాం తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని బంగారు తెలంగాణగా తీర్చిదిద్దిన ఘనత కేవలం తెనిఆర్ దే నని కొనియాడారు ఈ పది సంవత్సరాలు కాలంలో తెలంగాణ రాష్ట్రంలో ఎనలేని విధంగా అభివృద్ధి పడంలో కానీ సంక్షేమ ఫలం లో గాని ఏ రాష్ట్రంలో లేని అభివృద్ధి కేవలం తెలంగాణ రాష్ట్రంలోని అభివృద్ధి చేసిన ఘనత కేవలం తెనిఆర్ దే అని గ్రామ అధ్యక్షుడు సుధాకర్ గౌడ్ తెలిపారు ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామ మాజీ తాజా సర్పంచ్ గోదావరి వెంకటరాములు, ఉప సర్పంచ్ కొండపూర్ కిష్కయ్య, బిఆర్ఎస్ పార్టీ యువజన గ్రామ అధ్యక్షుడు పరిగంఠం నాగరాజు, గ్రామ సోషల్ మీడియా ఇంచార్జ్ మాల్కా సరేందర్, బిఆర్ఎస్ పార్టీ సీనియర్ నాయకులు శేరిపల్లి రాజయ్య, మాల సుధాకర్, శేరిపల్లి ప్రశాంత్, వార్డు మెంబర్ దూడేకుల వాయుధే, చింతకాయల కిషన్, పసుల మల్లేష్, సాదుల సత్యనారాయణ, బిఆర్ఎస్ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

జిల్లా ఎస్పీ బాలస్వామి చేతుల మీదిగా ఉత్తమ సేవ పథకం అందుకున్న కొల్వారం ఎస్పి మహమ్మద్ గౌస్



మెడక్ ప్రతినిధి (ప్రశ్న న్యూస్) తెలంగాణ రాష్ట్ర దశాబ్ది ఉత్సవాల పతాకావిష్కరణ సందర్భంగా మెడక్ జిల్లా పోలీసు కార్యాలయంలో జిల్లా ఎస్.పి.డా.శ్రీ.బి.బాలస్వామి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించి జాతీయ గీతాపాసన చేసారు. అనంతరం జిల్లా ఎస్.పి. మాట్లాడుతూ. ముందుగా అందరికీ తెలంగాణ రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. 2014, జూన్ 2న, అధికారికంగా తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడింది తెలంగాణ రాష్ట్రం నేటితో పదేళ్లు పూర్తి చేసుకుందన్నారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర భవిష్యత్తుకు బలమైన పునాది వేయడంలో పోలీస్ శాఖ సిబ్బంది మనస్ఫూర్తిగా కర్తవ్య నిర్వహణ చేయాలని ఆయన కోరారు. తెలంగాణ అమరవీరుల త్యాగ పరితపా తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పాటైంది, ఎంతో మంది గొప్ప, గొప్ప వ్యక్తులు తమ ప్రాణాలను సహితం రెక్క చేయకుండా తెలంగాణ రాష్ట్ర సాధనకు అలుపుకుని కృషి చేసారు అన్నారు . అదే విధంగా పోలీసు శాఖ లో పనిచేసే ప్రతి ఒక్క పోలీసు సిబ్బంది తమ వంతు బాధ్యతగా ప్రజా రక్షణే కర్తవ్యం.. ప్రజల సేవయే ధ్యేయంగా పనిచేస్తూ తెలంగాణ పోలీసు సేవలను ప్రజలకు అందించి తెలంగాణ పోలీసుకు మరియూ జిల్లా పోలీసు శాఖకు మరింతగా మంచి పేరు వచ్చేవిధంగా పనిచేయాలని అన్నారు, అదేవిధంగా కలిసి కట్టుగా పనిచేసి జిల్లా పోలీసు శాఖకు మంచి పేరు ప్రతిష్టలు తీసుకు రావాలని సిబ్బందికి సూచించారు, జిల్లాలో ఉత్తమ పనితీరు కనభరించిన డి.ఎస్.పి శ్రీ.కె.సైదులు, కొల్వారం ఎస్.పి శ్రీ.గౌస్, బి మల్లప్ప 95% తూప్రాన్ , ఎస్.రవీందర్ హెడ్ కానిస్టేబుల్ అల్లాదుర్గ్ , యం.అశోక్ 95% హెడ్ కాంటర్ , యం.డి.షాహాద్ అల్ 95% హెడ్ కాంటర్ , యం.డి. ఫనియద్దీన్ 95% హెడ్ కాంటర్ ఎస్.పి.డా.శ్రీ.బి.బాలస్వామి చేతుల మీదుగా సేవా పతకాలను అందుకున్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా ఎస్.పి.తో పాటు, జిల్లా మెడక్ శ్రీ.డా.రాజేశ్ , ఎస్.బి. సి.బి.శ్రీ.నందీప్ రెడ్డి , ఆర్.ఐ. శ్రీ.నాగేశ్వర్ రావ్ , సి.బి లు జిల్లా పోలీస్ ప్రధాన కార్యాలయ సిబ్బంది, ఎస్.బి. సిబ్బంది, డి.సి.ఆర్.బి. సిబ్బంది మరియు బి.టి. కోర్ సిబ్బంది పాల్గొన్నారు.

విద్యార్థి అమరుల త్యాగ ఫలితమే తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావం

- హైదరాబాద్ సంక్షేమ మండలి చైర్మన్ పులి అమ్మత్ గౌడ్



శేరిలింగంపల్లి (ప్రశ్న న్యూస్) విద్యార్థి అమరుల త్యాగ ఫలితమే తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావమని గ్రేటర్ హైదరాబాద్ సంక్షేమ మండలి చైర్మన్, సీనియర్ జర్నలిస్ట్ పులి అమ్మత్ గౌడ్ అన్నారు. రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకొని ఆదివారం గ్రేటర్ హైదరాబాద్ సంక్షేమ మండలి అధ్యక్షులతో మదీనగూడలో తెలంగాణ రాష్ట్ర దశాబ్ది ఉత్సవాలు ఘనంగా నిర్వహించారు. గ్రేటర్ హైదరాబాద్ సంక్షేమ మండలి సభ్యులు మొదట తెలంగాణ అమరవీరులకు నినాదాలనిచ్చారు. అనంతరం పులి అమ్మత్ గౌడ్ శ్రీపర్ణ ప్రతాపాన్ని ఎగరవేశారు. ఈ సందర్భంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర గీతాన్ని ఆలపించారు. ఈ కార్యక్రమం లో అమ్మత్ గౌడ్ తో పాటు హైదరాబాద్ సంక్షేమ మండలి సభ్యులు, షేక్ భాజీ, బి.నరేష్, ముస్తఫా, శ్రీను, రత్నం రెడ్డి, సర్పంచిలు, పులి అశోక్ గౌడ్, షోయబ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సూపర్ స్పెషాలిటీ స్టాయిలో ప్రభుత్వ జనరల్ హాస్పిటల్లో న్యూరో సర్జరీ సేవలు



నిజామాబాద్ (ప్రశ్న న్యూస్) నిజామాబాద్ జిల్లా జిజిహెచ్ లో నిర్వహించిన మీడియా సమావేశంలో సూపర్ ఇంటెండెంట్ డాక్టర్ ప్రతిమా రాజ్ మాట్లాడుతూ ఈ ఆస్పత్రిలో రెండు నెలల క్రితం న్యూరో సర్జరీ సేవలు ప్రారంభించామని ఇప్పుడు సూపర్ స్పెషాలిటీ సేవలను అందిస్తున్నామని తెలిపారు. ఇది వరకు తెలంగాణలో హైదరాబాద్, వరంగల్ లో మాత్రమే న్యూరో శస్త్ర చికిత్సలను నిర్వహించేవారని ఇప్పుడు మన నిజామాబాద్లో కూడా ఈ సేవలను అందిస్తున్నామని తెలిపారు. గత రెండు నెలల నుండి దాదాపు 20 మందికి ఈ న్యూరో శస్త్ర చికిత్సలను, డాక్టర్ వెంకట రమణారెడ్డి , డాక్టర్ మరియం శస్త్ర చికిత్స నిపుణుల ఆధ్వర్యంలో జరిపించడం జరిగిందని ఇందులో ఇద్దరి చిన్నారులకు న్యూరో శస్త్ర చికిత్సను జరిపించామని, మన జిల్లాలో వారికే కాక ఇతర రాష్ట్రాల నుంచి వచ్చిన వారికి సరియైన ఆధారాలు లేకపోయినా కూడా వారికి శాస్త్ర చికిత్సలను చేయించడం జరిగిందని తెలిపారు. ఈ శస్త్ర చికిత్స చేయించుకున్న కొంతమంది పేషెంట్లు ఆసుపత్రికి వచ్చి ఇక్కడ సేవలు బాగున్నాయని, ఈ శస్త్ర చికిత్సలకు ప్రైవేటు ఆసుపత్రి లో సుమారు 3 నుండి 7 లక్షల రూపాయల ఖర్చు తో కూడుకున్న వైద్యాన్ని మాకు ఇక్కడ ఆరోగ్యశ్రీ పథకం ద్వారా ఉచితంగా నిర్వహించిన సూపరింటెండెంట్ మేడం కి, ఇతర వైద్యులకు హృదయపూర్వక ధన్యవాదాలు తెలుపుతూ చాలా హర్షం వ్యక్తం చేశారు.

తెలంగాణ రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్న ఊరువాడ



ధర్మశ్రీ(ప్రశ్న న్యూస్) నిజామాబాద్ జిల్లా ధర్మశ్రీ మండల కేంద్రంలో రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవాన్ని ఘనంగా జరుపుకున్న ధర్మశ్రీ ఎమ్మార్సీ మాజీ ఎమ్మార్సీ కార్యాలయంలో జరుశంకర్, తెలంగాణ తల్లి ఫోటోలకు ముందుగా కొబ్బరికాయలు కొట్టి ఫూజులు నిర్వహించి కరెక్టు 8:30



గంటలకు జెండా ఆవిష్కరణ చేసి సిబ్బందితో కలిసి పండుగ వాతావరణం లో ఘనంగా జరుపుకున్నారు. అలాగే మండల ప్రజా పరిషత్ కార్యాలయంలో ఎంపీపీ నల్లసానిక హనుమంట్ రెడ్డి చేతుల మీదుగా కొబ్బరికాయలు కొట్టి ఫూజులు నిర్వహించి జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో నల్ల సానిక హనుమంట్ రెడ్డి, బిఆర్ఎస్ మండల మాజీ అధ్యక్షులు నల్ల హనుమంట్ రెడ్డి ఎంపీడీవో బాలకృష్ణ, జియెమ్ మహిళా అధ్యక్షురాలు లావణ్య, కోఆర్డినేటర్ నెంబర్ అబ్దుల్ మజీద్, ఏపిఎం సునీత, ఎంపీడీసీ పెండ గంగాధర్, నాగరాజ్, మహిళా సంఘాల అధ్యక్షులు, సాస్డీ డైరెక్టర్ శీను, విప్లవ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ధర్మశ్రీ గ్రామసంచాయితీలో జెండా ఆవిష్కరించి తెలంగాణ ఆవిర్భావ దినోత్సవం ఘనంగా జరుపుకున్న ఎంపీడీవో స్పెషల్ ఆఫీసర్ బాలకృష్ణ జూన్ 2న రాష్ట్రం ఏర్పాటైన కాబట్టి ప్రతి ఒక్కరూ తెలంగాణ రాష్ట్ర వచ్చిందని సంతోషంగా ఆరోజు పండుగను గా నిర్వహించుకుంటున్నారు. ముందుగా తెలంగాణ రాష్ట్ర ప్రజలకు శుభాకాంక్షలు తెలియజేస్తూ ఈ కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు నీళ్లు నిధులు నియమకాలు అంటూ నడిచిన తెలంగాణ రాష్ట్రం అనుకునేది సాధించుకొని చాలా ఆనందంగా ఉందన్నారు. ఇప్పుడు కాలగ్రెన్ ప్రభుత్వం ఏర్పాడై నుంచి తెలంగాణ పండుగను ఘనంగా జరుపుకోవాలని జాతీయ గీతాన్ని ఆవిష్కరించుకున్నారు జాతీయ గుర్తును లోగోను మాన్చి చేస్తే ప్రజల నుంచి ప్రజా పార్టీల నుంచి వ్యతిరేకత వస్తుందేమో అని ఇంకా సుదీర్ఘంగా ఆలోచించి చేస్తామని అన్నారు. ప్రజల కోరికనే ప్రభుత్వాల అమర పరస్థాయి ప్రజా వ్యతిరేక ఏ కార్యక్రమాలు చేసినా అవి చెల్లవని ఇకనుంచి ప్రజలకు సౌకర్యార్థం ప్రతి పని ఉండాలని ఆయన సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎంపీడీవో బాలకృష్ణ, సెక్రటరీ సైపద్దీన్, రాజేందర్ , ప్రవీణ్, తదితరులు పాల్గొన్నారు

ఏఆర్ మహిళా కానిస్టేబుల్ తుపాకితో కాల్చుకొని ఆత్మహత్య?



అమరావతి(ప్రశ్న న్యూస్) ఎపిలో ఆదివారం దారుణం చోటుచేసుకుంది. ఓ ఏఆర్ మహిళా కానిస్టేబుల్ తుపా కీతో కాల్చుకుని ఆత్మహత్య కు పాల్పడింది. ఎపిలోని అన్నమయ్య జిల్లా రాయచోటిలోని ఎస్పి కార్యాలయంలో ఏఆర్ మహిళా కానిస్టేబుల్గా పనిచేస్తున్న చిత్తూరు జిల్లా పుంగనూరుకు చెందిన వేదవతి (22) ఎస్పి కార్యాలయంలోని సెక్యూరిటీ గార్డ్ రూమ్లో తన వద్దనున్న సర్వీస్ తుపాకితో కాల్చుకుని ఆత్మహత్య చేసుకుంది. స్థానిక సమాచారం మేర కు ఘటనా స్థలాన్ని పోలీసు అధికారులు సందర్శించారు. కుటుంబసభ్యులకు సమా చారమందించి, పోస్టుమా ర్గం నిమిత్తం వేదవతి మృతదేహాన్ని రాయచోటిలోని ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి తరలించారు. ఘటనకు సంబంధించి పూర్తి వివరాలు తెలియ వలసి ఉంది. ఈ ఘటన స్థానికంగా కలకలం రేపింది. కేసు పోలీసుల దర్యాప్తులో ఉంది.

ఘనంగా అవతరణ దినోత్సవ వేడుకలు పాల్గొన్న మాజీ ఎమ్మెల్యే బేతి సుభాష్ రెడ్డి



నాచారం (ప్రశ్న స్వాస్) తెలంగాణ అవతరణ దినోత్సవ సందర్భంగా చర్యపల్లి డివిజన్ భారతీయ జనతా పార్టీ బీసీ మోర్చా అధ్యక్షులు గణేష్ గౌడ్, ఎస్సీ మోర్చా అధ్యక్షులు దయానంద్ అధ్యక్షులతో జనసభాలో బస్ స్టాప్ లో అవతరణ దినోత్సవ వేడుకలు చాలా ఘనంగా నిర్వహించడం



జరిగింది. 10 సంవత్సరాలు పూర్తయిన సందర్భంగా 10 కిలోల భారీ కేకులు కట్ చేయడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమానికి ఉప్పల్ మాజీ శాసనసభ్యులు బేతి సుభాష్ రెడ్డి ముఖ్యఅతిథిగా విచ్చేశారు. చర్యపల్లి డివిజన్ అధ్యక్షులు డినారం చర్యపల్లి డివిజన్ కంట్రోలర్ కార్పొరేటర్ గజుల సురేందర్ గౌడ్ ఉప్పల్ అసెంబ్లీ అధికార ప్రతినిధి ఎం లక్ష్మణ్ గౌడ్ సీనియర్ ఉప్పల్ అసెంబ్లీ మీడియా సెల్ కన్వీనర్ తాళ్ల ఆనంద్ గౌడ్ సీనియర్ నాయకులు మర్రి మోహన్ రెడ్డి డివిజన్ యువమోర్చా అధ్యక్షులు వి రాంబాబు మహిళా మోర్చా అధ్యక్షులు చంద్రకాంత్ స్టేట్ బట్లీ సెల్ కన్వీనర్ పవన్ కుమార్ సీనియర్ నాయకులు సహదేవ్ గౌడ్, హరి నాయక్, రమేష్ చందర్, లక్ష్మీనారాయణ గౌడ్, ఎం జనార్దన్, శ్రీకాంత్ గంగుత్రి, వివేక్ , వెంకటేష్ యాదవ్ రత్నపురం వెంకటేష్ మల్లేష్ వంశ రాజు ,కె విద్యాసాగర్ రాజేష్ వంశ రాజు ఏనుగు సీతారాం రెడ్డి మహిళా నాయకురాలు కాసుల రమాదేవి మొదలగువారు పాల్గొన్నారు.

ఘనంగా తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవం - మంథని ఆర్టివో హనుమాన్ నాయక్

మంథని (ప్రశ్న స్వాస్) మంథని రెవెన్యూ డివిజన్ పరిధిలోని రెవెన్యూ కార్యాలయాలు, మండల పరిషత్ కార్యాలయాలలోని అధికారులకు తెలంగాణ ఆవిర్భావ ఆవశ్యకతను వివరిస్తూ అధికారులకు జెండా ప్రాముఖ్యతను తెలంగాణ రాష్ట్రం కోసం అమరులైన అమరవీరుల త్యాగాల గురించి వివరించాలని అధికారులకు మంథని రెవెన్యూ డివిజన్లో అధికారి ఘనంగా నిర్వహించాలని సూచించారు. మంథని రెవెన్యూ డివిజన్ కార్యాలయంలో ఘనంగా జెండా ఆవిష్కరణ చేసి దాని ప్రాముఖ్యతను వివరించడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమంలో ఏపీ రవీందర్, ఎమ్మార్సీ రాజయ్య, సూపరిండెంట్ గిరి, ఆర్ఐ రాజరెడ్డి, ఆర్ ఐ త్రివేణి, ఆర్ డి ఓ ఆఫీస్ కార్యాలయం సిబ్బంది ఎమ్మార్సీ ఆఫీస్ కార్యాలయం సిబ్బంది వివిధ పార్టీల రాజకీయ నాయకులు తదితరులు పాల్గొన్నారు



మంథని మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షుడు ఆయిల్ ప్రసాదు తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ జెండా ఆవిష్కరణ.



మంథని (ప్రశ్న స్వాస్) మంథని మండలంలోని కాలేజీ గ్రౌండ్ దగ్గరలోని తెలంగాణ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఆవిష్కరణ జెండాను తెలంగాణ రాష్ట్ర బట్లీ మంత్రి శ్రీధర్ బాబు ఆదేశాలతో తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా తెలంగాణ అమరులైన అమరవీరులకు నివాళులర్పించుకుంటూ వారి త్యాగా పునాదుల మీద తెలంగాణ రాష్ట్రం ఏర్పడిందని అన్ని పార్టీల బహుళతతో పోరాట ఫలితంగా, కాంగ్రెస్ పార్టీ భూమిక పోషించడంతో రాష్ట్రం లిందించబడింది. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రధాన పాత్ర పోషించి తెలంగాణ రాష్ట్రాన్ని మూడు పువ్వులు అరు కావాలిగా అభివృద్ధి చెందించడానికి తెలంగాణ ప్రజలు కాంగ్రెస్ పార్టీకి పట్టాం కట్టారు ఆర్టికం గా లోబడ్డట్ లో ఉన్న ఈ రాష్ట్రాన్ని గాడిలో పెట్టడానికి తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి. మంథని ఎమ్మెల్యేలు అహర్నిశలు కష్టపడుతున్నారని ఈ సందర్భంగా రాష్ట్రవ్యాప్తంగా ఆవిర్భావ దినోత్సవం ఘనంగా జరుపుకుంటున్నామని మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు ఆయిల్ ప్రసాదు కొనియాడారు. ఈ కార్యక్రమంలో మంథని మున్సిపల్ చైర్మన్ పెండ్రు రమాదేవి, ఎంపీపీ కొండ శంకర్, పెండ్రు సురేష్ రెడ్డి సూకల బాసయ్య, కొత్త శ్రీనివాస్, ఓ ద్వాల్ శ్రీనివాస్, శశి భూపల్ శావే, బొడిప శంకర్, రామ్ రాజశేఖర్, కుడుదుల వెంకన్న సురేందర్ రెడ్డి , మంథని సత్తం, ఎరుకల ప్రవీణ్ , వేల్పుల రాజు, బందారి ప్రసాద్, మాచాన్, జమీల్, అజీమ్ ఖాన్, రవీంద్ర, తోకల మల్లేష్ , గుండ పాపారావు, ఏ కే రవి నక్క శంకర్ పార్టీ కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు

అటు భద్రాద్రి.. ఇటు పాపికొండలు

- పర్యాటక సందడి పురూ - శైవక్షేత్రాల సందర్శనకు చలో
- సిటీ టూర్.. అనంతగిరి పర్యటన
- తెలంగాణ పర్యాటక అభివృద్ధి సంస్థ ప్రత్యేక వ్యాకేజీలు



పర్యాటక సందడి తిరిగి మొదలైంది. కోవిడ్ కారణంగా చాలా కాలంగా ఇళ్లకే పరిమితమైన నగరవాసులు కాలక్షేపం కోసం పర్యటనలకు ప్రణాళికలు సిద్ధం చేసుకుంటున్నారు. ఈ క్రమంలో తెలంగాణ పర్యాటకాభివృద్ధి సంస్థ పర్యాటకుల అభిరుచికి అనుగుణమైన వ్యాకేజీలను రూపొందించింది. నగరంలోని చారిత్రక, పర్యాటక ప్రాంతాలను సందర్శించేందుకు ఏసీ, నాన్ ఏసీ బస్సుల్లో హైదరాబాద్ నుండి సదుపాయాన్ని అందుబాటులోకి తెచ్చింది. ప్రత్యేక ఓడల్లో.. పాపికొండల యాత్ర: ఇది ప్రతి శుక్రవారం ఉంటుంది. రాత్రి 8.30 గంటలకు



బయలుదేరుతారు. శనివారం ఉదయం భద్రాద్రికి చేరుకుంటారు. శ్రీరాముడి దర్శనం అనంతరం పర్వతాలకు వెళ్తారు. ఆ తర్వాత మధ్యాహ్నం పాపికొండలకు వెళ్తారు. రాత్రికి కొల్లూరులోని బ్యాంబూ హాట్లో బస్ ఉంటుంది. మరుసటి రోజు బయలుదేరి తిరిగి నగరానికి చేరుకుంటారు. పెద్దవారికి చార్జీ రూ. 4,594 ఉంటుంది. పిల్లలకు ఇందులో 80 శాతం వరకు చార్జీ ఉంటుంది. ఆధ్యాత్మికం.. రమణీయం.. అనంతగిరిహిల్స్: విశాఖాబాద్ సమీపంలోని అద్భుతమైన పర్యాటక ప్రాంతం అనంతగిరి విహారం కోసం నగరం నుంచి ఉదయం 9 గంటలకు బయల్దేరి రాత్రి 8 గంటలకు తిరిగి చేరుకుంటారు. అనంతగిరి కొండల్లో రమణీయమైన ప్రకృతిని ఆస్వాదించడంతో పాటు, పర్యాటకాన్ని ఆలయాన్ని సందర్శించవచ్చు. ఈ టూర్ కోసం పెద్దవారికి రూ.900, పిల్లలకు రూ.720 చొప్పున చార్జీ ఉంటుంది. సిటీ టూరు.. బోటు షికారు.. సిటీ టూర్లో భాగంగా బిర్లా టెంపుల్, నిజామ్ మ్యూజియం, చౌమోహల్లా ప్యాలెస్, చార్మినార్ (బయట నుంచి మాత్రమే), జూపార్కు, తారామతి బారాదరి, గోల్కొండ తదితర పర్యాటక ప్రాంతాలను సందర్శించవచ్చు. ఈ పర్యటన కోసం ఏసీ వాహనాల్లో రూ.350, నాన్ ఏసీ



వాహనాల్లో రూ.250 వరకు చార్జీ ఉంటుంది. పర్యటనలో భాగంగా టిఫిన్, భోజనం, వివిధ ప్రాంతాల్లో సందర్శన టికెట్లు రుసుము పర్యాటకులకు చెల్లించాల్సి ఉంటుంది. రవాణా సదుపాయాన్ని మాత్రమే పర్యాటక అభివృద్ధి సంస్థ కల్పిస్తుంది. హుస్సేన్సాగర్లో బోటు షికారు కూడా అందుబాటులోకి తెచ్చారు.కాకతీయ రిజియన్ యాత్ర: ఉదయం 9.30 గంటలకు హైదరాబాద్ నుంచి బస్సు బయలుదేరుతుంది. 2వ రోజు రాత్రి 9 గంటలకు తిరిగి చేరుకుంటారు. కాళేశ్వరం, రామప్ప, వేయిస్తంభాల గుడి, యాదాద్రి, కీసర తదితర పుణ్యక్షేత్రాల సందర్శన ఉంటుంది. పెద్దవారికి రూ.1,550, పిల్లలకు రూ.1,320 చొప్పున చార్జీ ఉంటుంది. శైవ క్షేత్రాల సందర్శన.. శాతవాహన యాత్ర: ఈ పర్యటన కోసం నగరం నుంచి ప్రతి సోమవారం ఉదయం 7 గంటలకు బయలుదేరి తిరిగి రాత్రి 10 గంటలకు చేరుకుంటారు. వేములవాడ, కొండగట్టు, ధర్మపురి తదితర ఆలయాల సందర్శన ఉంటుంది. బస్సు చార్జీ పెద్దవారికి రూ.1300, పిల్లలకు రూ.1040 చొప్పున ఉంటుంది. ఆలయ ప్రవేశ రుసుము, భోజనం వంటివి పర్యాటకులే ఏర్పాటు చేసుకోవాలి. పంచారామాలకు: ఆంధ్రప్రదేశ్లోని పంచారామాలకు కూడా హైదరాబాద్ నుంచి బారిజం డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ ప్రత్యేక బస్సులు నడుపుతోంది. ఇది 3 రోజుల పాటు ఉంటుంది. ఉదయం 9 గంటలకు బయల్దేరి 3వ రోజు ఉదయం 7 గంటలకు తిరిగి నగరానికి చేరుకుంటారు. అమరావతి, పాలకొల్లు, భీమవరం, ద్రాక్షారామం, సామర్లకోట క్షేత్రాలను సందర్శించవచ్చు. పెద్దవారికి రూ.3,500, పిల్లలకు రూ.2,800 చొప్పున చార్జీలు ఉంటాయి. ఐకింగ్ ఇలా.. ఈ పర్యటనల కోసం తెలంగాణ టూరిజం డెవలప్మెంట్ కార్పొరేషన్ వెబ్సైట్ను సందర్శించవచ్చు.ఆన్లైన్లోనే టికెట్లు ఐక్ చేసుకోవచ్చు. మరిన్ని వివరాల కోసం 040%--29801040, 98485 40371



60 నుంచి 70 శాతం కోకోతో తయారైన చాక్లెట్లు, బచ్చలి కూర తిన్నారంటే!

ఇటీవల కాంంలో చదువుతో సంబంధం లేకుండా గుండె జబ్బుల బారిన పడటం, కొందరు ఆకస్మాత్తుగా మృత్యువాత పడటాన్ని చూస్తున్నాం, వింటున్నాం. గుండె ఆరోగ్యాన్ని చేదికావాలి పదిలంగా ఉంచుకోవాలంటే నిత్యం వ్యాయామం చేయడంతోపాటు సరైన పోషకాలతో కూడిన ఆహారాన్ని తీసుకోవాలి. కొన్నిరకాల ఆహారాలు గుండె జబ్బులు వచ్చే అవకాశాలను పెంచుతాయి. కానీ కొన్ని మాత్రం గుండె ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షిస్తాయి. ఈ క్రమంలోనే గుండె ఆరోగ్యం కోసం తీసుకోవాలి ఆహారం ఏమిటో, దానిని ఎందుకు, ఎలా తీసుకోవాలో తెలుసుకుందాం. ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండాలి.. నిత్యం మనం తీసుకునే ఆహారంలో ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉండాలి చూసుకోవాలి. దీంతో గుండె సంబంధ వ్యాధులు వచ్చే అవకాశాలు బాగా తగ్గుతాయిని సైంటిస్టులు చేపట్టిన అధ్యయనాల్లో వెల్లడైంది. ఫైబర్ హైబీపీని తగ్గిస్తుంది. కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను నియంత్రిస్తుంది. దీంతో హార్ట్ స్ట్రోక్ రాకుండా ఉంటాయి.ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు గుండె ఆరోగ్యాన్ని పరిరక్షిస్తాయి.ఇవి ఉన్న ఆహారాన్ని నిత్యం తీసుకోవాలి.దీంతో శరీరంలో పావుల తగ్గుతాయి. తద్వారా గుండె ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది.చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు పుష్కలంగా ఉంటాయి కనుక వాటిని తరచు తినడం వల్ల గుండె వ్యాధులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. వెజిటేరియన్ల ఎలా? ఇక వెజిటేరియన్లు నట్లీ, సీడ్లీ తినడం ద్వారా ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు లభిస్తాయి.బాదంపప్పు, నాల్సట్లీ వంటి వాటిని నిత్యం గుప్పడు మోతాదులో తింటే గుండె జబ్బులు రాకుండా ఉంటాయి.వీటిల్లో ఉండే పోషకాలు గుండె ఆరోగ్యాన్ని పదిలంగా ఉంచుతాయి.నట్లీను తినడం వల్ల అధిక బరువు తగ్గుతాయి. అధిక బరువు తగ్గుకోవాలి.. అధికంగా బరువు ఉండడం వల్ల కూడా గుండె వ్యాధులు వచ్చేందుకు అవకాశం ఉంటుంది. కనుక బరువును ఎప్పుడూ నియంత్రించుకోవాలి. అధికంగా బరువు ఉన్నవారు బరువు తగ్గి ప్రయత్నం చేయాలి. దీనివల్ల గుండె వ్యాధులు రాకుండా చూసుకోవచ్చు. ప్రోటీన్ ఫుడ్ : ప్రోటీన్ అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవడం మంచిది.చిక్లెస్, ఫిష్ పప్పులు, ఫ్యాట్ తక్కువ ఉన్న పాలూ, పాల పదార్థాలూ, ఎగ్గ్లో ప్రోటీన్ పుష్కలంగా లభిస్తుంది.ఆదే విధంగా కూరగాయలూ, పండ్లలో విటమిన్, ఈ



సూప్రియెంట్స్ లభిస్తాయి. వీటిలో కాలరీలు తక్కువ, ఫైబర్ ఎక్కువగా ఉంటాయి. కూరగాయలూ, పండ్లూ వంటివి శాకాహారం లో ఉండే కొన్ని గుణాలు కార్డియో వాస్కులర్ డిసీజెస్ రాకుండా చేస్తాయి. కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గించుకునేందుకు.. సాల్మన్ ఫిష్, ట్యూనా, హెర్రింగ్ లాంటి చేపలు గుండెకు ఆరోగ్యకరం. వీటిలో గుండె కొట్టుకోవడంలో తేడానీ, రక్తనాళాల్లో కొవ్వు పేరుకుపోవడాన్ని, ట్రి గ్లిజిరైడ్స్ నూ తగ్గించే ఒమెగా-3 ఫ్యాటీ యాసిడ్స్ వీటిలో ఎక్కువగా ఉంటాయి. వారానికి కనీసం రెండు సార్లునా ఈ చేపలను తింటే బెటరని అమెరికన్ హార్ట్ అసోసియేషన్ సిఫార్సు చేసింది. ఓట్ మీల్ తింటే మంచిది. పీచు పదార్థం ఉండే ఈ ఓట్ మీల్ ఒంట్లో కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గిస్తుంది. టీక్రొకో మాగ్నోలో ఇది ఒక స్పాంజ్లా పనిచేసి, కొలెస్ట్రాల్ను నాసిపోయేలా చేసి, రక్తంలో ఇంకిపోకుండా ఒంట్లో నుంచి తొలగిస్తుంది. హెల్త్ వీల్ బ్రెడ్ లాంటి తృణధాన్యాలతో చేసినవి తిన్నా మంచిది.స్ట్రాబెర్రీలు, బ్లూ బెర్రీలు లాంటివి తింటే, ఆ పండ్లలో ఉండే ఫైబర్ సూప్రియెంట్స్, పీచుపదార్థాలు రక్తనాళాల్ని వెడల్పు చేసి, గుండె పోటు వచ్చే అవకాశాలు తగ్గిస్తాయిని ఒక పరిశోధనలో వెల్లడైంది. చాక్లెట్ల కూడా.. డార్క్ చాక్లెట్లు, అంటే కనీసం 60 నుంచి 70 శాతం కోకోతో తయారైన చాక్లెట్లు తింటే, అధిక రక్తపోటు, రక్తం ఊరిగే గట్టకట్టుకుపోవడం లాంటివి తగ్గుతాయి.అయితే, మామూలు మిల్క్ చాక్లెట్లు, క్యాండి బార్ల వల్ల ఉపయోగం లేదు. అయితే వీటిని కూడా చాలా పరిమితంగా తీసుకోవాలి. వీటిని తీసుకోవాలి.. విటమిన్ సి ఎక్కువగా ఉండే బఠాయిలు, కమలా పండ్ల లాంటివి నిమ్మజాతి పండ్లు తినాలి. అయితే, ఈ పండ్ల రసాల్లో మళ్ళీ అతిగా పంచదార కలుపుకోకూడదు.సోయా పాలు, సోయా జున్ను (తోఫూ) తింటే ఒంటికి కావాల్సిన ప్రోటీన్లు వస్తాయి.అనారోగ్యకరమైన కొవ్వు, కొలెస్ట్రాల్ ఒంట్లో చేరవు. సోయా ప్రోటీన్లు ఒంట్లో చెడ్డ కొలెస్ట్రాల్ను తగ్గిస్తాయి. ఈ కూరగాయలు, ఆకుకూరలు, పండ్లతో.. బంగాళాదుంపలు



రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల ఈ ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని సైన్స్ కూడా ఒప్పుకుంది

రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల ఎన్నో అనారోగ్యాలను దూరం పెట్టవచ్చని శాస్త్రీయంగా నిరూపణ అయింది. రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల ఈ ప్రయోజనాలు ఉన్నాయని సైన్స్ కూడా ఒప్పుకుంది. రెడ్ వైన్లో అల్కహాల్ కలిపినదే కాదు, అల్కహాల్ కలిపిన రెడ్ వైన్ కూడా ఉంటుంది. అల్కహాల్ కలిపిన రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల ఆరోగ్యానికి ఎన్నో రకాలుగా మేలు జరుగుతుంది. ఈ విషయాన్ని సైన్స్ నిర్ధారించింది. అధ్యయనాల ప్రకారం స్త్రీలు, పురుషులు మిశ్రంగా రెడ్ వైన్ తీసుకోవడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య సమస్యలను దూరం పెట్టవచ్చు. ఈ పానీయంలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు ఉన్నట్లుగా ఉంటాయి. ఇవి మానసిక, శారీరక ఆరోగ్యాన్ని కాపాడతాయి.



మధుమేహం కోసం

దయాబెటీస్ ఉన్నవారు రెడ్ వైన్ తాగవచ్చు లేదా అనే సందేహం వారిలో ఉంది. అమెరికన్ దయాబెటీస్ అసోసియేషన్ చెబుతున్న ప్రకారం అల్కహాల్ లేని రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల దయాబెటీస్ రోగులకు ఎంతో మంచింది. రెడ్ వైన్ రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడానికి సహాయపడుతుంది. రెడ్ వైన్ తాగక 24 గంటల వరకు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు పెరగకుండా అదుపులో ఉంచగలుగుతుంది. అందుకే మిశ్రంగా దయాబెటీక్ రోగులు రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల మంచి జరుగుతుంది.

కొలెస్ట్రాల్ ను బయటకు పంపేందుకు ప్రయత్నిస్తాయి. గుండెను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు రెడ్ వైన్ ఎంతో సహాయపడుతుంది.

కళ్ళకు

రెడ్ వైన్లో ఉండే రెస్వెరాట్రాల్ కంటి ఆరోగ్యాన్ని కూడా మెరుగుపరుస్తుంది. వయసు సంబంధంగా వచ్చే చూపు క్షీణత, మధుమేహం వల్ల కలిగే దయాబెటీక్ రెటీనోపతి వంటి కంటి సంబంధిత సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది.

దంతాల ఆరోగ్యానికి

రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల నోటిలో హానికరమైన బ్యాక్టీరియా కూడా బయటికి పోతుంది. ఆ బ్యాక్టీరియా నోట్లో ఉంటే దంత క్షయం, చిగుళ్ల ఇన్ఫెక్షన్ వచ్చే అవకాశం ఎక్కువ. కాబట్టి రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల దంతాలు కూడా శుభ్రపడతాయి. అల్కహాల్ కలిపిన రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల ఇన్ని ప్రయోజనాలు కలిగి ఉంటాయి.

జ్ఞాపక శక్తికి

రెడ్ వైన్లో పాలిఫెనాల్స్ ఉంటాయి. ముఖ్యంగా రెస్వెరాట్రాల్ అనే పాలిఫెనాల్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది జ్ఞాపకశక్తిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడుతుంది. సరిగా నిద్రపోకపోవడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి తగ్గి అవకాశం ఉంది. అలాంటి సమయంలో ఆ శక్తిని తగ్గకుండా కాపాడుతుంది రెడ్ వైన్. అభ్యాస సామర్థ్యాన్ని కూడా పెంచుతుంది.

క్యాన్సర్ కు చెక్

రెడ్ వైన్ తాగడం వల్ల శరీరంలో క్యాన్సర్ కణాల పెరుగుదలను నిరోధించవచ్చు. ముఖ్యంగా రొమ్ము, అన్నవాచిక క్యాన్సర్లను తగ్గించే సామర్థ్యం రెడ్ వైన్లో ఉన్నట్లు శాస్త్రీయంగా నిరూపణ అయింది.

గుండె కోసం

రెడ్ వైన్లో ఉత్తమమైన పాలిఫెనాల్స్ ఉంటాయని ముందే చెప్పాము. అవి గుండె జబ్బుల ప్రమాదాన్ని తగ్గించడంలో సాయపడతాయి. మంచి కొలెస్ట్రాల్ను పెంచి

ఎంచుకుని తాగడం ఉత్తమం. గమనిక: పలు అధ్యయనాలు, పరిశోధనలు, హెల్త్ జర్నల్స్ నుంచి సేకరించిన సమాచారాన్ని మీ అవగాహన కోసం ఇక్కడ యథావిధిగా అందించాం. ఈ సమాచారం వైద్యానికి లేదా చికిత్సకు ప్రత్యామ్నాయం కాదు. ఆరోగ్యానికి సంబంధించి..

ఎలాంటి సందేహాలున్నా మీరు తప్పకుండా డాక్టర్ ను సంప్రదించాలి. ఈ అర్టికల్లో పేర్కొన్న అంశాలకు 'విబీపీ దేశం', 'విబీపీ నెట్ వర్క్' ఎటువంటి బాధ్యత వహించవని గమనించగలరు.

మెదడుకు హాని చేసే ఆహారాలు ఇవే

- వీటికి దూరంగా ఉండండి



మెదడు శరీరంలోని ముఖ్యమైన అవయవాల్లో ఒకటి. నిద్ర, తిండి దగ్గర నుంచి ఎప్పుడు ఏం చేయాలనేది నిర్ణయించేది మెదడు. అన్ని వ్యవస్థలు బాగా పని చేయడంలో సహాయపడటమే కాకుండా గుండె, ఊపిరితిత్తులు, మూత్రపిండాలు వంటి ఇతర అవయవాలు తమ విధులను చక్కగా నిర్వహించడంలో సహాయపడుతుంది. అందుకే మెదడు ఆరోగ్యంగా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. అందుకోసం పోషకాహారం తీసుకోవాలి. మనం తీసుకునే ఆరోగ్యకరమైన ఆహారాలు మెదడు ఆరోగ్యంపై అద్భుతమైన ప్రభావాన్ని చూపిస్తాయి. తాజా పండ్లు, కూరగాయలు, కొవ్వులు, ప్రోటీన్లు, విటమిన్లు, ఖనిజాలు మెదడు కణజాలాన్ని నిర్మించడంలో, వాపును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. పోషకాహారం తీసుకోవడం వల్ల జ్ఞాపకశక్తి మెరుగుపడుతుంది. మెదడు మరుకుగా ఉంటే ఆహారం తీసుకోకపోతే డిమెన్షియా, అల్జీమర్స్, పార్కిన్సన్ వంటి వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని పెంచుతాయి. 2030 నాటికి ప్రపంచవ్యాప్తంగా 65 మిలియన్ల మందిపై చిత్త వైకల్యం ప్రభావం చూపే ప్రమాదముందని ఒక నివేదికలు వెల్లడించాయి. ఈ ఆహార పదార్థాలు ఎక్కువగా తీసుకుంటే మీ మెదడుని మీరే ప్రమాదంలోకి నెట్టుకున్న వాళ్ళవ్వతారు. అలాగే తరచూ ఈ పదార్థాలు తీసుకుంటే మెదడుని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.

అందిస్తాయి. కొలిన్, లూటిన్ వంటి పోషకాలతో నిండిన గుడ్లు మెదడు పనితీరుకి మద్దతునిస్తాయి. ఏకాగ్రత పెంచుకునేందుకు రోజుకొక గుడ్డు తింటే మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

కొవ్వు చేపలు

సాల్మన్, ట్యూనా వంటి కొవ్వు చేపల్లో ఒమేగా 3 కొవ్వు అమ్లాలు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి మెదడు ఆలోచనా శక్తిని మెరుగుపరచడంలో సహాయపడతాయి. అధిజ్ఞా క్షీణతని నెమ్మదించేలా చేస్తుంది. మెదడు వ్యాధుల ప్రమాదాన్ని తగ్గిస్తాయి. కొవ్వు అమ్లాలు పొందటం కోసం ఆహారంలో చేపలు చేర్చుకోవాలని సిఫార్సు చేస్తున్నారు.

నట్స్

ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు అందించడంలో ముందుదేవి నట్స్. రోజువారీ ఆహారంలో నట్స్ చేర్చుకోవడం వల్ల మెదడు పనితీరు మెరుగుపడుతుంది. వాల్ నట్స్ మెదడుకి సూపర్ ఫుడ్. ఇతర గింజలలో లేని వివిధ రకాల పాలిఫెనాల్స్ సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఒమేగా 3 కొవ్వు అమ్లాలు ఇవి రెండు బలమైన యాంటీ ఆక్సిడెంట్ లక్షణాలని కలిగి ఉంటాయి. వాల్ నట్స్ తినడం వల్ల మతిమరుపు, అధిజ్ఞా క్షీణత వంటి సమస్యల నుంచి బయటపడొచ్చు.

చక్కెర

చక్కెర, సోడా, ఎస్సెడ్ డ్రింక్స్, పండ్ల రసాలు మెదడుకి మాత్రమే కాదు సాధారణ ఆరోగ్యానికి కూడా హాని చేస్తాయి. చక్కెర పానీయాలను ఎక్కువగా తీసుకోవడం వల్ల మధుమేహం, గుండె జబ్బులు వచ్చే ప్రమాదాన్ని పెంచుతుంది. బరువు పెరుగుతారు. చక్కెర పానీయాలు అధికంగా తీసుకోవడం వల్ల అల్జీమర్స్, చిత్త వైకల్యం వచ్చే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉంటాయి.

ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు

బిస్కెట్స్, స్నాక్సులు, ఇన్ఫాంట్ నూడుల్స్, సాస్, రెడీ మేడ్ మీట్స్ వంటి ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారాలు మొత్తం ఆరోగ్యాన్ని నాశనం చేస్తాయి. వీటిలో కెలరీలు ఎక్కువగా ఉంటాయి. పోషకాలు తక్కువ. మెదడు ఆరోగ్యాన్ని దెబ్బతీస్తాయి.

మద్యం

అల్కహాల్ వంటి చెడు అలవాట్లు మెదడు పనితీరుకి అలంకం కలిగిస్తాయి. దీర్ఘకాలికంగా మద్యపానం చేయడం వల్ల జీవక్రియలో మార్పులు సంభవిస్తాయి. మెదడుని దెబ్బతీస్తుంది.

పది నిమిషాల్లోనే నోరూరించే చాకోచిప్ కుకీస్



మొదటి ఎన్ని వైద్యులను కలిసి సరైన డైట్ ఫాలో అవడం. సమతుల్య ఆహారం తీసుకుంటే తగినంత శారీరక శ్రమ కూడా ఉండటం చాలా ముఖ్యం. అప్పుడే అనుకున్న

బరువు తగ్గే ప్లాన్ వేసుకుంటున్నారా? జాగ్రత్త, ఈ అపోహలు నమ్మొద్దు

సోషల్ మీడియాలో టీవీ చూసి బరువు తగ్గే డైట్ ఫాలో అవుతున్నారా? అలా చేస్తే ప్రమాదంలో పడిపోతారు

పెడుతుంది. కెఫీన్ తీసుకోవడం వ్యసనంగా మారిపోతుంది. దీని వల్ల నిద్రలేమి పరిస్థితి వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. వాస్తవం: డిటాక్స్ వల్ల కానీపు రీఫ్రెష్ గా ఉంటారు కానీ శరీరంలోని ప్రవాన్ని తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల డీహైడ్రేట్ కి గురి కావడం, మలబద్ధకం వంటి సమస్యలకు దారితీస్తుంది ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు. జీవక్రియ, కార్బియో వాసులర్ సమస్యలను క్లెన్సింగ్ లేదా డిటాక్స్ డైట్ పాటించడం వల్ల తగ్గించగలదని ఎటువంటి ఆధారాలు లేవు. వాస్తవం: కొన్ని మందుల కంపెనీలు తమ మార్కెట్ ను పెంచుకోవడం కోసం అలా చెప్తారు కానీ సస్టిమెంట్లు తీసుకోవడం వల్ల బరువు తగ్గతారనేది పూర్తిగా అవాస్తవం అని నిపుణులు అంటున్నారు. సస్టిమెంట్స్ తీసుకుంటే బరువు అదుపులో ఉంటుందనేది చాలా అరుదుగా జరుగుతుంది. అందుకే బరువు తగ్గటం అనుకున్నప్పుడు చేయాల్సిన విధంగా బరువు తగ్గటనే లక్ష్యాన్ని చేరకోగలుగుతారు.



పెరుగు కంటే మజ్జిగ తీసుకోవడం మంచిదా? ఆయుర్వేద శాస్త్రం ఏం చెబుతోంది?

పెరుగు తింటే ఎన్నో లాభాలు ఉన్నాయి. కానీ ఈ సమస్యలు ఉన్న వాళ్ళు పెరుగు తినకపోవడమే ఉత్తమం.

ఉంటుంది. ఆరోగ్యాన్ని కాపాడుతుంది. వ్యాధులను నయం చేస్తుంది. జీర్ణక్రియని మెరుగుపరుస్తుంది. సులభంగా జీర్ణమవుతుంది. వాపు, జీర్ణ సమస్యలు, జీర్ణకోశ సమస్యలు ఆకలి లేకపోవడం, రక్తహీనత సమస్యలను నివారించడంలో సహాయపడుతుంది. చలికాలంలో అయితే అజీర్ణం సమస్య రాకుండా నివారిస్తుంది. మజ్జిగ తేలికగా ఉండటం వల్ల జీర్ణం కావడం సులభం. ఆకలిని ప్రేరేపించడానికి సహాయపడుతుంది. అదే పెరుగు తీసుకుంటే జీర్ణం కావడానికి ఎక్కువ సమయం తీసుకుంటుంది. మలబద్ధకం, గ్యాస్ట్రిక్ లేదా యాసిడి రిఫ్లక్స్ వంటి జీర్ణ సమస్యలు ఉంటే మజ్జిగ చక్కని ఎంపిక బరువు తగ్గించడం దోహదపడుతుంది. బరువు పెరగాలంటే పెరుగు తగ్గలంటే మజ్జిగ ఎంచుకోవాలి. మజ్జిగ తేలికగా ఉండటం వల్ల శరీరానికి చల్లదనం ఇస్తుంది. వేడికి దూరంగా ఉంచుతుంది.



రాజస్థాన్లో శరవేగంగా బెల్లంకొండ 'టైసన్ నాయుడు' షూటింగ్

చిత్రపతి వంటి భారీ డిజాస్టర్ తర్వాత బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ సదీస్సున్న తాజా చిత్రం టైసన్ నాయుడు. భీష్మానాయక్ ఫేమ్ సాగర్ కే చంద్ర ఈ సినిమాకు దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. 14 రిలేట్ బ్యానర్పై భారీ బడ్జెట్ తో రామ్ ఆవంట గోపి ఆవంట ఈ సినిమాను నిర్మిస్తున్నారు.

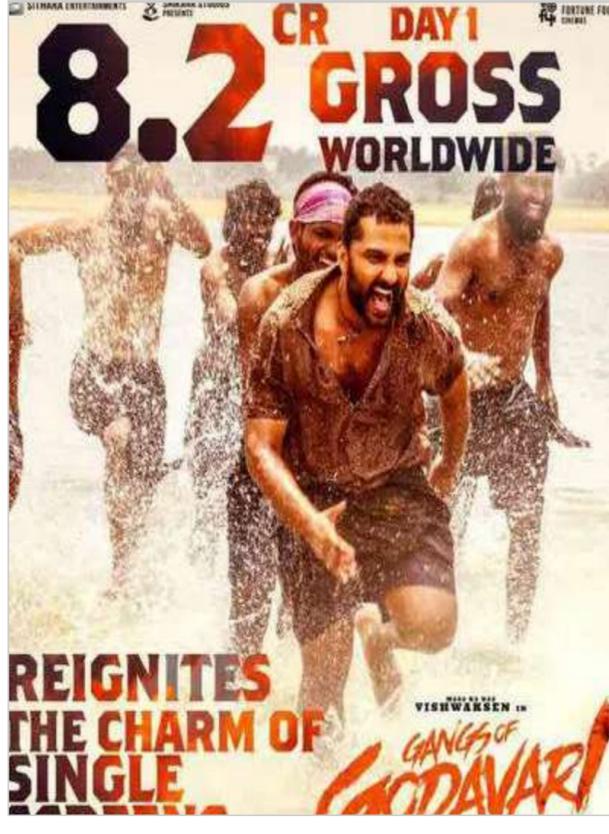
ఈ చిత్రంలో డి.పూజీ సూపరింటెండెంట్ ఆఫ్ షోలింగ్ అనే సీనియర్ షోలింగ్ పాత్రలో బెల్లంకొండ కనిపించబోతున్నట్లు తెలుస్తుంది. అయితే ఈ సినిమా షూటింగ్ ప్రస్తుతం రాజస్థాన్లో శరవేగంగా జరుగుతున్నట్లు చిత్రయూనిట్ ప్రకటించింది. రాజస్థాన్లో 100 మంది ఫైటర్లు, 300 మంది జూనియర్ ఆర్టిస్టులతో కలిసి భారీ యాక్షన్ సీక్వెన్స్ను చిత్రీకరిస్తున్నట్లు తెలిసింది. ఈ సందర్భంగా మూవీ షూటింగ్ సెట్స్ నుంచి ఫోటోలను విడుదల చేసింది. ఇక ఈ ఫోటోలలో బెల్లంకొండ సాయి శ్రీనివాస్ ఫైట్ సీన్లో పాల్గొన్నట్లు కనిపిస్తుంది.



దుమ్మరేపిన విశ్వక్ సేన్..

'గ్యాంగ్స్ ఆఫ్ గోదావరి' ఫస్ట్ డే కలెక్షన్స్ ఎంతంటే?'

టాలీవుడ్ నటుడు మాస్ కా దాస్ విశ్వక్ సేన్ ప్రధాన పాత్రలో తెరకెక్కిన తాజా చిత్రం 'గ్యాంగ్స్ ఆఫ్ గోదావరి'. కృష్ణవైతన్య దర్శకత్వం వహించిన ఈ సినిమాను సితార ఎంటర్టైన్మెంట్స్ బ్యానర్పై సూర్యదేవర నాగవంశీ, సాయిసౌజన్య నిర్మించారు. ఈ చిత్రం శుక్రవారం ప్రేక్షకుల ముందుకు వచ్చి ప్రస్తుతం థియేటర్లలో సందడి చేస్తుంది. సాజిద్ రెస్టోర్నాతో దూసుకుపోతున్న ఈ సినిమా ఫస్ట్ డే రికార్డ్స్ను మేకర్స్ తాజాగా ప్రకటించారు. ఈ మూవీ ఫస్ట్ డే బాక్సాఫీస్ వద్ద రూ. 8.2 కోట్లు వసూళ్లు చేసినట్లు తెలిపారు. ఇక రానున్న రెండు రోజులు వీకెండ్ కావడంతో ఈ కలెక్షన్స్ మరింత పెరిగే అవకాశం ఉంది. ఈ సినిమా కథ విషయానికి వస్తే.. హీరోది గోదావరిలోని ఓ లంకగ్రామం. పేరు లంకల రత్నాకర్(విశ్వక్ సేన్). వృత్తి దొంగతనం. జీవితంలో ఎలాగైనా ఎడగాలనేది ఇతని లక్ష్యం. దానికోసం ఎందరైనా బురిడీ కొట్టించేస్తుంటారు. ఆ ఏరియాలో.. నానాజీ(నాజర్), దొరస్వామిరాజు(గోపరాజు) రమణుల ఆధిపత్యంలో నడుస్తుంటుంది. వీరిలో దొరస్వామిరాజు ఆ ప్రాంత ఎమ్మెల్యే. దాంతో ఎలాగోలా దొరస్వామిరాజు పంచన చేరతాడు రత్నాకర్. నిదానంగా ఆ వర్సలో కీలకంగా మారతాడు. ఆ తర్వాత ఆ పర్సనల్ నాయకుడవుతాడు. దొరస్వామిరాజునే పోటీకి దిగి ఎమ్మెల్యే కూడా అవుతాడు. ఇక అక్కర్లుంది రత్న ఎలా మారాడు? నానాజీ కూతురు బుజ్జినేహ(శిల్పి)తో ప్రేమలో ఎలా పడ్డాడు? రత్నాకర్ కి, రత్నమాలకి ఉన్న సంబంధం ఏంటి? ఈ ప్రశ్నలకు సమధానమే మిగిలిన కథ.

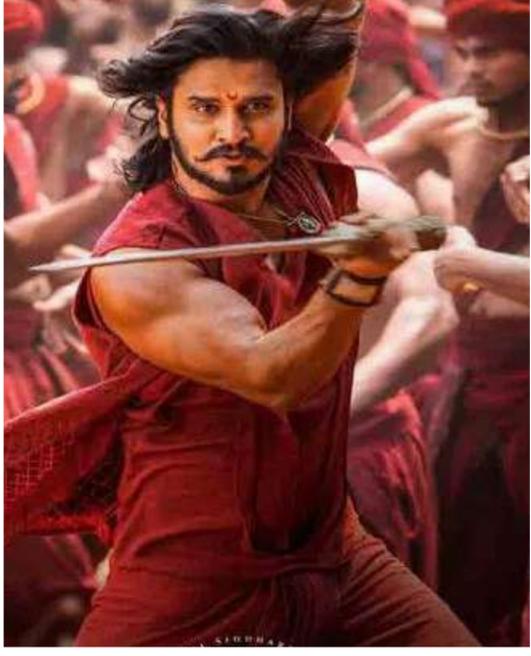


రంగస్థలం తరహాలో ఐలేజ్ సెట్



రామ్ చరణ్ 'గేమ్ చేంజర్' షూటింగ్లో ఓవైపు బిజీగా ఉంటే.. మరోవైపు 'ఉప్పెన'ఫేం బుచ్చిబాబు సాస దర్శకత్వంలో చేయనున్న ఆయన తదుపరి సినిమాకు సంబంధించి ప్రీప్రొడక్షన్ పనులు శరవేగంగా జరుగుతున్నాయి. శ్రీదా నేపథ్యంతో కామీస్ గ్రామీణ కథతో తెరకెక్కుతున్న ఈ పాస్ ఇండియా సినిమాకోసం హైదరాబాద్ నడిబొడ్డున ఒక విలేజ్ సెట్స్ మేకర్స్ నిర్మిస్తున్నారు. రామ్ చరణ్ నివాసానికి అతి చేరువలో ఈ భారీ సెట్స్ నిర్మిస్తుంటుంది విశేషం. ఈ సినిమా షూటింగ్ 75శాతం ఈ సెట్లోనే జరుగుతున్నట్లు. ఈ సెట్ పూర్తికావడానికి కనీసం రెండు నెలలైనా పడుతుందని యూనిట్ సభ్యులు చెబుతున్నారు. గతంలో రామ్ చరణ్ 'రంగస్థలం' కోసం కూడా ఇలాగే ఓ విలేజ్ సెట్స్ నిర్మించిన విషయం తెలిసింది. ఆ సెట్ అప్పట్లో చర్చనీయాంశంగా నిలవడమేకాక, సినిమాకే ప్రత్యేక ఆకర్షణగా నిలిచింది. ఇప్పుడు బుచ్చిబాబు కూడా గురువు దారిలోనే పయనిస్తున్నట్లు తెలుస్తున్నది. ఇంకా పేరు నిర్ణయించని ఈ సినిమాకోసం రామ్ చరణ్ తన శరీరాకృతిని మార్చుకునే పనిలో ఉన్నారు. జాస్టికపూర్ కథానాయికగా నటించనున్న ఈ సినిమాకు ఎ.ఆర్.రెహమాన్ స్వరాలందించనున్న విషయం తెలిసింది. మైత్రీమామేకర్స్, సుకుమార్ రైటింగ్స్ తో కలిసి వృద్ధి సినిమాస్ ఈ భారీ బడ్జెట్ సినిమాను నిర్మిస్తున్నది.

హీరో నిఖిల్ కు 'స్వయంభూ' టీమ్ స్పెషల్ బర్త్ డే విషెస్



టాలీవుడ్ యువ కథానాయకుడు నిఖిల్ హీరోగా నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'స్వయంభూ'. పీరియాడికల్ యాక్షన్ డ్రామాగా తెరకెక్కుతున్న ఈ సినిమాకు భరత్ కృష్ణమాచారి దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. రాగూర్ మధు సమర్పణలో పిక్చర్ స్టూడియోస్ బ్యానర్పై భువన్, శ్రీకర్ నిర్మిస్తున్నారు. ఇక ఈ చిత్రంలో సంయుక్తా మేనన్, నభా నటేష్ కథనాయికలుగా నటిస్తున్న విషయం తెలిసింది. ఈ మూవీ కోసం సంయుక్తా మేనన్ హాల్స్ రైటింగ్ కూడా నేర్చుకుంటుంది. ప్రస్తుతం శరవేగంగా షూటింగ్ జరుపుకుంటున్న ఈ చిత్రం నుంచి ఇప్పటికే సినిమా నుంచి నిఖిల్ ఫస్ట్ లుక్తో పాటు సంయుక్తా మేనన్, నభా నటేష్ లుక్లను విడుదల చేయగా

నెట్టింట వైరలవుతున్నాయి. అయితే నేడు హీరోగా నటిస్తున్న తాజా చిత్రం 'స్వయంభూ'. పీరియాడికల్ యాక్షన్ తెలుపుతూ మూవీ నుంచి కొత్త షోషర్లను విడుదల చేశారు. ఈ షోషర్లలో కదనరంగంలోకి దూకిన ఓ యాధుడిగా నిఖిల్ కనిపిస్తున్నారు. పాస్ ఇండియా స్టూడియో తెలుగు, తమిళం, హిందీ, మలయాళం, కన్నడ భాషల్లో గ్రాండ్ గా మూవీ విడుదల కానుండగా.. త్వరలోనే రిలీజ్ డేట్ అనాన్స్ చేయనున్నట్లు ప్రకటించారు. ఈ మూవీకి మనోజ్ పరమహంస సినిమాటోగ్రాఫర్. స్వయంభు చిత్రానికి కేజీఎఫ్ ఫై రవి బ్రహ్మర్ బ్యాక్ గ్రౌండ్ సౌండ్, సంగీతం అందిస్తుంటుంటే అంచనాలు భారీగానే ఉన్నాయి.

రిలీజ్ డేట్ ఫిక్స్ చేసుకున్న చాందిని చౌదరి 'యేవమ్'



టాలీవుడ్ యువ నటులు చాందిని చౌదరి, పశ్చిమ సింహా, జైరామ్, ఆపర్టిస్ట్ కన్నడ నటుడు యుగంధర్ ప్రధాన పాత్రలో పస్తున్న తాజా చిత్రం 'యేవమ్'. నటుడు నవదీప్ తన సొంత నిర్మాణ సంస్థ సి-స్పైస్ ప్రొడక్షన్స్ పతాకంపై ఈ సినిమాను నవదీప్, పవన్ గోపరాజు సంయుక్తంగా నిర్మిస్తుండగా.. ప్రకాష్ దంతులూరి దర్శకత్వం వహిస్తున్నారు. ఇప్పటికే ఈ సినిమా నుంచి టీజర్తో పాటు చాందిని చౌదరి, ఆపర్టిస్ట్ పాటు భరతరాజ్, కన్నడ రాయల్ స్టార్ యుగంధర్ ఫస్ట్ లుక్లను విడుదల చేయగా ఆకట్టుకున్నారు.

ఇప్పుడు తాజాగా మూవీ విడుదల తేదీని ప్రకటించారు మేకర్స్. ఈ సినిమాను జూన్ 14న ప్రపంచవ్యాప్తంగా విడుదల చేయనున్నట్లు చిత్రయూనిట్ ప్రకటించింది. ఈ సినిమా కథ విషయానికి వస్తే.. వికారాబాద్ లో వరుసగా హత్యలు జరుగుతుండగా.. ఈ హత్యలు ఎవరు చేస్తున్నారో అనేది ఇన్వెస్టిగేషన్ చేయడానికి ఆ ప్రాంతంలో పోలీస్ గా జాయిన్ అవుతుంది చాందిని. మరి ఆ హత్యలు ఎవరు చేస్తున్నారనేది వివరకి చాందిని పట్టుకుంటుందా లేదా అనేది తెలియాలంటే సినిమా చూడాల్సిందే.

పిల్లల్ని పెంచడం యూట్యూబ్ చూసినంత ఈజీ కాదు..

శర్వానంద్ 'మనమే' ట్రైలర్ రిలీజ్

టాలీవుడ్ యువ కథానాయకుడు శర్వానంద్ ప్రధాన పాత్రలో నటిస్తున్న తాజా చిత్రం మనమే. ఈ సినిమాకు శ్రీరామ్ ఆదిత్య దర్శకత్వం వహిస్తుండగా.. కృతి శెట్టి హీరోయిన్ గా నటిస్తోంది. ఈ మూవీ నుంచి ఇప్పటికే టైటిల్ గ్లింప్స్ తో పాటు టీజర్ రిలీజ్ చేయగా.. ప్రేక్షకుల నుంచి మంచి రెస్పాన్స్ వచ్చింది. ఈ చిత్రం జూన్ 07న ప్రేక్షకుల ముందుకు రానుంది. ఈ నేపథ్యంలోనే చిత్రయూనిట్ తాజాగా ట్రైలర్ ను విడుదల చేసింది. కథను రిలీజ్ చేయకుండా ట్రైలర్ ను కట్ చేశారు మేకర్స్. శర్వానంద్, కృతి శెట్టి కలిసి ఒక బాబుని పెంచుతున్నట్లు కనిపిస్తుంది. అయితే ఆ బాబు ఎవరు అనేది తెలియకుండా ఉంది. ఇక ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ గా రాబోతున్న ఈ సినిమా ట్రైలర్ ప్రస్తుతం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంటుంది. పాపలర్ బ్యానర్ పీవీటీ మీడియా ఫ్యాక్షరీ తెరకెక్కిస్తోన్న ఈ చిత్రంలో విక్రమ్ ఆదిత్య, సీరత్ కపూర్, ఆయేషా ఖాన్, వెన్నెల కిషోర్, రాహుల్ రవీంద్రన్, రాహుల్ రామకృష్ణ, శివ కందుకూరి, సుదర్శన్ తదితరులు కీలక పాత్రలు పోషిస్తుండగా.. హేషామ్ అబ్దుల్ హమీద్ సంగీతం అందిస్తున్నారు.



పాక్ నుంచి తెచ్చిన ఏకే-47 తుపాకులతో..

సల్మాన్ హత్యకు బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్ కుట్ట..!

బాలీవుడ్ కండలవీరుడు సల్మాన్ ఖాన్ ఇంటి వద్ద ఇటీవలే కాల్పుల ఘటన తీవ్ర కలకలం సృష్టించిన విషయం తెలిసింది. అయితే, తాజాగా నటుడి హత్యకు కుట్ర జరుగుతున్నట్లు తెలుస్తోంది. గత కొంతకాలంగా సల్మాన్ ను టార్గెట్ చేసిన గ్యాంగ్స్టర్ లారెన్స్ బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్.. పక్కా స్ట్రాటజీతో సల్మాన్ ను అంతమొందించేందుకు కుట్రలు వస్తున్నట్లు సంబంధిత వర్గాలు తాజాగా ప్రకటించాయి. సల్మాన్ పస్టర్ లోని అతని ఫామిలీతో వద్ద హత్య చేసేందుకు బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్ పక్కా ప్లాన్ తో ఉన్నట్లు నిఘా వర్గాల నుంచి సమాచారం అందినట్లు సదరు వర్గాలు వెల్లడించాయి. ఈ మేరకు పొరుగు దేశం పాకిస్తాన్ నుంచి పలు ఆయుధాలను కూడా కొనుగోలు చేసినట్లు తెలిసింది. ఏకే-47, ఎం16, ఏకే-92 తుపాకులు, హై-కాలిబర్ ఆయుధాలను తెప్పించినట్లు తెలిపారు. ఏకే-47 తుపాకులతో సల్మాన్ కారును చుట్టుముట్టి కాల్పులు జరిపేందుకు ప్రణాళిక రచిస్తున్నట్లు సమాచారం. తేదంటే పస్టర్ లోని ఫామిలీలోకి దూసుకెళ్లి సల్మాన్ పై దాడి చేసి హతమార్చేందుకు ప్లాన్ చేస్తున్నట్లు సంబంధిత వర్గాలు పేర్కొన్నాయి. ఈ మేరకు సల్మాన్ ఫామిలీలో పరిసర ప్రాంతాల్లో బిష్ణోయ్ గ్యాంగ్ కు చెందిన 20 మంది రెక్కీ నిర్వాహిస్తున్నట్లు పోలీసులు గుర్తించారు. వీరంతా సల్మాన్ కదలికలను ఎప్పటికప్పుడు గ్యాంగ్స్టర్లకు చేరవేస్తున్నట్లు తెలిసింది. ప్రస్తుతం వీరి కోసం పోలీసులు గాలింపు చేపడుతున్నారు.



అక్రమ నిర్మాణాలపై ఎందుకీంత మోజు?!

- వీళ్ళకు మూటలే ముద్దు, పట్టించుకోని టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు
- అధికారులను సైతం పక్కతోవ పట్టిస్తున్న చైనీ మెన్ లు
- తూతూ మంత్రంగా కూల్చివేతలు, గ్యాకట్టర్ పెట్టిది లేదు, పూర్తిగా కూల్చిది లేదు
- సికింద్రాబాద్ టౌన్ ప్లానింగ్ విభాగంలో అవినీతిదే రాజ్యమా?!



సీతాఫలమండి (ప్రశ్న స్వాస్) సికింద్రాబాద్ సర్కిల్ పరిధిలో అక్రమ నిర్మాణాలపై చైనీ మెన్ లడే వైచేయి, రాజకీయ నాయకులకు మూటలు ఇస్తే ఎన్ని అంతస్తులు అయినా నిర్మించుకోవచ్చు. అధికారులకు వాటా వెళ్ళితే ఇంకేముంది చర్యలు తీసుకోవలసిన అధికారులు కళ్ళు ఉన్న గుడ్డి వాళ్ళు గా మారిపోతున్నారు. ఇంత భారీగా జరుగుతున్న అవినీతి అక్రమ నిర్మాణాలపై జిహాద్ కమిషన్ రోనాల్డ్ టోన్, జోసల్ కమిషన్ రవి కిరణ్ స్పందించక పోవటం వలన జిహాద్ కమిషన్ చర్యలు తీసుకోవలసిన అధికారులు చైనీ మెన్ లు అక్రమ నిర్మాణాలపై ప్రజలకు పూర్తి అసహనం పెరుగుతుంది. నలుగురు నవ్వి పోరుడు నాకేదిలే సిగ్గు అన్న చందంగా టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారుల వ్యవహారం మారింది. అక్రమ నిర్మాణదారుల మాత్రం ఫిర్యాదుదారులకు, సామాన్య ప్రజలకు ఏమీ చేసుకుంటారో చేసుకోండి అధికారులు ఏం చర్యలు తీసుకోలేరు లంచాలతో కొనేశాం అన్నట్లుగా సవాళ్ళు విసురుతున్నారు. సీతాఫలమండి డివిజన్ పరిధిలోని అక్రమ నిర్మాణాలకు అంతకుండా పోయింది ఇక్కడ దాదాపు 100

మంది వరకు బిల్డర్లు అక్రమ నిర్మాణాలను సమ్మతించి 40 గజాల నుండి 250 గజాల స్థలాలలో రెండు అంతస్తులకు అనుమతులు తీసుకొని ఏకంగా 5, ఆరు అంతస్తుల అక్రమ నిర్మాణాలు నిర్మించడం జక్రమ ప్రజాప్రతినిధులకు బిల్డర్లకు, టౌన్ ప్లానింగ్ సిబ్బందికి అధికారులకు కాసుల పంటగా మారింది. ఎదురింటి నెంబర్ 12-10-590/33/బి భారీ అక్రమ నిర్మాణం జరుగుతున్న ఓ చోట నాయకుడి పేరు చెప్పి టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు నోటీసులు జారీ చేయలేదు కూల్చివేతలు అంటారా అంటే లంచాలు తీసుకున్నారని కాబట్టి కూల్చివేతలు మాటే లేకుండా పోయిందని స్థానికులు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. సికింద్రాబాద్ సర్కిల్ పరిధిలో అక్రమ నిర్మాణాలపై టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులను ప్రశ్నిస్తే సమాధానం ఉండదు అవినీతి అంతస్తులు నిర్మిస్తూ ఎవరికీ సమాధానం చెప్పనవసరం లేదు అన్నట్లుగా వ్యవహరిస్తున్నారు. అందరికీ మూటలు ఇచ్చాము కావున ఒక అంతస్తు కాదు ఎన్ని అంతస్తుల నిర్మాణం చేసిన అడిగి వాడు లేదు అన్నట్లు ఉంది సికింద్రాబాద్ సర్కిల్ టౌన్ ప్లానింగ్ విభాగంలోని వ్యవహారం. అధికారులు, చైనీ మెన్ లు అక్రమ నిర్మాణాలకు రంగులు వేసిన తర్వాత పత్రికల్లో కథనాలు వస్తే నోటీసు ఇచ్చామని సమాధానం ఇవ్వడం రంగులు వేసే వరకు అక్రమ నిర్మాణం చేస్తుంటే సిబ్బందికి అధికారులకు కనిపించలేదా అప్పుడు ఎందుకు ఇవ్వడం లేదు నోటీసులు అంటే లంచాలు బాగానే తీసుకున్నారని అర్థం కదా అని స్థానికులు ప్రశ్నిస్తున్నారు. అంతేగా లంచాలు తీసుకోబట్టే నోటీసులు ఇవ్వడం చర్యలు తీసుకోరు నోటీసులు ఇచ్చిన దానిని మీడియాకు చూపించారు ఎందుకంటే అసలు వాళ్ళు నోటీసులు ఇస్తే కూడా లంచాలు తీసుకొని హాయిగా తప్పుడు సమాచారం ఇస్తూ అటు ఉన్నత అధికారులను ఇటు ప్రజలను మీడియాను తప్పుదోవ పట్టిస్తూ జిహాద్ కమిషన్ టౌన్ ప్లానింగ్ విభాగం బ్రష్ పట్టిపోతోంది అని ప్రజలు ఆవేదన వ్యక్తం చేస్తున్నారు. డినికీ సమాధానమాత్రం ఏనీవీ, డిప్యూటీ కమిషన్, జోసల్ కమిషన్ నుండి సమాధానం రాదు. చోటామోటా నాయకుల తో పాటు ప్రతిసర్కిల్ లో టౌన్ ప్లానింగ్ ఉద్యోగులు, డిప్యూటీ, చైనీ మెన్ లు కలెక్షన్ ఫుల్ గా చేసుకున్నారని ప్రజల్లో ఆరోపణ వెల్లువెత్తుతాయి. ఈ క్రోవలోనే గతంలో కూల్చివేసిన అక్రమ నిర్మాణాలను భారీగా లంచాలు తీసుకొని యధావిధిగా నిర్మాణాలు చేయించడం తిరిగి ఫిర్యాదు చేసిన వాటిపై చర్యలు



తీసుకోవడం వెనక టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారుల అవినీతి కారణమని ప్రజలు ఆగ్రహం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. ఇదే టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు అమ్ముడుపోయి పూర్తిగా అక్రమ నిర్మాణానికి వత్తాసు పలుకుతూ నిర్మాణంను దగ్గరుండి కట్టిస్తున్నారు. నార్త్ జోన్ పరిధిలో ఉన్న సర్కిల్ టౌన్ ప్లానింగ్ ఏసీబీ లపై సెక్షన్ ఆఫీసర్లపై చైనీ మెన్లపై ఏసీబీ విచారణ జరిపితే ఈ అవినీతిలో పాలుంచుకున్న ఉద్యోగుల బాగోతం బట్టబయలు అవుతాయని ప్రజలు గుసగు సలాడుకుంటున్నారు. తెలంగాణలో టౌన్ ప్లానింగ్ విభాగంపై ఏసీబీ అధికారులు రైడ్ లు చేసిన ఎవరి మీద ఇప్పటివరకు చర్యలు తీసుకోలేదన్న అధికారుల ధైర్యమా?!

జోసల్ కమిషన్ ఆదేశాలకు లెక్కలేదా?!

జిహాద్ కమిషన్ నార్త్ జోన్ పరిధిలో జోసల్ కమిషన్ రవికిరణ్ ఆదేశాలకు లెక్క లేకుండా పోయింది. అక్రమ నిర్మాణాలపై పత్రికల్లో కథనాలు వస్తే జోసల్ కమిషన్ కు బాధితులు దానిపై ఫిర్యాదు చేస్తే జోసల్ కమిషన్ వెంటనే చర్యలు తీసుకోవాలని ఆదేశాలు జారీ చేయడం ఆయన బాధ్యతకు నిదర్శనం కాని జోసల్ కమిషన్ ఆదేశాలను టౌన్ ప్లానింగ్ ఏసీబీలు మాత్రం అసలు లెక్క చేయడం లేదు అక్రమ నిర్మాణాలపై ఏమాత్రం చర్యలు తీసుకోకుండా ఒకవేళ తీసుకున్న తూతూ మంత్రంగా రెండు ఇంటిలు కూల్చివేసి జోసల్ కమిషన్ కు తప్పుడు సమాచారం ఇస్తున్నారని స్థానికులు మండిపడుతున్నారు. ఈ విధంగా నార్త్ జోన్ జోసల్ కమిషన్ పరిధిలో టౌన్ ప్లానింగ్ ఏసీబీ ల సెక్షన్ ఆఫీసర్లపై చైనీ మెన్ ల అవినీతి రాజ్యమేలుతుంది. అందుకే అక్రమ నిర్మాణదారులకు బిల్డర్లకు టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు అంటే అంత ప్రేమ కాదేమీ బహుశా.

దశాబ్దాల స్వరాష్ట్ర కలను సాకారం చేసిన ఘనుడు కేసీఆర్

- ఆధునిక భారతంలో మరో స్వాతంత్ర్య పోరాటం ఇది - ఎక్స్ వేదికగా కేబిఆర్ శుభాకాంక్షలు



హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వాస్): దశాబ్దాల స్వరాష్ట్ర కలను సాకారం చేసుకొని.. దశాబ్దం గడిచిన సందర్భమిదని భారానీ కార్యనిర్వాహక అధ్యక్షుడు కేబిఆర్ ఎక్స్ (టీవీటర్) వేదికగా పేర్కొన్నారు. ఆధునిక భారతం కళ్ళారా చూసిన మరో స్వాతంత్ర్య పోరాటం తెలంగాణ ఉద్యమం అని అభివర్ణించారు. బక్రపలచని, ఉక్కు సంకల్పం కలిగిన కేసీఆర్ పోరాట ఫలితమిదని చెప్పారు. అమరవీరుల ప్రాణత్యాగాల పునాదులపై ఏర్పడిన కొత్త రాష్ట్రం మనదన్నారు. అన్ని పర్యాయాలు కొట్లాడి, పోట్లాడి సాధించుకున్న ప్రత్యేక రాష్ట్రమిది. 60 ఏళ్ల విద్యన గాయాలను పదేళ్ల వికాసంతో మాన్వేసుకున్న ఘనకీర్తి మనది. పాలన చేతకారంకూ నోనడితో వెక్కిరించిన వాళ్ళే మనసు నిండా ప్రశంసించిన దశాబ్దమిది. తెలంగాణ ఆచరిస్తుంది.. దేశం అనుసరిస్తుందనేలా ఈ దశాబ్ద ప్రయాణం అనితర సాధ్యంగా సాగింది. శతాబ్దంలో సాధ్యంకాని అద్భుతాలను మన తెలంగాణ పదేళ్లలో చేసి చూపింది. నాడు కరవు, రాళ్ళుపూలు, కల్లోలత తెలంగాణ.. నేడు పచ్చని, సుఖిక్రమైన కోటి రతనాల మీద. ప్రతి ఒక్కరికీ తెలంగాణ దశాబ్ద ఉత్సవ శుభాకాంక్షలు అని కేబిఆర్ పేర్కొన్నారు. 60 ఏండ్ల విద్యన గాయాలను.. పదేళ్ల వికాసంతో మాన్వేసుకున్నామని కేబిఆర్ అన్నారు. తెలంగాణ ఉద్యమం మరో స్వాతంత్ర్య పోరాటమని తెలిపారు. బక్రపలచని, ఉక్కు సంకల్పం కలిగిన కేసీఆర్ పోరాట ఫలితమిదని చెప్పారు. అమరల ప్రాణత్యాగాల పునాదులపై ఏర్పడిన కొత్త రాష్ట్రం మనదన్నారు. శతాబ్దంలో సాధ్యంకాని అద్భుతాలు దశాబ్దంలో అయ్యాయిని వెల్లడించారు. తెలంగాణ ఆచరిస్తుంది.. దేశం అనుసరిస్తుందనేలా దశాబ్దం గడిచిందినేలా దశాబ్దం మరో స్వాతంత్ర్య పోరాటం తెలంగాణ కొనసాగాలని ఎక్స్ వేదికగా ఆకాంక్షించారు. ప్రతి ఒక్కరికీ తెలంగాణ దశాబ్ద ఉత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపుతూ టీవీలో చేశారు. దశాబ్దాల స్వరాష్ట్ర కలను సాకారం చేసుకొని దశాబ్దం గడిచిన సందర్భమిది. ఆధునిక భారతం కళ్ళారా చూసిన మరో స్వాతంత్ర్య పోరాటం మన తెలంగాణ ఉద్యమం. బక్రపలచని, ఉక్కు సంకల్పం కలిగిన కేసీఆర్ పోరాట ఫలితమిది. అమరవీరుల ప్రాణత్యాగాల పునాదులపై ఏర్పడిన కొత్త రాష్ట్రం మనది. సబ్బంద వరాలు కొట్లాడి, పోట్లాడి మా రాష్ట్రం మాకంటూ సాధించుకున్న ప్రత్యేక రాష్ట్రమిది. 60 ఏళ్ల విద్యన గాయాలను పదేళ్ల వికాసంతో మాన్వేసుకున్న ఘనకీర్తి మన తెలంగాణది. పాలన చేతకారంకూ నోనడితో వెక్కిరించిన వాళ్ళే మనసు నిండా ప్రశంసించిన దశాబ్దమిది అని అన్నారు.

ఏ ఒక్కరి వల్లనో తెలంగాణ రాలేదు

- అన్ని పార్టీలు.. ప్రజల పోరాటంతో సాకారం
- బిజెపి కూడా సంపూర్ణ మద్దతు ఇచ్చింది
- ఆవిర్భావ దినోత్సవంలో ఎంపి లక్ష్మణ్



హైదరాబాద్ (ప్రశ్న స్వాస్): తొలిదశ తెలంగాణ ఉద్యమంలో 369 మంది ప్రాణాలను అనాటి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం బలి తీసుకుందని భాజపా రాజ్యసభ సభ్యుడు లక్ష్మణ్ ఆరోపించారు. తెలంగాణ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవం సందర్భంగా నాంపల్లిలోని పార్టీ రాష్ట్ర కార్యాలయంలో జాతీయ జెండాను ఆవిష్కరించి మాట్లాడారు. తెలంగాణ ఉద్యమానికి భాజపా మద్దతు తెలిపి పోరాటం చేసిందన్నారు. ఏ ఒక్కరితోనీ తెలంగాణ ఏర్పడలేదన్నారు. అన్ని పార్టీలు, ప్రజలు ముందుండి కొట్లాడితేనే తెలంగాణ వచ్చిందన్నారు. తెలంగాణ ఏర్పాటుకు బిజెపి దేశపరతూ మద్దతు తెలిపిన విషయాన్ని గుర్తు చేశారు. ప్రత్యేక రాష్ట్ర బిల్లుకు మద్దతు ఇస్తామని అప్పట్లో రాజీనాథ్ సింగ్ హామీ ఇచ్చారని గుర్తుచేశారు. సుష్మా స్వరాజ్, అరుణ్ జైట్లీ పాల్గొంటు ఉభయ సభల్లో తెలంగాణ కోసం గళమెత్తారని తెలిపారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి చరిత్రను వక్రీకరిస్తున్నారు. 1200 మంది బలిదానాల మీద తెలంగాణ ఏర్పడింది. ఉద్యమ సమయంలో సోనియా గాంధీని రేవంత్ రెడ్డి బలిదేవత అన్నారు. ముఖ్యమంత్రి ఆయ్యాక బలిదేవతను ఎలా ఆరాధిస్తున్నారు? కేసీఆర్ ప్రభుత్వం కవులు, కళాకారులు, ఉద్యమకారులను విస్మరించింది. రేవంత్ రెడ్డి రాజకీయ వివాదాలు సృష్టించి కాలం గడుపుతున్నారని తెలంగాణ చిన్నప్పటినుండి స్వరాజ్ ను విస్మరిస్తున్నారు. ప్రత్యేక రాష్ట్రాన్ని సోనియా గాంధీ ఇచ్చినట్లు రేవంత్ రెడ్డి చెప్పడం సరికాదన్నారు. సకల జనులు పోరాటం చేసి సాధించుకున్నారు. నీళ్లు, నిధులు, నియామకాలు అమలు చేయకపోవడం వల్లే కేసీఆర్ ను గద్దె దించారు. ఆయన రాష్ట్రాన్ని అప్పుల కుప్పగా చేశారు. ఫోన్ ట్యాపింగ్ కేసును కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం సీబీఐకి ఎందుకు అప్పగించడం లేదని లక్ష్మణ్ ప్రశ్నించారు. తెలంగాణ ఏర్పడి పదేళ్లయినా నీళ్లు, నిధులు, నియామకాలు అనే ఉద్యమ ఆకాంక్షలు నెరవేరలేదని భాజపా ఎంపి బండి సంజయ్ విమర్శించారు. ఈ మేరకు హైదరాబాద్ లో ఒక ప్రకటన విడుదల చేశారు. భారానీ బాటలోనే కాంగ్రెస్ నడుస్తోందన్నారు. అవినీతితో రాజ్యమేలుతూ తెలంగాణను ఆ పార్టీ పెద్దలకు ఏదీవంగా మార్చారని ఆరోపించారు. 6 గ్యారంటీలు సహా ఎన్నికల హామీలను తుంగలో తొక్కారని తెలిపారు. ఏ వర్షం ప్రజలను కదిలించినా ఆశాంతి, ఆగ్రహమే కనిపిస్తోందని చెప్పారు. ఉద్యమ ఆకాంక్షల అమలుకు మరో పోరుకు భాజపా సిద్ధమని బండి సంజయ్ తెలిపారు.

తెలంగాణ అవతరణ దినోత్సవం

- శుభాకాంక్షలు తెలిపిన రాష్ట్రపతి, ప్రధాని

- తెలంగాణ అభివృద్ధికి కట్టుబడి ఉన్నామన్న మోడీ

న్యూఢిల్లీ (ప్రశ్న స్వాస్): గొప్ప వారసత్వం, భిన్న సంస్కృతులు తెలంగాణలో కనిపిస్తాయని రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము తెలిపారు. తెలంగాణ ప్రజలకు ఆమె ఎక్స్ (టీవీటర్) వేదికగా రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. బడీ సేవల్లో రాష్ట్రం గుర్తింపు పొందిందని చెప్పారు. ఈ ప్రాంత ప్రజలు మరింత అభివృద్ధి చెందాలని ఆమె ఆకాంక్షించారు. తెలంగాణ ఆవిర్భావం సందర్భంగా రాష్ట్రపతి ముర్ము, ప్రధాని మోడీ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. తెలంగాణ ప్రజలకు ప్రధాని నరేంద్ర మోడీ రాష్ట్ర ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు. దేశాభివృద్ధికి తెలంగాణ అందించిన సహకారం ప్రతి భారతీయుడికి గర్వకారణం మని తెలిపారు. గొప్ప చరిత్ర, విశిష్ట సంస్కృతి ఈ రాష్ట్ర ప్రత్యేకతలని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ అభివృద్ధికి తాము కట్టుబడి ఉన్నట్లు నరేంద్ర మోడీ తెలిపారు. ఈ మేరకు ఆయన ఎక్స్ (టీవీటర్) వేదికగా పోస్టు చేశారు. తెలంగాణ ప్రజలకు ఆవిర్భావ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు.. దేశాభివృద్ధికి అందించిన సహకారం మరచలేదని.. గొప్ప చరిత్ర, విశిష్ట సంస్కృతి తెలంగాణ ప్రత్యేకతలు.. తెలంగాణ అభివృద్ధికి మేము కట్టుబడి ఉన్నాం.. అంటూ ప్రధానమంత్రి నరేంద్ర మోడీ పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ సోదర సోదరిమణులకు రాష్ట్ర అవతరణ దినోత్సవ శుభాకాంక్షలు. తెలంగాణ రాష్ట్రం, దేశాభివృద్ధికి అందించిన సహకారం ప్రతి భారతీయుడికి గర్వకారణం.. గొప్ప చరిత్ర, విశిష్టమైన సంస్కృతి ఈ రాష్ట్ర ప్రత్యేకతలు. రానున్న రోజుల్లో ఈ రాష్ట్రాభివృద్ధికి నిరంతరం కృషి చేసేందుకు మేము కట్టుబడి ఉన్నాం.. నరేంద్ర మోడీ..

సిట్టింగ్ స్థానాన్ని కైవాసం చేసుకున్న బిఆర్ఎస్

- ముఖ్యమంత్రి సొంత జిల్లాలో తొలి ఎదురు దెబ్బ - స్థానిక సంస్థల ఎమ్మెల్సీగా నాగర్ కుంట నవీన్ రెడ్డి
- హెబారాహారి పోరులో స్థానాన్ని నిలబెట్టుకున్న బిఆర్ఎస్ - కాంటింగ్ నుండి మర్కలోనే వెళ్లిపోయిన మన్నె జీవన్ రెడ్డి
- ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్న అధికార పార్టీ అయినా తప్పని ఓటమి



షాద్ నగర్ (ప్రశ్న స్వాస్) ముఖ్యమంత్రి సొంత జిల్లాలో నెలకొన్న ఎమ్మెల్సీ ఉప ఎన్నిక అధికార పార్టీ కాంగ్రెస్, బీఆర్ఎస్ పార్టీ సమూహ హెబారాహారి పోరు నెలకొంది. చివరికి హెబారా హెబారాహారిలో ప్రతిష్ట బీఆర్ఎస్ పార్టీ విజయం సాధించింది. సిట్టింగ్ స్థానాన్ని బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఘనంగా నిలబెట్టుకుంది. ముఖ్యమంత్రి సొంత జిల్లాలో తొలి ఎదురు దెబ్బ తగిలినట్లు అయిందని, సొంత పార్టీ నాయకులు సైతం మాట్లాడుకోవడం విస్మయానికి గురిచేస్తుంది. ప్రస్తుత కల్వకుర్తి ఎమ్మెల్యే కనీరెడ్డి నారాయణరెడ్డి రాజీనామాతో ఏర్పడిన ఉప ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ పార్టీ తరఫున నాగర్ కుంట నవీన్ రెడ్డిని అభ్యర్థిగా బీఆర్ఎస్ పార్టీ నిర్ణయించింది. నిర్ణయించిన తొలి రోజు నుండి నవీన్ రెడ్డి ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా ఎన్నికలు తీసుకొని స్థానిక ఎంపీటీసీ, జడ్పీటీసీ, కౌన్సిలర్లను సమన్వయం చేసుకుంటూ విజయం సాధించారు. ఉప ఎన్నిక కౌంటింగ్ సమయంలో బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల మెజారిటీ సాధిస్తుందని గ్రహించిన అధికార పార్టీ ప్రభుత్వం మన జీవన్ రెడ్డి మద్దతుతో కౌంటింగ్ సెంటర్



నుండి వెళ్లిపోయారు. అధికార పార్టీ, ముఖ్యమంత్రి సొంత జిల్లా కావడంతో నాయకులు ఎంతో ప్రతిష్టాత్మకంగా తీసుకున్నారు అయినా అధికార పార్టీకి ఓటమి కలిగింది. ఓటింగ్ పూర్తి అయిన నాటినుండి కల్వకుర్తి గెలుస్తామని ధీమాతో బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఉండడం గమనార్హం. ఈ సందర్భంగా ఎమ్మెల్సీ నాగర్ కుంట నవీన్ రెడ్డి మాట్లాడుతూ తన విజయానికి కృషిచేసిన ప్రతి ఒక్కరికి ధన్యవాదాలు తెలుపుతున్నానని అన్నారు. మహబూబ్ నగర్ లోని కౌంటింగ్ సెంటర్లో నియామక పత్రం అందుకున్న తర్వాత షాన్సుగర్ అంబేద్కర్ విగ్రహానికి, కొత్తూరు లోని జ్యోతిరావు బాబు ఫుల్ విగ్రహానికి, తెలంగాణ తల్లి విగ్రహానికి పూలమాలలు వేసి ప్రతి ఒక్కరికి ధన్యవాదాలు తెలుపుతున్నామని, ఈ గెలుపును జీవితాంతం గుర్తుంచుకుంటామని కష్ట కాలంలో పార్టీకి అండగా నిలిచిన ప్రతి ఒక్కరికి ఈ విజయం అంతింకం చేస్తున్నానని తెలిపారు.

ఇది వ్రస్తానం..

మొట్టమొదటిసారి 2014లో రాజకీయ అరంగేట్రం చేసి ఉమ్మడి కొత్తూరు మండల జడ్పీటీసీ గా ఎన్నికై మహబూబ్ నగర్ జిల్లా జడ్పీ వైస్ చైర్మన్ గా నాగర్ కుంట నవీన్ రెడ్డి ఎన్నుకోబడ్డారు. 2019 ఎన్నికల నేపథ్యంలో రాజకీయ పరిణామాలు దృష్ట్యా సైబరాబాద్ ఉన్నారు. 2024 ఎన్నికలలో బిఆర్ఎస్ పార్టీలో చేరి పార్టీ అభ్యర్థి అయినా అంజయ్య యాదవ్ కు సంపూర్ణ మద్దతు తెలిపారు. ఆ ఎన్నికల్లో పార్టీ పరాయణం సాధించిన ఎమ్మెల్సీ ఉప ఎన్నికల్లో పార్టీ డిటెట్ తీసుకొని దృఢమైన సంకల్పంతో ఎన్నికల్లో పోటీ చేశారు. ఆర్థికంగా, రాజకీయంగా పలుకుబడి ఉండడంతో రాష్ట్రంలో పార్టీ అధికారాన్ని కోల్పోయిన ఎమ్మెల్సీ స్థానాన్ని కైవసం చేసుకోగలిగారు