



‘పాతగుట్ట’ బ్రహ్మాత్మవాలు ఘరూ

స్వస్తివాచనంతో ఉత్సవాలకు శ్రీకారం చుట్టిన అర్చకులు 30న ఎదుర్కోలు, 31న తిరుకల్యాణం, ఫిబ్రవరి 1న రథోత్సవం

రోమింగ్ స్పోర్స్: యాదగిరిగుట్ట దేవస్థానానికి అనుబంధ ఆలయమైన పూర్వగిరి(పాతగుట్ట) శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి క్షేత్రంలో వార్షిక బ్రహ్మాత్మవాలు బుధవారం అంగరంగ వైభవంగా ప్రారంభమయ్యాయి. ఉదయం స్వస్తివాచనం, రక్షాబంధనం, విష్ణుకేస న ఆరాధన, పుణ్యాహవచనంతో ఆలయ ప్రధానార్చకులు కాండూరి వెంకటాచార్యులు, సురేంద్రాచార్యుల అధ్వర్యంలో అర్చకులు వార్షిక బ్రహ్మాత్మవాలకు శ్రీకారం చుట్టారు.



సుప్రీం ఆదేశాలతో అనర్హతపై స్పీకర్ విచారణ

ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్ కు నోటీసులు జారీ 30న ఉదయం స్పీకర్ కార్యాలయంలో హాజరు కావాలని ఆదేశం

.. వివరాలు 2లో



పదొక రోజు బాంబు పేలుస్తా

నా నియోజక వర్గానికి నిధులెందుకీవ్వరు? నిధులన్నీ రేవంత్, భట్టి, ఉత్తమ్ నియోజక వర్గాలకేనా? మండిపడ్డ మునుగోడు ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డి

.. వివరాలు 2లో



ఐకసిత్ భారత్ వైపు దేశం పయనిస్తోంది

పదేళ్లలో పేదల కోసం 4కోట్ల ఇళ్ల నిర్మాణం

జల్ జీవన్ మిషన్ ద్వారా గ్రామాలకు తాగునీరు వందేభారత్, అమృత్ భారత్ రైళ్ల ద్వారా సేవలు ఆయుష్మాన్ భారత్తో కోట్లమందికి వైద్యం వరిధాన్యం ఉత్పత్తిలో ప్రపంచంలో నంబర్ వన్ అక్వా, పాల ఉత్పత్తుల్లో భారత్ ముందంజ 11 ఏళ్లలో భారత ఆర్థిక వ్యవస్థ వేగంగా అభివృద్ధి జిఎస్ టీ షాబుల తగ్గింపుతో పెరిగిన కొనుగోలు శక్తి పవర్ టెక్నాలజీ హబ్ గా రూపొందుతున్న భారత్ గ్రీన్ ఎనర్జీ రంగంలో పవర్ హౌస్ గా భారత్ ఉభయ సభలను ఉద్దేశించి రాష్ట్రపతి ప్రసంగం



పురపోరుతోనే కాంగ్రెస్ కు గుణపాఠం

ఆరూరి రమేష్ కు కండువా కప్పి బీఆర్ఎస్ లోకి ఆహ్వానించిన కేటీఆర్ కడియం వల్లే బీఆర్ఎస్ ను వీడా: ఆరూరి



తెలివి లేనోడు, ఓపిక లేనోడు ఈ రాష్ట్రాన్ని పాలిస్తున్నాడని సీఎం రేవంత్ రెడ్డిని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ విమర్శించారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అన్ని వర్గాలను మోసం చేస్తోందని, ప్రజల గురించి పట్టించుకునే తీరిక గానీ, ఉద్దేశ్యం గానీ సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి లేదని ధ్వజమెత్తారు.

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లోనూ సత్తా చాటుతాం

పార్టీ పనితీరు, గెలుపు అవకాశాలు లక్ష్యంగా ఎంపిక పిసిసి చీఫ్ మహేశ్ గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో అభ్యర్థుల ఎంపిక సిఎం లేనప్పుడు మంత్రులు తనను కలవడంలో తప్పలేదు మిడియాతో డివ్యూటీ సిఎం భట్టి విక్రమార్క



మాహారాష్ట్ర రాజకీయాల్లో తీరని విషాదం

ఉప ముఖ్యమంత్రి అజిత్ పవార్ దుర్మరణం జిల్లా పరిషత్ ఎన్నికల ప్రచారానికి వెళుతుండగా దుర్ఘటన బారామతిలో అదుపుతప్పి విమానం ల్యాండ్ క్రాష్ రన్వే పై ఎమర్జెన్సీ ల్యాండింగ్కు విఫలయత్నం.. రాయిని ఢీకొట్టడంతో విస్ఫోటనం అగ్నిగోళంలా జ్వాలలు. అజిత్ తోపాటు మరో నలుగురి మృతి మాహారాష్ట్ర ప్రజలకు తీరని లోటు అజిత్ మృతిపట్ల ప్రధాని మోడీ దిగ్భ్రాంతి



మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో సీఎం ప్రచారం

3 నుంచి ప్రచారంలోకి రేవంత్ రెడ్డి

హైదరాబాద్,జనవరి 28 : తెలంగాణలో మున్సిపల్ ఎన్నికలకు నోటిఫికేషన్ విడుదలయ్యింది. బుధవారం నుంచి నామినేషన్ల పర్వకూడా మొదలయ్యింది. ఈ క్రమంలో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి ఎన్నికల ప్రచారం కోసం ఫిబ్రవరి 3 నుంచి రాష్ట్రంలో పర్యటించనున్నారు. ప్రస్తుతం అమెరికాలో ఉన్న ఆయన.. నెలాఖరుకు స్వదేశానికి తిరిగి వస్తారు. ఫిబ్రవరి 3న నల్గొండ జిల్లా మిర్యాల గూడ, 4న కరీంనగర్ జిల్లా జగిత్యాల, 5న రంగారెడ్డి జిల్లా చేపేళ్ల, 6న భూపాలవల్లి, 7న మెదక్, 8న నిజామాబాద్‌లో సీఎం రేవంత్ పర్యటిస్తారు. మరోవైపు రాష్ట్రవ్యాప్తంగా తొలి రోజు 890 మంది అభ్యర్థుల నుంచి 902 నామినేషన్లు దాఖలయ్యాయి. వీరిలో 382 మంది కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులు, 258 మంది బీఆర్‌ఎస్ అభ్యర్థులు, 169 మంది భాజపా అభ్యర్థులు ఉన్నారు.

సుప్రీం ఆదేశాలతో అనర్హతపై స్పీకర్ విచారణ

ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్‌కు నోటీసులు జారీ

30న ఉదయం స్పీకర్ కార్యాలయంలో హాజరు కావాలని ఆదేశం

హైదరాబాద్,జనవరి 28 : తెలంగాణ రాజకీయాల్లో ఎమ్మెల్యేల అనర్హత పీఠిష్ఠ అంశంపై సుప్రీంకోర్టు సీరియస్ కావడంతో.. అసెంబ్లీ స్పీకర్ గడ్డం ప్రసాద్ కుమార్ వేగం పెంచారు. ఇందుకు సంబంధించి తాజాగా ఖైరతాబాద్ ఎమ్మెల్యే దానం నాగేందర్‌కు స్పీకర్ నోటీసులు జారీ చేశారు. ప్రస్తుతం ఈ విషయం రాష్ట్ర రాజకీయాల్లో హాట్ టాపిక్‌గా మారింది. ఈ నెల 30వ తేదీన ఉదయం స్పీకర్ కార్యాలయంలో హాజరు కావాలని దానం నాగేందర్‌ను ఆదేశించారు. అదేవిధంగా ఫిర్యాదు చేసిన బీఆర్‌ఎస్ పాడి కౌశిక్ రెడ్డికి కూడా నోటీసులు అందాయి. ఇందులో భాగంగా ఉదయం 10:30 గంటలకు బీఆర్‌ఎస్ ఇచ్చిన ఫిర్యాదుపై విచారణ జరగనుండగా.. మధ్యాహ్నం 12:00 గంటలకు బీజేపీ ఎల్పీ నేత ఎలెలీ మహేశ్వర్ రెడ్డి ఇచ్చిన ఫిర్యాదుపై విచారణ జరగనుంది. ఎమ్మెల్యేల అనర్హత అంశంలో జాప్యం జరుగుతోందని భావించిన సుప్రీంకోర్టు ఈ నెల 19న స్పీకర్‌కు కోర్టు ధికృతణ నోటీసులు జారీ చేసింది. చర్యలు తీసుకోకపోతే కఠినంగా వ్యవహరిస్తామని హెచ్చరించిన నేపథ్యంలో, స్పీకర్ పెండింగ్‌లో ఉన్న ముగ్గురు ఎమ్మెల్యేలుదానం నాగేందర్, కడియం శ్రీహరి, డాక్టర్ సంజయ్ అంకాన్ని పరిశీలిస్తున్నారు. ఇప్పటికే అరికపూడి గాంధీ నహ్ మరో ఏడుగురికి 'క్లీన్ చిట్' లభించిన సంగతి తెలిసిందే. అయితే మిగిలిన ఎమ్మెల్యేలతో పోలిస్తే దానం నాగేందర్ కేసు భిన్నమైనది. ఆయన బీఆర్‌ఎస్ ఎమ్మెల్యేగా ఉంటూనే 2024 పార్లమెంట్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ బి-ఫామ్‌పై ఎంపీగా పోటీ చేశారు. ఇది సృష్టమైన ఫిరాయింపు కిందకు వస్తుందని.. అందుకే ఆయనపై అనర్హత వేటు పడే అవకాశాలు ఎక్కువగా ఉ న్నాయని సమాచారం. ఒకవేళ స్పీకర్ అనర్హత వేటు వేస్తే, దానం తన ఎమ్మెల్యే పదవిని కోల్పోతారు. మరోవైపు స్పీకర్ నిర్ణయం తీసుకోకముందే.. దానం నాగేందర్ తన పదవికి రాజీనామా చేసి ఉప ఎన్నికలకు వెళ్లారనే ప్రచారం కూడా గట్టిగా సాగుతోంది. మొత్తానికి 30వ తేదీన జరిగే విచారణ తెలంగాణ రాజకీయాల్లో పెను మార్పులకు దారితీసేలా కనిపిస్తోంది.

ఏదొక రోజు బాంబు పేలుస్తా

నా నియోజక వర్గానికి నిధులెందుకివ్వరు?

నిధులన్నీ రేవంత్, భట్టి, ఉత్తమ్ నియోజక వర్గాలకేనా?

మండిపల్లె మునుగోడు ఎమ్మెల్యే రాజగోపాల్ రెడ్డి

హైదరాబాద్ : నల్గొండజిల్లా మునుగోడు కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యే కోమటిరెడ్డి రాజగోపాల్ రెడ్డి మరోసారి సంచలన వ్యాఖ్యలు చేశారు. ఏదో ఒకరోజు బాంబు పేలుస్తానని, మునుగోడు అభివృద్ధి పనులకు బిల్లులు చెల్లించడం లేదని సీఎం రేవంత్ రెడ్డిపై ఒంటికాలుపై లేశాడు. వారం రోజుల్లో బిల్లులు చెల్లిస్తామని ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి హామీ ఇచ్చారని, మూడు వారాలు దాటినా బిల్లులు మంజూరు కాలేదని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మునుగోడులో చేసిన పనులకు బిల్లులు రాకపోవడంతో కాంట్రాక్టర్లు పనులు మధ్యలో ఆపేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. పెండింగ్ బిల్లులను చెల్లించమని ఆర్థిక శాఖ మంత్రి భట్టి విక్రమార్కును అడిగితే, బిల్లులు ఇవ్వలేని పరిస్థితిలో ఉన్నామని చెబుతున్నారని ఆరోపించారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ప్రాతినిధ్యం వహిస్తున్న కొడం గల్, ఆర్థిక శాఖా ఆర్థిక శాఖా మంత్రి నియోజకవర్గం మధిర, సాగునీటి పారుదలశాఖామంత్రి ఉత్తమ్ కుమార్ రెడ్డి నియోజకవర్గం చూజూర్గుగర్లు నిధుల కేటాయింపు జరుగుతున్నదని రాజగోపాల్ రెడ్డి ఆరోపించారు. బిల్లుల కోసం ఎదురుచూసి విసిగిపోయానని, తక్షణమే బిల్లులు చెల్లించకపోతే ఏదో ఒకరోజు బాంబు పేలుస్తానని హెచ్చరించారు.

ఎసిబికి చిక్కిన నార్నూర్ ఎ.ఇ. శ్రీకాంత్ డిస్మిస్

ఏసిఠికి పాల్పడితే కటకటాల్...బ్లాక్ విస్యలో వివరాలు

హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ ఎం.డి. వి. ఎ. గౌతం

హైదరాబాద్,జనవరి 28 : విధి నిర్వహణలో అక్రమాలకు పాల్పడి, లంచం తీసుకుంటూ పట్టుబడిన ఆదిలాబాద్ జిల్లా నార్నూర్ మండల అవుట్ సౌర్కింగ్ అసిస్టెంట్ ఇంజనీర్ దుర్గం శ్రీకాంత్ ను ఉద్యోగంలో నుంచి తొలగించామని హౌసింగ్ కార్పొరేషన్ మేనేజింగ్ డైరెక్టర్ వి.పి.గౌతం తెలిపారు. ఇతనిపై క్రిమినల్ కేసులు నమోదు చేయడంతోపాటు, భవిష్యత్తులో ఎక్కడా ఉద్యోగం రాకుండా వివరాలను బ్లాక్ విస్యలో పెడుతున్నట్లు ప్రకటించారు. శ్రీకాంత్ గత ఏడాది మే నెల నుంచి విధులను నిర్వహిస్తూ మంగళవారం నాడు నార్నూర్ లో ఇందిరమ్మ లబ్ధిదారుల నుంచి లంచం డిమాండ్ చేసి, రెడ్ హ్యాండెడ్ గా దొరికారు. బిల్లుల విడుదల నిమిత్తం ఇండ్ల ఫోటోలు అవ్ లోడ్ చేయడానికి అధికారులపరెైనా నిరాకరిస్తే, ఇందిరమ్మ ఇండ్ల యావ్ ద్వారా లబ్ధిదారులే స్వయంగా పోటోలను అవ్ లోడ్ చేసుకోవచ్చని ఇండ్ల సూచించారు. లబ్ధిదారులు తమ మెజిల్లో ఫోన్ లో ఆందిరమ్మ అందు వాడో లోడ్ చేసుకోవాలి. అందులో తమ ఫోన్ నెంబరుతో లబ్ధిదారుగా లాగిన్ అయిన తరువాత దౌష్ట్య బోర్డులో వారికి సంబంధించిన వివరాలన్నీ కనిపిస్తాయి. ఇంటికి సంబంధించి 'క్యాప్చర్ స్టేట్ వెబ్ సైట్ ఫోటో' గ్రాఫ్స్' అని ఇంటి నియోణపు దశలు ఉంటాయి. అందులో గ్రౌండింగ్, బేస్ మెంట్ , వాలింగ్, ఛాబ్ లెయిడ్ , కంప్లైడ్ అని ఉంటాయి. వాటిలో ఏ దశ పోటోలు అవ్ లోడ్ చేయాలి ఉంటుందో దానిపై క్లిక్ చేసి, ఆ దశకు తగినట్లుగా నిర్దేశించిన వివరాలను పొందుచుంటారు. ఇంటి ఫోటోలను తీసి లబ్ధిదారులే స్వయంగా అవ్ లోడ్ చేయవచ్చు.పేదలకు శాశ్వతమైన లబ్ధి చేకూర్చే బృహత్తరమైన సంక్షేమ కార్యక్రమంలో అవినీతికి పాల్పడుతూ, లంచాలను డిమాండ్ చేస్తే కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని, ఎంతటి వారైనా ఉపేక్షించేది లేదని ఎండి గౌతం స్పష్టం చేశారు. అవినీతి కేసుల్లో ఇరుక్కున్న వారు జైలుకు వెళ్లడమే కాకుండా, తదుపరి వారికి ఎక్కడా ఉద్యోగాలు లభించవని అన్నారు. ఇందిరమ్మ ఇండ్ల పథకంలో వివిధ రకాల విధుల నిర్వహిస్తున్న రెగ్యులర్ సిబ్బంది అయినా, డిప్యూటీషన్ పై వచ్చిన వారైనా, అవుట్ సౌర్కింగ్ సిబ్బంది అయినా ,అవినీతికి పాల్పడితే కేసులు ఎదుర్కోవాల్సిందే అని హెచ్చరించారు. ఈ అంశంలో ప్రజలకు ఏమైనా ఫిర్యాదులుంటే 1800 599 5991 కాల్ సెంటర్ కు ఫోన్ చేయాలని కోరారు.

గడ్డెనెక్కిన సారలమ్మ.. పోటెత్తిన భక్తజనం

శివాలెత్తిన మేడారం మహా జాతర

ఆదివాసీ గిరిజన సంప్రదాయాలతో

కన్నెపల్లి గుడిలో ప్రత్యేక పూజలు

సారలమ్మకు మంగళ హారతులతో

మహిళల స్వాగతం

తరలి వచ్చిన మంత్రులు సీతక్క, లద్దూరి లక్ష్మణ్

జంపన్నవాగులో భక్తుడి గల్లంతు

వరంగల్ : వనమంతా జనమ యమైంది. అమ్మవార్ల ఆగమనంతో మేడారం పులకరిం చింది.. కోట్లాది మంది భక్తులు ఎప్పుడెప్పుడా అని ఎదురు చూసిన ఉద్యిగ్గు క్షణాలు రానే వచ్చాయి. భక్తుల జయజయ యధ్వానాల నడుమ కన్నెపల్లి నుంచి వచ్చిన సారలమ్మ.. పునుగండ్ల నుంచి వచ్చిన పగిడిద్దరాజు... కొండాయ్ నుంచి వచ్చిన గోవిందరాజులు గద్దెలపై కొలువుదీరడంతో మహా జాతరకు పూర్తికోభ చేకూరినట్టయింది. కన్నెపల్లి నుంచి సారలమ్మ గద్దె పైకి రాగానే ఆ ప్రాంగణమంతా భక్తుల నినాదాలతో హోరెత్తింది.. జై సారలమ్మ...జై పగిడిద్దరాజు..... జై గోవిందరాజు అంటూ పెద్ద పెట్టున నినాదాలు మిస్రంటా యి. మరోవైపున లక్ష్మీదేవేరులు, గట్టమ్మలు దారి పొడవునా శివాలు ఊగుతూ నా బిడ్డ సారలమ్మ.. నా తమ్ముడా జంపన్న అంటూ సార్వమతోపాటు గద్దె వైపునకు చేరారు. కన్నెపల్లి లిల్లోని సారలమ్మ గుడి వద్ద ప్రధాన పూజారి కాక సారయ్య ఆధ్వర్యంలో ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. సారలమ్మను గద్దెలపైకి తీసుకొచ్చేందుకు సిద్ధం చేస్తుండగా గుడి చుట్టూ శివశక్తులు, లక్ష్మీదేవేరులు, గట్టమ్మలు పూనకాలతో ఊగిపో యారు, తమ ఇళ్లకు రా బిడ్డా అంటూ ఆహ్వానించారు. అంతకుముందు మేడారంలోని సారలమ్మ, పగిడిద్దరాజు, గోవిందరాజుల గద్దెలనూ శు ద్ధిచేశారు. గద్దెలపై తల్లులు కొలువుదీరేందుకు అందంగా తీర్చిదిద్దారు. ప్రధాన ద్వారం వద్ద తడి బట్టలతో పడుకున్న ఆడపడు చులుసారలమ్మ గుడి నుంచి బయటకు వస్తుండగా ప్రధాన ద్వారం నుంచి దాదాపు ఫర్లాంగు వరకు దారి పొడవునా పెళ్లి కావల్సిన యువతులు, అనారోగ్యంతో బాధపడుతున్న మహిళలు, సంతానం లేనివారు పడుకోగా వారిపై నుంచి సారలమ్మ నడుచుకుంటూ మేడారానికి బయలుదేరారు. ఈ సందర్భంగా సారలమ్మను తమ ఇళ్లకు రావాల్సిందిగా కన్నెపల్లి ల్లి వాసులు వేడుకున్నారు. వారి ఆహ్వానాన్ని మన్నించిన అమ్మవారు గడవగడపకూ తిరుగుతూ వారినుంచి హారతులు స్వీకరించారు. కన్నెపల్లి నుంచి నడుచుకుంటూ వస్తున్న అమ్మవారిని దారి పొడవునా భక్తజనం జైసారలమ్మ, జై సమ్మక్కా అంటూ నినాదాలు చేసుకుంటూ ఆమెను అనుసరించారు.

పులకరించిన జంపన్న వాగు...

సారలమ్మ జంపన్న వాగులో తమ్ముడిని కలిసేందుకు కాలు మోపగానే అక్కడ శివశక్తులు పూనకాలతో ఊగిపోయారు. రెండేళ్ల ఎడబాటు అనంతరం కలుసుకున్న అక్క, తమ్ముళ్లు ఒకరికొకరు కుశలప్రశ్నలు వేసుకున్నారు. అమ్మకు ఏమి చెప్పాలిరా తమ్ముడా అంటూ జంపన్నను “తీయంగా పలకరించగా అమ్మ(సమ్మక్క), నాన్న(పగిడి ద్దరాజు) కుశలమేనని చెప్పి గద్దెలపైకి

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లోనూ సత్తా చాటుతాం

పార్టీ పనితీరు, గెలుపు అవకాశాలు లక్ష్యంగా ఎంపిక పిసిసి చీఫ్ మహేశ్ గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో అభ్యర్థుల ఎంపిక మున్సిపల్ ఎన్నికలను కాంగ్రెస్ సీరియస్‌గానే తీసుకుంది
ఎం లోనప్పుడు మంత్రులు తనను కలవడంలో తప్పలేదు
దీనిపై అసెన్య కథనాలు రాయడం సరికాదు
మిడియాతో డిప్యూటీ సీఎం భట్టి విక్రమార్కు

ఖమ్మం,జనవరి28 : మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల ఎంపిక అనేది కేవలం ఒకరిద్దరి నిర్ణయం కాకూడదని, అత్యంత పారదర్శకంగా , సమిష్టిగా సాగాలని ఉప ముఖ్యమంత్రి భట్టి విక్రమార్కు స్పష్టం చేశారు. ఆయా మున్సిపాలిటీల బాధ్యతలు చూస్తున్న మంత్రులు, ఎమ్మెల్యేలు, జిల్లా కాంగ్రెస్ అధ్యక్షులు , సీనియర్ నాయకులు అందరూ కలిసి చర్చించి, ఏకాభిప్రాయంతో అభ్యర్థులను ఖరారు చేయాలని భావించారు. ఖమ్మం జిల్లాలో మిడియాతో మాట్లాడిన భట్టి.. కాంగ్రెస్ ఎమ్మెల్యేలు అందరూ మున్సిపల్ ఎన్నికలను సీరియస్ గా తీసుకొని పార్టీ నేతలను సమన్వయం చేసుకుంటూ ముందుకెళ్లాలని సూచించారు.అభ్యర్థుల ఎంపికలో అందరినీ కలుపుకుని పోవడం వల్ల పార్టీలో అంతర్గత విభేదాలు రాకుండా ఉంటాయని, ఇది ఎన్నికల్లో పార్టీ విజయావకాశాలను మెరుగుపరుస్తుందని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ముఖ్యంగా పార్టీ మండల , పట్టణ స్థాయి నాయకులతో నిరంతరం సమన్వయం చేసుకుంటూ ఈ పత్రియను విజయవంతం చేయాలని శాసనసభ్యులకు దిశానిర్దేశం చేశారు. అభ్యర్థుల ఎంపికకు సంబంధించి భట్టి విక్రమార్కు కాన్ని కీలక మార్గదర్శకాలను విడుదల చేశారు. కేవలం రాజకీయ ప్రాధాన్యతలకు కాకుండా, క్షేత్రస్థాయిలో గెలిచే సామర్థ్యం ఉన్న అభ్యర్థులకే టికెట్లు కేటాయించాలని ఆదేశించారు. ముఖ్యంగా కాంగ్రెస్ పార్టీ సిద్ధాంతాలను నమ్మిన వారు, ప్రభుత్వ సంక్షేమ కార్యక్రమాలను ప్రజల్లోకి బలంగా తీసుకువెళ్లే అభ్యర్థులపై దృష్టి సారించాలని కోరారు. ప్రభుత్వం ఇప్పటికే అమలు చేస్తున్న ‘ఆరు గ్యారంటీలు’ , ఇతర అభివృద్ధి పనులను ఓటర్లకు వివరించి, వారి మద్దతు పొందే నాయకులను గుర్తించడం

గురువారం
29 జనవరి
2026



చేరారు. అనంతరం భక్తుల జయజయ ధ్వానాల నడుమ సారలమ్మ గద్దెపై కొలువు దీరారు. తెప్పటికే గద్దెలకు చేరుకున్న తండ్రి పగిడిద్దరాజు, మేనజావ గోవిందరాజులు సారలమ్మను ఆప్యాయంగా పలకరిస్తూ స్వాగతం పలికారు.

పూనగండ్ల నుంచి మేడారానికి పగిడిద్దరాజు..

సారలమ్మ, పగిడిద్దరాజు, గోవిందరాజులు గద్దెలపై కొలువు దీరడంతో మహాజాతర మొదలైంది. భార్య సమ్మక్కను, బిడ్డ సారలమ్మను, మేనల్లుడు గోవిందరాజు, కొడుకు జంపన్నను కలుసుకునేందుకు మహబూబాబాద్ జిల్లా గంగారం మండలం పూనుగండ్ల గ్రామం నుంచి



గురువారం
29 జనవరి
2026



మంగళవారం మధ్యాహ్నం బయలుదేరి ములుగు జిల్లా గోవిందరావుపేట మండలం లక్ష్మీపురం సమీపంలోని గుండ్ల వాగు వద్దకు చేరుకుని అక్కడే రాత్రి బస చేశారు. పగిడిద్దరాజుకు కర్కపల్లి, లక్ష్మీపురం గ్రామానికి చెందిన ఆదివాసీలు ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. బుధవారం 7గంటలకు లక్ష్మీపురం నుంచి బయలుదేరి మొద్దులగూడెం, పసా, ప్రాజెక్టు నగర్, వెంగళాపురం, ఏలుబాక, పడిగాపూర్ గ్రామాల మీదుగా మేడారంలోని కంకవనానికి సాయంత్రం చేరుకున్నారు. అటు తరువాత గద్దెపై ఆశీనులయ్యారు. ఏటారునాగారం మండలం కొండాాయిగ్రామం నుంచి గోవిందరాజులు బుధవారం మధ్యాహ్నం బయలుదేరి సాయంత్రానికి మేడారం సమీపంలోని ఊరట్లం చేరుకోగా సమ్మక్క పూజారులు ఘనంగా స్వాగతం పలికి గద్దెలపైకి తీసుకువెళ్లారు. ఘనంగా స్వాగతం పలికిన మంత్రులు...

సారలమ్మను కన్నెపల్లి నుంచి ఆదివాసీ సంస్కృతీ సంప్రదాయాల ప్రకారం చీర, సారీ అందించడానికి ప్రభుత్వం తరపున రాష్ట్ర పంచాయతీ రాజ్ శాఖ మంత్రి సీతక్క గిరిజన శాఖ మంత్రి అద్నూరి లక్ష్మణ్ తరలి వచ్చారు. వారితో పాటు మహబూబాబాద్ పార్లమెంట్ సభ్యుడు పోరీక బలరాం నాయక్, మేడారం బ్రుస్టు బోర్డు చైర్మన్ ఇరుప సుకన్య సునీల్, జిల్లా కలెక్టర్ టీఎస్ దివాకర్, జిల్లా ఎస్సీ సుధీర్ రామనాథన్ కేకేన, ఐటీఓ ప్రాజెక్టు అధికారి చిత్రా మిత్రా, ములుగు మార్కెట్ కమిటీ చైర్మన్ రేగ కల్యాణి, గ్రంథాలయ సంస్థ చైర్మన్ బానోతు రవీందర్, కాంగ్రెస్ పార్టీ జిల్లా అధ్యక్షుడు పైదాకుల అశోక్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు ఆదిపరాశక్తి సమ్మక్క రాక...

కోట్లాదిమంది భక్తుల ఇలవేల్పు... ఆదివరాశక్తి... సమ్మక్క గురువారం రానున్నారు. మేడారం సమీపంలోని చిలకలగట్ట నుంచి అమ్మవారిని తీసుకురావడంతో జాతర ప్రధానఘట్టం మొదలవుతుంది. గద్దెలపైన తల్లి, కూతుళ్లు(“ ఎమ్మక్క సారలమ్మ) కొలువుదీరడంతో భక్తులు మొక్కులు చెల్లించుకోవడం మొదలు పెడుతారు. చిలకలగట్టవద్ద ఎలాంటి ఇబ్బందులు లేకుండా పటిష్టమైన బందోబస్తు ఏర్పాటు చేస్తున్నారు.



లేసేందున మున్సిపల్ ఎన్నికలపై తనకు కొన్ని సూచనలు చేశారని తెలిపారు. మంత్రులు వారి సమన్వయ తెలియజేశారని ఆ విషయాలను ముఖ్యమంత్రికి వివరించానని చెప్పారు. మంత్రులు డిప్యూటీ సీఎంను కలవకపోతే రానీ వారితో చూపించే వారితో కలుస్తారా? అని ప్రశ్నించారు. తమ క్యాబినెట్ ఉమ్మడి కుటుంబంలా పనిచేస్తోందని, అభివృద్ధి, సంక్షేమం రాష్ట్ర భవిష్యత్తు తమ అందరి ఆలోచన లక్ష్యం అని స్పష్టం చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పాత్రులపై పీసీసీ చీఫ్ మహేశ్ గౌడ్ నిర్ణయం తీసుకుంటారని.. బల్లియాల్లోనూ అత్యధిక స్థానాలు గెలుస్తా మని ధీమా వ్యక్తం చేశారు.

‘మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఏ విధంగా ముందుకు వెళ్లాలి అనే అంశాన్ని ప్రజాభివంలో చర్చించాం.నిజామాబాద్ పార్లమెంట్, ఉమ్మడి కరీంనగర్ జిల్లాలో కాన్సిచోట్ల సమన్య ఎదురైనందున అందుకు సంబంధించిన మంత్రులు నాతో సమావేశం అయ్యారు. ప్రజాధరణ ఎక్కువగా ఉన్న నేపథ్యంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ ద్వారా సేవ చేయాలని కోరుకునేవారు కొన్ని ప్రాంతాల్లో ఎక్కువమంది మున్సిపల్ ిటిట్లను ఆశిస్తారు అందులో తప్పూలే దు. ఆ జిల్లా ఇన్చార్జ్ మంత్రులు స్థానిక శా సనసభ్యులు సమష్టిగా నిర్ణయం తీసుకొని గెలుపు అవకాశాలు ఉన్న వారికి టికెట్లు కేటాయిస్తరు. సింగరేణి టెండర్ల అంశంలో పూర్తి ఆధారాలతో స్పష్టత ఇచ్చారు. ఇంకా అందులోనే తిరుగుతాను అంటే వాళ్ల కర్క. ఎన్నికల ముందు ఇచ్చిన హామీల్లో 90 శాతం అమలు చేశాం. రేర్, క్యూర్ ప్యూర్ సమగ్ర విధానంతో తెలంగాణ రాష్ట్ర అభి వృద్ధి కోసం గౌరెట్ సమిట్ లో 2047 విజన్ డాక్యుమెంట్ విడుదల చేశాం’ అని తెలిపారు.

‘పాతగుట్ట’ బ్రహ్మాత్మవాలు షురూ



స్వస్తివాచనంతో ఉత్సవాలకు శ్రీకారం చుట్టిన అర్చకులు

**30న ఎదుర్కోలు, 31న
తిరుకల్యాణం, ఫిబ్రవరి 1న
రథోత్సవం**

యూదగిరిగుట్ట, రోవింగ్ న్యూస్: యూదగిరిగుట్ట దేవస్థానానికి అనుబంధ అలయమైన పూర్వగిరి(పాతగుట్ట) శ్రీలక్ష్మీనరసింహస్వామి క్షేత్రంలో వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలు బుధవారం అంగరంగ వైభవంగా ప్రారంభమయ్యాయి. ఉదయం సన్నివాచనం, రక్షాబంధనం, విష్వక్సేన ఆరాధన, పుణ్యహవచనంతో అలయ ప్రధానాధిపతులు

కాండూరి వెంకటాచార్యులు, సురేంద్రాచార్యుల అధ్యక్షత్వంలో అధ్యక్షులు వార్షిక బ్రహ్మోత్సవాలుకు శ్రీకారం చుట్టారు. సాయంత్రం అంకురారోహణం, మృత్యుంధరహణం నిర్వహించారు. దాదావల్ రెండు గంటల పాటు జరిగిన ప్రత్యేక పూజలతో ఉత్సవాలు సందడి పుడాయి. ఈ సేల 28న మొదలైన బ్రహ్మోత్సవాలు ఫిబ్రవరి 3 వరకు.. వారం రోజుల పాటు వైభవంగా సాగనున్నాయి. ఇక ఫిబ్రవరి 3న నిర్వహించే అష్టోత్తర శతఘటాభిషేకంతో బ్రహ్మోత్సవాలు పరిసమాప్తి పున్నాయి. ఇక బ్రహ్మోత్సవాల్లో భాగంగా ముఖ్య పుట్టాలు 30న సూమీమాని ఎదుర్కొలు మహోత్సవం, 31న తిరుకట్లాళ్ళు మహోత్సవం, ఫిబ్రవరి 1న దివ్యవిమాన రథోత్సవం జరగనున్నాయి.

నయనానందకరంగా నారసింహుడి

బ్రహ్మోత్సవ సందడి

పాతగుట్టలో వేదమంత్రోచ్చారణల మధ్య సన్నాయి
మేకాల హోరులో బుధవారం తొలిరోజు బ్రహ్మోత్సవాలు
ఘనంగా మొదలయ్యాయి. ముందుగా పవిత్ర జలంతో
ఆలయ పరిసరాలను సంగ్రోక్షణ చేసిన అర్చకులు, లక్ష్మీ
సమేత సానిటసేషుల రక్షాబంధనం గావించారు.
అనంతరం వేదపండితుల పారాయణాల మధ్య, మంగళ
వాుధ్యాలు, సన్నాయి మేకాల హోరులో
పుణ్యహవచనం తంతును వైభవంగా నిర్వహించారు.
సన్నివాచనం, రక్షాబంధనం, పుణ్యహవచనంతో
బ్రహ్మోత్సవాలకు అంకురార్పణ చేశారు. బ్రహ్మోత్సవాల
సందర్భంగా స్వామి అమృతాద్రవ ప్రత్యేకంగా తెప్పించిన
పూతలో చూడమున్నట్లా ముస్తాబు చేశారు.
పశ్చిమేంద్రారాలు, ముత్యాల హారాలు, బంగారు
ఆభరణాలతో స్వామివారిని సన్మానించే సుందరంగా
అలంకరించారు. ఆలయ ముఖ సందేహంతో
లక్ష్మీనరసింహులను అధిష్టించేజీని స్పష్టపాచనం,
పుణ్యహవచనం వంటి ప్రత్యేక పుణ్యాలు నిర్వహించారు.
అనంతరం రక్షాబంధనం కార్యక్రమాన్ని శాస్త్రోక్తంగా
జరిపించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఎండ్రోమెంటి డిప్యూటీ
కమిషనర్, చీఫ్ షెనిఫల్ ఆఫీసర్ విసెన్ రెడ్డి, ఆలయ
చైర్మన్ నరసింహమూర్తి, డిప్యూటీ ఈవో భాస్కర్ శర్మ,
ఏకాదశి మహేశ్వర్, సాధరింబెండెన్ సురేందర్ రెడ్డి,
ఆలయ నిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నేడు దశజ్యోతిషం, బేరిషూజ, దేవతాపూజనం

పాతగుట్టు బ్రహ్మాత్మవాల్లో భాగంగా రెండో రోజు గురువారం ఆలయంలో ధ్వజారోహణం, భేరిపూజ, దేవతావ్యవస్థనం పూజలను నిర్వహించనున్నారు. ధ్వజారోహణ తంతు ద్వారా బ్రహ్మాత్మవాలకు ముక్కిటి దేవతలను ఆహ్వానించనున్నారు.

పులి దాడి చేయదు.. ప్రజలు
ఆందోళన చెందొద్దు

యాదగిరిగుట్ట డివిజన్ డీఎస్సీ శ్రీనివాస్ నాయుడు



యాదగిరిగుట్ట, రోమింగ్ న్యూస్: యాదాద్రి జిల్లాలో గత పది రోజులుగా సంచలనపు పులికి మనుషులపై దాడి చేసి స్వభావం ఉండని, ప్రజలు భయపడాల్సిన అవసరం లేదని యాదగిరిగుట్ట డివిజన్ డీఎస్సీ శ్రీనివాస్ యాదుడు తెలిపారు. తుర్రుపల్లి మంజుల రెడ్డాయపల్లి గ్రామంలో పులి దాడితో లేగదాడ చనిపోయిన ప్రదేశాన్ని బుధవారం ఆయన సందర్శించారు. గ్రామ శివారు అటవీ ప్రాంతంలో పులి సంచారం నేపథ్యంలో ప్రజల భద్రత, రైతులు పాడించాల్సిన జాగ్రత్తలపై అవగాహన కల్పించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మూర్ఖుడు.. వన్యప్రాణి సంరక్షణ చట్టం 1972, పులుల సంరక్షణ నిబంధనలు ప్రకారం.. పులులకు హాని కలిగించే హక్కు ఎవరికీ లేదన్నారు. పులి జాతీయ జంతువు కావడంతో.. ఏ విధమైన హాని కలిగించినా జాతీయ స్థాయిలో తీవ్రమైన నేరంగా పరిగణించబడుతుందని పేర్కొన్నారు. ఎవరైనా పులికి హాని చేసి కలిగిస్తే చట్టపరంగా కఠిన చర్యలు తప్పవని హెచ్చరించారు. పులి సహస్రపు పులిపై ఎట్టిపరిస్థితుల్లో దాడి చేయదని, పులి సంరక్షిస్తంగా జిల్లా నుండి వెళ్లిపోయే వరకు రైతులు ఓపికగా ఉండాలని సూచించారు. పులి సంచారం నేపథ్యంలో ప్రజలు అందోళన పడాల్సిన అవసరం లేదన్న ఆయన.. ఫారెస్ట్ అధికారులు సూచించే జాగ్రత్తలు పాటించి సరిహద్దు లోనే పావురం, ఈ కార్యక్రమంలో యాదగిరిగుట్ట రూరల్ డివిజన్ శుకర్ గౌడ్, తుర్రుపల్లి ఎస్ఐ తక్కుద్దీన్, ఫారెస్ట్ అఫీసర్లు తదితరులు ఉన్నారు.

కాంగ్రెస్ను గెలిపిస్తే మోడల్
మున్సిపాలిటీగా యాదగిరిగుట్ట

యాదగిరిగుట్ట మాజీ ఎంపీపీ చీర శ్రీశైలం, మాజీ సర్పంచుల ఫోరం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బిర్ల శంకర్

యాదగిరిగుట్టలో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల జాబితా ప్రకటించిన నాయకులు



యూదగిరిగుట్ట, రోమింగ్ న్యూస్: ఫిబ్రవరి 11న జరిగి మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థులను గెలిపిస్తే ప్రభుత్వం ఏవే బీర్ల అయిలయ్యే సహకారంతో యూదగిరిగుట్టను మోడల్ మున్సిపాలిటీగా అభివృద్ధి చేస్తామని యూదగిరిగుట్ట మాజీ ఎంపీపీ చీర శ్రీశైలం, మాజీ సర్పంచుల ఫోరం రాష్ట్ర ప్రధాన కార్యదర్శి బీర్ల శంకర్ తెలిపారు. యూదగిరిగుట్టలోని బీర్ల నిలుయంలో యూదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పోటీ చేసే కాంగ్రెస్ అభ్యర్థుల జాబితాను బంధనాను వారు విడుదల చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ...

యూదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ సీపీఐతో కలిసి పోటీ చేస్తుందని ప్రకటించారు. మున్సిపల్ పరిధిలో ఉన్న 12 వార్డులకు గానూ 11 స్థానాల్లో కాంగ్రెస్, ఒక వార్డులో సీపీఐ పోటీ చేస్తుందని వెల్లడించారు. యూదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ పరిధిలో ఉన్న మొత్తం 12 స్థానాల్లో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను, కాంగ్రెస్ మద్దతుతో పోటీ చేస్తున్న సీపీఐ అభ్యర్థిని గెలిపించాలని ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. 2019లో బీజేపీని ప్రభుత్వం అధికారంలో ఉన్నా సరే.. యూదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీకి తొలిసారిగా జరిగిన ఎన్నికల్లో కాంగ్రెస్, సీపీఐ కూటమి పోరాడి 7 స్థానాలను గెలుచుకుందని, ఈసారి అదే కూటమి మొత్తం 12 స్థానాలను కైవసం చేసుకుంటుందని ధీమా వ్యక్తం చేశారు. 2019లో కాంగ్రెస్ కూటమి 7 స్థానాల్లో గెలిచినా.. ఆనాడు ఎమ్మెల్యే, ఎమ్మెల్యేలుగా ఉన్న గొంగిడి సునీత, కడియం శ్రీమారి, కర్నూ ప్రభాకర్ ను ఎక్స్ ఇఫిషియో ఓట్లుగా వాడుకున్న బీజేపీని ప్రభుత్వం.. ఆవైతికంగా యూదగిరిగుట్ట చైర్మన్ పీఠాన్ని లాక్కుందని ఎద్దేవా చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పట్టణ అధ్యక్షుడు బంగారపు బిక్షపతి, మండల పార్టీ మాజీ అధ్యక్షుడు కాసుగు బాలరాజు గౌడ్, టోన్ వర్గింగి (ఛైనిడెంట్) గుండు సరస్వతి గౌడ్, ఐఎఫ్ యూసీ జిల్లా అధ్యక్షుడు జీవన్ రెడ్డి, కాంగ్రెస్ పార్టీ సోషల్ మీడియా నియోజవవర్గ కన్వీనర్ల గడ్డ సరేపి, మండల నాయకుడు వంశపల్లి అరుణ్ తదితరులు ఉన్నారు.

ఈసీ రూల్స్ పాటిస్తూ నామినేషన్ల ప్రక్రియ నిర్వహించాలి

యాదాద్రి జిల్లా కలెక్టర్ హనుమంతరావు,
అడిషనల్ కలెక్టర్ భాస్కర్ రావు
యాదగిరిగుట్టలో నామినేషన్ సెంటర్ ను
సందర్శించిన కలెక్టర్, అడిషనల్ కలెక్టర్

యాదగిరిగుట్ట, రోమింగ్ న్యూస్:

రాష్ట్ర ఎన్నికల సంఘం నిబంధనలను పాటించి మున్సిపల్ ఎన్నికలకు సంబంధించిన నామినేషన్ ప్రక్రియను పక్కనడిచి నిర్వహించానని యూద్ధాది జిల్లా కలెక్టర్ హనుమంతరావు, అడిషనల్ కలెక్టర్ భాస్కర్ రావు తెలిపారు. యూదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన మున్సిపల్ ఎన్నికల నామినేషన్ స్పీకరుల కేండ్రాను బుధవారం వారు చేర్చారు. సమయాల్లో సందర్శించారు. నామినేషన్ కౌంటర్లు, హెల్ప్ డెస్క్,



పాతావరణంలో నామినేషన్ ప్రక్రియ పూర్తయ్యేలా జాగ్రత్త చర్యలు తీసుకోవాలని సూచించారు. నామినేషన్ స్వీకరణకు చివరి తేదీ, నామినేషన్ల పరిశీలన, ఉపసంహరణ తేదీలను షెడ్యూల్ చేసి అభ్యర్థులకు స్పష్టంగా తెలియజేయాలని నామినేషన్ స్వీకరణ నుండి కొంటింగెన్సీ ప్రక్రియ వరకు పాదరద్ధుకంగా, నిష్క్లపాతంగా నిర్వహించాలని అధికారులను ఆదేశించారు.

అవునూ...వారంతా 44 ఏళ్ల తర్వాత కలుసుకున్నారు...!!

ఖుషీ.. ఖుషీ గా గడిపిన 44 ఏళ్ల పాత దోస్తులు



యాదగిరిగుట్ట, రోమంగి న్యూస్: యాదగిరిగుట్ట జిల్లా పరిషత్తు ఉన్నత పాఠశాలలో 44 సంవత్సరాల క్రితం చదువుకున్న పూర్వ విద్యార్థులంతా యాదగిరిగుట్టలో బుధవారం కలుసుకుని ఆనందోత్సాహాల మధ్య పూర్వ విద్యార్థుల సమ్మేళనాన్ని జరుపుకున్నారు. 44 సంవత్సరాల తర్వాత కలుసుకున్న ఈ పూర్వ విద్యార్థుల ఆత్మీయ సమ్మేళనానికి యాదగిరిగుట్ట వేదికగా నిలిచింది. నాడు భోధించిన బడుగువారి ఉపాధ్యాయులను కూడా ఆహ్వానించి ఘనంగా సన్మానించుకొని తమ ఆత్మీయతను చాటుకున్నారు. నాటి ఉపాధ్యాయులు బసవరాజు, అంజిరెడ్డి, ఎస్. నరసింహారెడ్డి, శ్రీరామ్ చంద్ర, ముత్తయ్య తదితర ఉపాధ్యాయులను ఘనంగా సన్మానించారు. ఈ కార్యక్రమాన్ని యాదగిరిగుట్టలోని విద్యుత్ శాఖలో ట్రాన్సిమిషన్ డిపార్ట్మెంట్ లైన్ ఇన్స్పెక్టర్ గా పని చేస్తున్న బిల్లిని కృష్ణ తదితరులు చొరవ తీసుకొని విరాట్టు చేశారు. ముంగిలి సంచలిత కుమార్, రమేష్, కొడకండ్ల లక్ష్మణాచార్యులు, వెంకటేశ్వర్లు, శివయ్య, ప్రభు యాదగిరిగుట్ట పట్టణ ప్రముఖ మహిళా సంఘం నాయకురాలు ఆకుల పద్మ, ప్రసన్న రెడ్డి, అరుణ, వరలక్ష్మి తదితర 50 మంది నాటి పదో తరగతి చదువుకున్న విద్యార్థిని విద్యార్థులు పాల్గొని ఆనందంగా గడిచారు. ఈ సందర్భంగా నాటి స్మృతులను వారు గుర్తు చేసుకుని మునిసిపాల్యరు. యాదగిరిగుట్ట లెక్చీనరసింగు వ స్టామి వారి సన్నిధిలో కలుసుకోవడం ఆనందంగా ఉందని వారు ఖుషి... ఖుషిగా గడిపారు.

హాస్టల్స్ వెల్ఫేర్ ఆఫీసర్స్ అసోసియేషన్ కార్యవర్గం

శుభాకాంక్షలు తెలిపిన రాష్ట్ర అధ్యక్షులు సత్యనారాయణ



భువనగిరి, రోమింగ్ న్యూస్: హాస్టల్ వేల్ఫేర్ ఆఫీసర్స్ ఫోరం యాధాద్రి భువనగిరి జిల్లా శాఖ కు బుధవారం ఏకగ్రీవంగా జరిగిన ఎన్నికల సందర్భంగా ఎంపికైన నూతన కార్యవర్గానికి తెలంగాణ షెడ్యూల్డ్ కులాల అభివృద్ధి శాఖ మినిస్ట్రీయల్ స్టాఫ్ అసోసియేషన్ తరపున వ్యూధయపూర్వక అభినందనలు తెలిపారు. జిల్లా అధ్యక్షురాలుగా ఎన్నికైన శైలజ రేఖల, ఉపాధ్యక్షులుగా నియమితులైన ఎస్.సునీల్ కుమార్, కె.సుధాకర్, కార్యదర్శిగా నియమితులైన పి.విజయశాంతి, అసోసియేట్ ప్రెసిడెంట్ గా నియమితులైన కే.ఆనంద్, ఆర్. బీర్తం, జాయింట్ సెక్రటరీగా నియమితులైన బి.సోనీ, కోశాధికారి బి.వెంకటయ్య, అర్గ్జెజింగ్ సెక్రటరీ బి.రమచంద్రి, వజ్జిసీటీ సెక్రటరీ ఏ.కృష్ణవేణి, కార్యవర్గ సభ్యులుగా నియమితులైన ఎ.చంద్రకళ, ఎస్.కరుణాశ్రీలకు షెడ్యూల్డ్ కులాల అభివృద్ధి శాఖ మినిస్ట్రీయల్ స్టాఫ్ అసోసియేషన్ అధ్యక్షులు ఉప్పు సత్యనారాయణ శుభాకాంక్షలు తెలిపారు.

ఎన్నికల పై ఫిర్యాదులకై హెల్ప్ లైన్

ఫోన్ నెంబర్ 9390830087 పర్సాటు

జనగామ అదనపు కలెక్టర్ పింకేష్ కుమార్

జనగామ, జనవరి 28: (రేమింగ్ న్యూస్) : త్వరలో జరగబోయే సాధారణ మున్సిపల్ ఎన్నికల నిర్వహణ నేపథ్యంలో ప్రజలు ఎలాంటి అభ్యంతరాలు తెలిపాలన్నా ఫిర్యాదులు చేయాలన్నా వెంటనే జనగామ కలెక్టర్ కార్యాలయంలో ఏర్పాటు చేసిన హెల్ప్ లైన్ 9390830087 ఫోన్ నెంబర్లో ఫిర్యాదు చేయవచ్చని జనగామ జిల్లా అడిషనల్ కలెక్టర్ వెంకటేశ్ కుమార్ బధనారం తెలిపారు. ప్రజలు ఎన్నికలకు సంబంధించిన సమస్య, సందేహాలను నివృత్తి, అలాగే నిబంధనలు ఉల్లంఘనలపై ఫిర్యాదులను, సక్రమంగా ఎన్నికలు నిర్వహించడంలో సలహాలను కూడా తెలుపుతూ హెల్ప్ డెస్క్ కు ఫోన్ చేయవచ్చని ఆయన ఒక ప్రకటనలో వివరించారు. ఈ సందర్భంగా అదనపు కలెక్టర్ మాట్లాడుతూ కలెక్టరేట్ నందు సెల్ 9390830087 నెంబర్తో హెల్ప్ డిస్క్ ను ఏర్పాటు చేశామన్నారు. నామినేషన్ దాఖలు చేసే అభ్యర్థులు పూర్తి వివరాలకై ఖచ్చితమైన సమాచారం కోసం మరియు వివరాలకై హెల్ప్ డెస్క్ ను నెంబర్కు సంప్రదించవచ్చని ఆయన తెలిపారు, అలాగే ఏమైనా సందేహాలు మరియు సమస్యలు ఉన్నట్లయితే హెల్ప్ డెస్క్ ఫోన్ చేసే పరిష్కారంకోసమచ్చని ఆయన తెలిపారు, ఎన్నికలు మోడల్ కోడ్ ఆఫ్ కండక్ట్ ఉల్లంఘన జరుగి తే కూడా ఫిర్యాదులు చేయవచ్చని అన్నారు, ఇట్టి హెల్ప్ డెస్క్ జిల్లా ప్రజలు సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అదనపు కలెక్టర్ కోరారు.





దేశానికే రోల్‌మోడల్‌గా డిజాస్టర్ మేనేజిమెంట్

రూ.100 కోట్లతో అత్యాధునిక పరికరాలు

రాష్ట్ర స్థాయిలో అత్యుత్తమ శిక్షణా కేంద్రం

క్షేత్రస్థాయి వరకు అడ్వాన్సుడ్ వెదర్ స్టేషన్లు ఏర్పాటు

రాష్ట్ర రెవెన్యూ,పశానింగ్, సమాచార శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి

హైదరాబాద్,జనవరి28 : ప్రకృతి విపత్తులను సమర్థవంతంగా ఎదుర్కొని వీలైనంతవరకూ ప్రాణ నష్టం, ఆస్తి నష్టం జరగకుండా రాష్ట్రంలో ప్రకృతి విపత్తుల నిర్వహణా సంస్థ విభాగాన్ని బలోపేతం చేసి దేశానికి ఒక రోల్ మోడల్‌గా ఉండేలా తీర్చిదిద్దుతున్నామని రాష్ట్ర రెవెన్యూ, హౌసింగ్, సమాచార పౌరసంబంధాల శాఖ మంత్రి పొంగులేటి శ్రీనివాసరెడ్డి స్పష్టం చేశారు. ఎటువంటి విపత్తులనైనా ఎదుర్కోలేలా వంద కోట్ల రూపాయలతో అత్యాధునిక పరికరాలను కొనుగోలు చేయాలని నిర్ణయించినట్లు వెల్లడించారు. ఇందుకు సంబంధించి బుధవారం నాడు సచివాలయంలోని తన కార్యాలయంలో విపత్తుల నిర్వహణా విభాగం, ిర్వీసెస్, ఎన్‌డిఆర్‌ఎఫ్, హైద్రా, ఐ సిసిసి విభాగాలతో సమావేశం నిర్వహించి ఎలాంటి పరికరాలను కొనుగోలు చేయాలన్న విషయంపై సుదీర్ఘంగా చర్చించారు. వరదలు, అగ్నిప్రమాదాలు వంటి అత్యవసర పరిస్థితుల్లో త్వరితగతిన స్పందించడానికి ఖచ్చితమైన సమాచార వ్యవస్థ, రియల్‌టైమ్ మానిటరింగ్ సాధ్యమయ్యేలా విపత్తు ముందస్తు హెచ్చరిక వ్యవస్థలు, డ్రోన్లు, శాటిలైట్ ఆధారిత కమ్యూనికేషన్, ఇథునిక రెస్పాన్స్ పరికరాలు, అత్యాధునిక ార్ / సెర్చ్ ఆపరేషన్ల సాంకేతికతను రెవెన్యూ/విపత్తు నిర్వహణ విభాగాలకు అందుబాటులోకి తెస్తామని మంత్రి వెల్లడించారు. విపత్తు విభాగంలో పనిచేసేవారికి శిక్షణ ఇవ్వడానికి రాష్ట్ర స్థాయిలో డిజాస్టర్ మేనేజిమెంట్ అధ్యర్థంలో అత్యుత్తమ శిక్షణా కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించినట్లు తెలిపారు. అలాగే వాతావరణ పరిస్థితులు క్షేత్రస్థాయి వరకు ఎప్పటికప్పుడు ప్రజలకు తెలియజేసేలా ఆయా స్థానిక పరిస్థితులను బట్టి మండల స్థాయి వరకు అడ్వాన్సుడ్ వెదర్ స్టేషన్లు ఏర్పాటు చేయాలని నిర్ణయించినట్లు తెలిపారు. భారీ వర్షాలు వరదల సమయంలో వాగుల్లో వంకల్లో చెరువుల్లో చిక్కుకున్నవారిని రక్షించడానికి ఎయిర్‌లిఫ్ట్ మెకానిజం తయారు చేసుకోవాలని ప్రమాదాల్లో చిక్కుకున్న వారిని తరలించడానికి 70 నుంచి 80 కిలోల బరువును ఎత్తే డ్రోన్లను కొనుగోలు చేయాలని సూచించారు. ఎయిర్ లిఫ్ట్ వ్యవస్థ సరిగ్గాలేకపోవడం వల్ల 2024 సంవత్సరంలో నా పాలేరు నియోజవకర్ణంలో వాగుల్లో చిక్కుకున్న బాధితులను రక్షించుకోలేక పోయానని ఈ సందర్భంగా మంత్రిగారు ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. హైదరాబాద్‌లోని ఇంటిగ్రేటెడ్ కమాండ్ కంట్రోల్ సెంటర్ నుంచి రాష్ట్రంలో ఏ మారుమూల ప్రాంతంలోనైనా మాట్లాడడానికి వీలుగా సిమ్ ఆధారిత విహెచ్ ఎఫ్ రేడియో సిస్టమ్స్ అందుబాటులోకి తేవాలని సూచించారు. ఇప్పటికే ఈ వ్యవస్థ అందుబాటులో ఉంది. వ్యవసాయ క్షేత్రస్థాయి వరకు తీసుకువెళ్లాలని సూచించారు. అలాగే హైదరాబాద్ నగరంలో హైడ్రెక్షన్ భవనాలలో అగ్ని ప్రమాదాలు సంభవించినప్పుడు వాటిని సమర్థవంతంగా ఎదుర్కోవాలిగా అవసరమైన పరికరాలను కొనుగోలు చేయాలని హైద్రా కమాిషనరీకు సూచించారు. 77 హైస్పీడ్ బోట్‌లను కొనుగోలు చేయాలని సూచించారు. రాష్ట్రంలో 12 ఎస్సీఆర్‌ఎఫ్ బృందాలు ఉన్నాయని, ఒక్కో బృందంలో వెయ్యిమంది వరకు ఉన్నారని వీరందరికీ ఎప్పటికప్పుడు శిక్షణ ఇవ్వాలని సూచించారు. ఈ సమావేశంలో రాష్ట్ర విపత్తుల నిర్వహణ ప్రత్యేక ముఖ్య కార్యదర్శి అరవింద్ కుమార్, అగ్నిమాపకశాఖ డైరెక్టర్ విక్రమాన్ సింగ్, హైద్రా కమాిషనరీ రంగనాథ్, ఐసిసిసి డైరెక్టర్ కమల్‌హాసన్‌రెడ్డి పాల్గొన్నారు.

బోధనలో నాణ్యత పెరగాలి

ప్రతి విద్యాసంస్థలో మెరుగైన బోధన

విద్యాశాఖ పై ఉన్నతాధికారులతో సిఎస్ సమీక్ష

హైదరాబాద్,జనవరి28 : ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, విద్యా సంస్థలలో బోధనలో నాణ్యత ప్రమాణాలు మరింతగా పెంచాలని రాష్ట్ర ప్రభుత్వ ప్రధాన కార్యదర్శి కె. రామకృష్ణారావు అధికారులను ఆదేశించారు. ప్రభుత్వ పాఠశాలలు, కళాశాలలు, విశ్వ విద్యాలయాల స్థాయి వరకు ప్రతి విద్యా సంస్థలోను మెరుగైన బోధన సాగాలని, విద్యా బోధనలలో నాణ్యత ప్రమాణాలు పెంచే దిశగా కార్యాచరణ రూపొందించుకోవాలని సి.ఎస్ ఆదేశించారు. గౌరవ ముఖ్యమంత్రి ఆదేశాల మేరకు విద్యాశాఖ పై సంబంధిత ఉన్నతాధికారులతో బుధవారం డా.బి.ఆర్.అంబేద్కర్ రాష్ట్ర సచివాలయంలో సమీక్షా సమావేశం నిర్వహించారు. సమావేశంలో పాఠశాల విద్య, ఉన్నత విద్య, డిజిటల్ విద్య, ఇంటర్నెటియట్, డిగ్రీ కాలేజీల్లో పనితీరు, యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్ల నిర్మాణం, తదితర అంశాలపై సమీక్ష చేశారు. ఉన్నత విద్యా సంస్థలు, కళాశాలలో, విశ్వవిద్యాలయాలలో బోధన చేసే రిటైర్డ్ అయిన మంచి అనుభవం కలిగిన ప్రోఫెసర్స్, లెక్చరర్స్, టీచర్స్ తో విద్యార్థులకు తరుచుగా మూఢాముఖి కార్యక్రమాలు నిర్వహించి విద్యార్థులకు బోధన చేయస్తే విద్యార్థులలో సృజనాత్మకత, మోటివేషన్, మంచి ఆలోచనలు పెరిగి అవకాశం ఉంటుందని అన్నారు. తద్వారా విద్యార్థుల భవిష్యత్తు కు సంబంధించి ప్రణాళికలు ఏర్పరచుకొనే అవకాశం ఉంటుందని అన్నారు. అదే విధంగా కేజిబివి, వివిధ సంక్షేమ వసతి గృహాలలో ఒక వసతి గృహాన్ని ఎంపిక చేసుకొని అందులో సోలార్ మోడల్ తరహా కిచెన్, స్టోరేజ్ రూమ్స్, మౌలిక వసతులు, త్రాగునీరు, టాయలెట్స్, విద్యుత్, ఇంటర్నెట్ అన్ని సదుపాయాలు ఏర్పాటు చేసి దానిని ఒక మోడల్ హాస్టల్ గా రూపొందించాలని సి.ఎస్ అధికారులకు సూచించారు. సమావేశంలో విద్యాశాఖ ముఖ్య కార్యదర్శి యోగితా రాణా, ఉన్నత విద్యా శాఖ కమిషనర్ శ్రీదేవసేన, ఇంటర్నెటియట్ బోర్డు కార్యదర్శి కృష్ణ ఆదిత్య, ఐటి ప్రత్యేక కార్యదర్శి భవేష్ మిశ్రా , పాఠశాల విద్యా సంచాలకులు నవీన్ నికోలస్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

కాశ్మీర్‌లో భారీగా కురుస్తున్న మంచు

శ్రీనగర్‌కు పలు విమానాలు రద్దు

శ్రీనగర్,జనవరి28 : జమ్మూకశ్మీర్‌లో గత కొన్ని రోజులుగా మంచు కురుస్తుండటంతో భారీగా మంచు చరియలు విరిగిపడ్డాయి. ఈ ఘటనకు సంబంధించి ఇప్పటివరకు ఎలాంటి ప్రాణనష్టం లేదని అధికారులు పేర్కొన్నారు. దీనికి సంబంధించిన దృశ్యాలు నెట్టిబు వైరల్ అవుతున్నాయి. గండేర్‌బల్ జిల్లాలోని సోనామార్గ్‌లో మంగళవారం రాత్రి ఈ ఘటన జరిగింది. పలు ఇళ్లు, రిసార్ట్‌లు, వాహనాలను మంచు కప్పేసింది. ఘటన తీవ్రత ఎక్కువగా ఉన్న నేపథ్యంలో రెహ్మా సిబ్బంది, స్థానిక అధికారులు అక్కడికి చేరుకొని.. సహాయక చర్యలు ప్రారంభించారు. అయితే, ఇప్పటివరకు ఎలాంటి ప్రాణనష్టం లేదని అధికారులు వెల్లడించారు. మంగళవారం కశ్మీర్ అంతటా మంచు తీవ్రంగా కురిసిన క్రమంలో.. అధికారులు జమ్మూ-శ్రీనగర్ జాతీయరహదారిని మూసివేశారు. శ్రీనగర్ విమానాశ్రయంలో పలు విమానాలను రద్దు చేశారు. దీంతో అనేకమంది పర్యాటకులు అక్కడే చిక్కుకుపోయారు.

పురపోరుతోనే కాంగ్రెస్‌కు గుణపాఠం

ఆరూరి రమేష్‌కు కందువా కప్పి బీఆర్ఎస్‌లోకి ఆహ్వానించిన కేటీఆర్ కడియం వల్లే బీఆర్ఎస్‌ను వీడా: ఆరూరి

హైదరాబాద్: తెలివి లేనోడు, ఓపిక లేనోడు ఈ రాష్ట్రాన్ని పాలిస్తున్నాడని సీఎం రేవంత్తెడిని బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్ విమర్శించారు. రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అన్ని వర్గాలను మోసం చేస్తోందని, ప్రజల గురించి పట్టించుకునే తీరిక గానీ, ఉద్దేశ్యం గానీ సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి లేదని ధ్వజమెత్తారు. హామీల అమలును ప్రశ్నిస్తే బెదిరింపులు, కేసులు, అబద్ధాలకు దిగుతున్నారని ఆరోపించారు. రేవంత్ రెడ్డి పూర్తిగా అబద్ధాల మీద పరిపాలన చేయడం అలవాటు చేసుకున్నారని విమర్శించారు. బుధవారం తెలంగాణ భవన్లో బీజేపీ నాయకుడు, మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆరూరి రమేష్ బీఆర్ఎస్ వర్కింగ్ ప్రెసిడెంట్ కేటీఆర్, హరీప్రప్ర సమక్షంలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ లో చేరారు. రమేష్ కేటీఆర్ పార్టీ కందువా కప్పి గులాబీ పార్టీలో ఆహ్వానించారు. అనంతరం కేటీఆర్ మాట్లాడుతూ.. రానున్న మున్సి పల్ అన్నికల్లో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వానికి ప్రజలు బుద్ధి చెప్పడం భయ మన్నారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డికి పరిపాలన చేతకాక, కేవలం గత ప్రభుత్వంపై అడ్డగోలు విమర్శలు చేస్తూ కాలక్షేపం చేస్తున్నారని కేటీఆర్ విమర్శించారు. ఆర్టీఐ, కాగ్ తమ పదేర్పడ కాలంలో కేవలం కేసీఆర్ ప్రభుత్వం 2.80 కోట్ల అప్పు మాత్రమే చేసిందనిచెప్పిందని కేటీ ఆర్ అన్నారు. కేసీఆర్ హయాంలో తెచ్చిన ప్రతి పైసాను ప్రాజెక్టులు, ఆసుపత్రులు, విద్యాలయాు కోసం ఖర్చు చేశాం. 33 జిల్లాల్లో 33 మెడికల్, నర్సింగ్ కాలేజ్ లు కట్టమని చెప్పారు. కానీ, ఈ రెండేళ్లలో కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం తెచ్చిన రూ.2.50 లక్షల కోట్ల అప్పుతో ఒక్కటంటే ఒక్క అభివృద్ధి కార్యక్రమం చేపట్టారా? ఆ నిధులు ఎటు పోయాయో ప్రజలకు సమాధానం చెప్పాలని కేటీఆర్ డిమాండ్ చేశారు. అప్పుల పేరుతో హామీల నుంచి తప్పించుకునే ప్రయత్నం చేస్తున్నారని మండి పడ్డారు. కేవలం మున్సిపల్ అన్నికలు మాత్రమే కాకుండా రానున్న ప్రతి ఎన్నికల్లోనూ బీఆర్ఎస్ను మద్దతు ఇచ్చి కేసీఆర్ను తిరిగి ముఖ్యమంత్రిని చేయాలని ఆయన కోరారు. రెండు సంవత్సరాలుగా రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్, 12 ఎండ్లుగా దేశంలో అధికారంలో ఉన్న బీజేపీ ఎలాంటి అభివృద్ధి చేయకుండా టైంపాస్ చేస్తున్నాయని, అందుకే తెలంగాణలో కాంగ్రెస్, బీజేపీల పట్ల తీవ్రమైన వ్యతిరేకత ఏర్పడిందన్నారు.

మున్సిపల్ అన్నికల్ లక్ష్యంగా పని చేయాలి..

వచ్చే మున్సిపల్ అన్నికలను ప్రతిష్ఠాత్మకంగా తీసుకోవాలని పార్టీ శ్రేణులకు ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ పిలుపునిచ్చారు. ఇచ్చిన ఆరు గ్యారంటీలను తుంగలో



తొక్కిన కాంగ్రెస్ నైజాన్ని ఇంటింటికి వెళ్లి వివ రించాలని సూచించారు. ఈ ఎన్నికల్లో గొప్ప విజయం సాధించడం ద్వారా 2028 లో తిరిగి కేసీఆర్ను ముఖ్యమంత్రిని చేసే దిశగా అడుగులు వేయాలని కోరారు. పార్టీ పాత, కొత్త నేతలంతా కలిసికట్టుగా పోరాడి గులాబీ జెండా ఎగురవేయాలని దిశానిర్దేశం చేశారు. ఆరూరి రమేష్ అతి తక్కువ ఓట్ల తేడాతో ఓడిపోవడం దురదృష్టకరమని, రానున్న రోజుల్లో వరంగల్ రీజియన్లో లో పార్టీ మరింత వుంజుకుంటు ఉందని ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. కాంగ్రెస్, బీజేపీల పట్ల ప్రజల్లో వ్యతి రేకత పెరిగిందని, బీఆర్ఎస్ శ్రేణులు ఐక్యంగా పోరాడి మున్సిపల్ అన్నికల్లో సత్తా చాటాలని ఈ సందర్భంగా కేటీఆర్ పిలుపునిచ్చారు.

కాంగ్రెస్ పాలనలో తెలంగాణ

ఆగం : హరీష్ రావు

కాంగ్రెస్ రెండేళ్ల పాలనలో అన్నీ వైఫల్యాలే!

కాంగ్రెస్ వాళ్లే చేరడానికి సిద్ధమవుతారు... కానీ ఎవరిని చేర్చుకోం

కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో తెలంగాణ ఆగమైతుందని, పూర్తిగా దారి తప్పిందని హరీష్ రావు విమర్శించారు. రమేష్ తిరిగి బీఆర్ఎస్‌లో రావడమే ఈ రాష్ట్రంలో కాంగ్రెస్ పతనానికి, బీజేపీకి స్థానం లేదనడా నికి నిదర్శనమని ఆయన వ్యాఖ్యానించారు. ఇంకో స్రవవత్సరం ఆగితే బీఆర్ఎస్ పార్టీలో చేరడానికి కాంగ్రెస్‌కలకనేతలే లైన్లు కదతారు.. కానీ ఎవరిని పార్టీలో చేర్చుకోమన్నారు. గతంలో ఏటా రూ. 2 వేల కోట్ల ఫీజు రీయింబర్స్మెంట్ ఇచ్చేవాళ్లమని, కానీ రేవంత్ రెడ్డి ఒక్క రూ పాయి ఇవ్వకుండా 20 లక్షల మంది విద్యార్థుల చదువును ఆగం చేశా రని మండిపడ్డారు. గురుకులాల్లో విద్యార్థులు

భయంతో గడపాల్సిన పరిస్థితి వచ్చిందన్నారు. కేసీఆర్ హయాంలో 24 గంటల కరెంటు, సకా లంలో రైత బంధు అందేదని, నేడు రైతు బంధు ఎప్పుడు పడుతుందో చెప్పే దిక్కే లేదని ఎద్దేవా చేశారు. నేను రాను బిడ్డ సర్కారు దవాఖా నకు అనే స్థాయికి వైద్య సేవలు పడిపోయాయని విమర్శించారు. బీసీలకు 42 శాతం రిజర్వేషన్లు ఇస్తామని చెప్పి కాంగ్రెస్ వారిని దారుణంగా వంచించిందని ధ్వజమెత్తారు. రాష్ట్ర ప్రజలకు జరుగుతున్న అన్యాయాలను అడ్డుకోవాలంటే కేసీఆర్ మళ్లీ ముఖ్యమంత్రి కాలాలని హరీష్ రావు ఆకాంక్షించారు. వరంగల్ జిల్లాలోని 12 నియోజక వర్గాలకు 12 స్థానాల్లో గులాబీ జెండా ఎగురవేసి కేసీఆర్ను బహు మతిగా ఇవ్వాలని కార్యకర్తలకు పిలుపునిచ్చారు.

కడియం వల్లనే బీఆర్ఎస్ వీడాను: ఆరూరి రమేష్

వరంగల్ జిల్లాలో అనేక మంది మీద బురదజల్లి, వారు రాజ కీయంగా ఎదగకుండా చేసిన వ్యక్తి కడియం శ్రీహరి అని ఆరూరి రమేష్ ధ్వజమెత్తారు. ఎన్నికల ముందు రేవంత్ రెడ్డితో ములాఖాత్ అయ్యి, వరంగల్ జిల్లాలో అనేక మంది ఓటమికి కడియం కారణమయ్యారని ఆరోపించారు. అటువంటి పరిస్థితుల వల్లే తాను పార్టీ నుంచి బయటకు వెళ్లాల్సి వచ్చిందన్నారు. చిన్నప్పుడు ఎవరైనా పిల్లవాడు ఇల్లు తప్పిపోయి గాయిగాయ తిరిగి వస్తే తల్లిదండ్రులు ఎంత సంతబడవతారో.. ఇప్పుడు బీఆర్ఎస్ పెద్దలకు తనని చూసి కూడా అంతో ఉందని ఆరూరి అన్నారు. కడియం శ్రీహరి లాంటి పాపాత్ముడు బయటకు వెళ్లిపోయా డు కాబట్టే, తిరిగి సొంత ఇంటికి రావాలని నిర్ణయం తీసుకున్నారని మాజీ ఎమ్మెల్యే ఆరూరి రమేష్ పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ మంత్రులు ఎర్రబెల్లి దయాకర్ రావు, సత్యవతి రాథోడ్, ఎమ్మె ల్యే పల్లూ రాజేశ్వరెడ్డి, శ్రీనివాస్, బాల్క సుమన్, మిట్టవల్లి సురేం దర్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

అదుపుతప్పి మెట్రో పిల్లర్‌ను ఢీకొన్న కారు

ఇద్దరు ఇంజనీరింగ్ విద్యార్థుల మృతి

హైదరాబాద్,జనవరి28 : హైదరాబాద్ శివారులోని మేడిపల్లి పోలీస్ స్టేషన్ పరిధిలో ఘోర రోడ్డు ప్రమాదం సంభవించింది. ఇంజినీరింగ్ విద్యార్థులు ప్రయాణిస్తున్న ఓ వాహనం అదుపుతప్పి మెట్రో పిల్లర్‌ను బలంగా ఢీకొట్టింది. ఈ ఘటనలో ఇద్దరు విద్యార్థులు అక్కడికక్కడే మృతించెందగా.. మరో ముగ్గురికి గాయాలయ్యారు. ఆ ముగ్గురు విద్యార్థుల పరిస్థితి విషమంగా ఉన్నట్లు సమాచారం. ఈ ఘటనపై స్థానికులు మేడిపల్లి పోలీసులకు సమాచారం అందజేశారు. పోలీసులు ఘటనా స్థలానికి చేరుకుని సహాయక చర్యలు చేపట్టారు.మేడిపల్లి పోలీసులు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం.. విద్యార్థుల కారు అత్యంత వేగంతో ప్రయాణిస్తోందని, డ్రైవర్ స్పీడ్‌ను కంట్రోల్ చేయలేకపోవడమే ఈ ప్రమాదానికి ప్రధాన కారణమని తెలిపారు. దీంతో కారు అదుపుతప్పి రోడ్డువక్కస ఉన్న మెట్రో పిల్లర్‌ను బలంగా ఢీకొట్టింది. ఈ ఘటనలో కారు ముందుభాగం పూర్తిగా నుజ్జునుజ్జయ్యింది. వీరంతా ఒకే ఇంజినీరింగ్ కళాశాలకు చెందిన వారిగా పోలీసులు గుర్తించారు. ఈ ఘటనపై పోలీసులు కేసు నమోదు చేసుకుని దర్యాప్తు చేస్తున్నారు. వ్యవధివహలను పోస్ట్మార్డం నిమిత్తం గాంధీ ఆస్పత్రికి తరలించినట్లు సమాచారం. ప్రమాద సమయంలో డ్రైవర్ మద్దం సేమించి ఉన్నాడా, లేదా అనే కోణంలో విచారణ జరుపుతున్నారు. విద్యార్థుల మృతితో వారి కుటుంబ సభ్యులు కన్నీరుమున్నీరుగా విలపిస్తున్నారు. ఇలాంటి ప్రమాదాలు పునరావృతం కాకుండా ఉండాలంటే వాహనదారులు, ముఖ్యంగా యువత సరైన జాగ్రత్తలు పాటించాలని మేడిపల్లి పోలీసులు సూచించారు. నగర శివార్లలో రోడ్డు ఖాళీగా ఉన్నాయని వేగం పెంచి వాహనాలు నడపడం ప్రమాదకరమన్నారు. తప్పనిసరిగా సీట్ బెల్ట్ ధరించాలని.. డ్రైవింగ్ సమయంలో మొబైల్ ఫోన్లు వాడవద్దని సూచించారు.



స్థపతి స్వస్థం చేశారు. గ్రామిణులు ఉపాధి కల్పన కోసం జీ రామ్ జీ చట్టం తీసుకొచ్చాం. దేశాభివృద్ధిలో మహిళలకు కీలక పాత్ర ఉల్లాసంగా. అవరేషన్స్ నిండేస్తే ఏం జరుగుతుందో ప్రపంచం చూసింది. రక్షణరంగ ఉత్పత్తుల ఎగుమతి రికార్డు స్థాయిలో పెరిగింది. అవరేషన్ సిందూర తర్వాత భారత్ డిఫెన్స్ ఉత్పత్తులకు గిరాకీ పెరిగింది. నానో చిప్ల తయారీపై భారత్ దృష్టి సారించింది. మైక్రో చిప్ల తయారీలో స్వయంసమర్థుల సాధించాలి. ఎలక్ట్రానిక్ పరిశ్రమలు 15లక్షల ఉద్యోగాలు సృష్టించగలిగాం. ముద్ర యోజన ద్వారా చిరువ్యాపారులకు భారీగా రుణాలు అందించాం. పంటి ఎన్నో ప్రభుత్వ కార్యక్రమాల్ని రాష్ట్రపతి తన 20వంగంలో వెల్లడించారు. పీఎం విశ్వకర్మ యోజనతో 12లక్షల మందికి శిక్షణ ఇస్తున్నారని రాష్ట్రపతి తెలిపారు. ఎన్డీఎ పదేళ్ల పాలంలో 25 కోట్ల మందికి పేదరికం నుంచి విముక్తి కల్పించినట్లు తెలిపారు. 100 కోట్లకు పైగా గ్యాస్ కనెక్షన్లు అందించామని.. ఆయుష్మాన్ భారత్ ద్వారా కోట్ల మందికి వైద్య సేవలు అందిస్తున్నామన్నారు. వికసిత భారత్లో రైతులకు ప్రథమ ప్రాధాన్యం ఇచ్చామన్నారు. వ్యవసాయ మౌలిక సదుపాయాలను మెరుగుపరుస్తున్నట్లు పేర్కొన్నారు. ఆత్మనిర్భర భారత్ సాధన కోసం కేరళ ప్రభుత్వం కృషి చేస్తోందని రాష్ట్రపతి పేర్కొన్నారు. భవిష్యత్తును దృష్టిలోపెట్టుకొని దేశం నాన్ సస్పరణల పథంలో దూసుకెళ్తోందన్నారు. పీఎల్ఐ పథకం కింద పారిశ్రామికోత్పత్తిని ప్రోత్సహిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఎలక్ట్రానిక్ ఉత్పత్తుల్లో గణనీయమైన ప్రగతి అందించామన్నారు. నముద్ర వ్యాపారాన్ని మరింత పెంచేందుకు ప్రణాళికలు రచిస్తున్నట్లు వెల్లడించారు.

అంతకుముందు పార్లమెంటుకు చేరిన రాష్ట్రపతికి స్పీకర్ ఓం బిర్లా, ఉపరాష్ట్రపతి రాధాకృష్ణన్, ప్రధాని మోడీ తదితరులు ఘనంగా స్వాగతం పలికారు. ఆమెను సందరంగా పార్లమెంట్ భవనంలోకి తోడ్కొని వెళ్లారు.



ఘగర్ ఉన్నవారు అంజీర పండ్లు తినొచ్చా?

డయాబెటీస్ అనేది ప్రపంచవ్యాప్తంగా చాలా మందిని వేధిస్తున్న ఆరోగ్య సమస్య. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు నియంత్రిణలో లేకపోతే, కాలక్రమేణా కళ్ళు, గుండె, మూత్రపిండాలు వంటి ముఖ్యమైన అవయవాలు దెబ్బతినే అవకాశం ఉంది. ముఖ్యంగా అధిక చక్కెర వల్ల మూత్రపిండాలు దెబ్బతినే ప్రమాదం ఉంటుంది. దీనిని వైద్యులు డయాబెటిక్ నెఫ్రోపతి అని అంటారు. ఇది బయటకు కనిపించని సమస్య కాబట్టి, డయాబెటీస్ ఉన్నవారు తరచుగా అవసరమైన పరీక్షలు చేయించుకోవడం, సరైన జీవనశైలిని పాటించడం చాలా అవసరం.

రోజుకు రెండు అంజీర పండ్లు..

ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం.. అంజీర పండ్లు రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలను తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. వీటిలో పొటాషియం ఎక్కువగా ఉంటుంది. అలాగే ఇందులో ఉండే క్లోరోజెనిక్ ఆమ్లం రక్తంలో చక్కెరను నియంత్రించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. 2019లో వచ్చిన ఒక పరిశోధన ప్రకారం, రోజుకు రెండు అంజీర పండ్లు తినడం వల్ల ఘగర్ లెవెల్స్ నియంత్రిణలో ఉంటాయి. అంతేకాదు.. గుండె జబ్బులు, క్యాన్సర్ వంటి సమస్యల నుంచి కూడా కొంత రక్షణ లభిస్తుందని

ఆరోగ్య నిపుణులు చెబుతున్నారు. ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం.. రోజుకు రెండు అంజీర పండ్లు తింటే చాలు. అంతకంటే ఎక్కువ తినడం మంచిది కాదు. డ్రై అంజీర అయితే నానబెట్టి తినాలి. రాత్రి పడుకునే ముందు రెండు అంజీర పండ్లను నీటిలో నానబెట్టాలి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో తినాలి. వీలైతే బాదం, వాల్ నట్ లతో కలిసి తినొచ్చు. ఇది రక్తంలో చక్కెర నియంత్రిణతో పాటు మొత్తం ఆరోగ్యానికి మేలు చేస్తుంది.

అంజీర ప్రయోజనాలు

- ❖ మలబద్ధకం తగ్గుతుంది.
- ❖ బరువు తగ్గాలనుకునే వారికి ఇవి ఉపయోగపడతాయి. కానీ ఎక్కువగా తింటే బరువు పెరిగే అవకాశం ఉంది.
- ❖ రక్తపోటును తగ్గించడంలో సహాయపడతాయి. గుండె ఆరోగ్యాన్ని మెరుగుపరుస్తాయి.
- ❖ రోజూ అంజీర పండ్లు తినడం వల్ల హార్ట్ వైఫల్య అసమతుల్యత కొంతవరకు తగ్గుతుంది. ముఖ్యంగా రుతు సమస్యలు ఉన్న మహిళలకు ఇవి ఉపయోగపడతాయని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

కిడ్నీ స్టోన్స్ సహజంగా కరిగిపోవాలంటే ఏం చేయాలి?

కిడ్నీలో రాళ్లు చిన్నవిగా ఉన్నప్పుడే జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే, పెద్ద చికిత్సలు అవసరం లేకుండా సహజంగా తగ్గించే అవకాశం ఉంటుంది. ఇటీవలి కాలంలో చాలా మందికి కిడ్నీ స్టోన్స్ సమస్య వస్తోంది. అనారోగ్యకరమైన జీవనశైలి, తక్కువ నీరు తాగడం, సరైన ఆహారం తీసుకోకపోవడం దీనికి ప్రధాన కారణాలు. కిడ్నీలో రాళ్లు పెద్దవిగా మారితే సదుము భాగంలో తీవ్రమైన నొప్పి, మూత్రంలో మంట, రక్తం రావడం వంటి సమస్యలు వస్తాయి. అయితే రోజువారీ ఆహారం, అలవాట్లలో కొద్దిగా మార్పులు చేసుకుంటే కిడ్నీ స్టోన్స్ సహజంగా కరిగించుకోవచ్చని వైద్యులు చెబుతున్నారు.

కిడ్నీ స్టోన్స్ సహజంగా కరిగిపోవాలంటే..

ఆహారంలో ఉప్పు ఎక్కువైతే, శరీరంలో కాల్షియం మూత్రం ద్వారా ఎక్కువగా బయటకు వస్తుంది. అది కిడ్నీలో చేరి రాళ్లుగా మారుతుంది. రోజుకు ఒక టీస్పూన్ కంటే ఎక్కువ ఉప్పు తీసుకోకూడదు. ఉప్పు తగ్గిస్తే కిడ్నీ స్టోన్స్ వచ్చే ప్రమాదం తగ్గుతుంది. నీరు ఎక్కువగా తాగాలి: రోజూ సరిపడా నీరు తాగడం చాలా ముఖ్యం. కనీసం 8 నుంచి 10 గ్లాసుల నీరు తాగాలి. నీరు ఎక్కువగా తాగితే మూత్రం ద్వారా వ్యర్థాలు బయటకు వెళ్లిపోతాయి. మూత్రం లేత పసుపు రంగులో ఉంటే నీరు సరిపడా తాగుతున్నారని అర్థం. ఇలా చేస్తే చిన్న రాళ్లు పెద్దవిగా మారకముందే బయటకు వెళ్లిపోతాయి. సిట్రస్ పండ్లు తినాలి: నిమ్మకాయ, నారింజ, డ్రాక్ష వంటి పండ్లు కిడ్నీ స్టోన్స్ ను నివారిస్తాయి. ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో గోరువెచ్చని నీటిలో నిమ్మరసం కలిపి తాగడం చాలా మంచిది. రోజుకు అర కప్పు నిమ్మరసం నీటిలో కలిపి తాగవచ్చు. ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ లో ఉండే ఎసిటిక్ యాసిడ్ కిడ్నీ స్టోన్స్ ను కరిగించడంలో సహాయపడుతుంది. నీటిలో 2 టీస్పూన్లు ఆపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కలిపి తాగవచ్చు.



తులసి ఆకుల రసం కూడా రాళ్లను కరిగించడంలో ఉపయోగపడుతుంది. తులసి రసం, తేనె కలిపి రోజుకు 1 టీస్పూన్ తీసుకుంటే మంచి ఫలితం ఉంటుంది. దానిమ్మ జ్యూస్, ముల్లంగి కూడా కిడ్నీ ఆరోగ్యానికి మంచివి.

ఏ ఆహారాలు తగ్గించాలి?

- ❖ టమాటా, పాలకూర, బీట్ రూట్ వంటి ఆక్సలేట్ ఎక్కువగా ఉన్న ఆహారాలను తగ్గించాలి.
- ❖ రెడ్ మీట్, అధిక ప్రోటీన్ ఆహారాలు తగ్గించాలి.
- ❖ యూరిక్ యాసిడ్ ఎక్కువగా పెంచే

ఆహారాలకు దూరంగా ఉండాలి. చక్కెర కలిగిన శీతల పానీయాలు తాగకూడదు.

కిడ్నీ స్టోన్స్ ఉన్నవారి డైట్ ఎలా ఉండాలి?

- ❖ ప్రాసెస్ చేసిన ఆహారం, ఫాస్ఫే ఫుడ్స్ మానేయాలి.
- ❖ ఉప్పు, చక్కెర తక్కువగా తీసుకోవాలి.
- ❖ రోజుకు కనీసం 9 గ్లాసుల నీరు తాగాలి.
- ❖ తక్కువ ప్రోటీన్ ఆహారం తీసుకోవాలి.
- ❖ ఆరోగ్యకరమైన జీవనశైలిని అలవర్చుకోవాలి.
- ❖ ఇవన్నీ పాటిస్తే కిడ్నీ స్టోన్స్ సమస్యను చాలా వరకు సహజంగా నియంత్రించుకోవచ్చని ఆరోగ్య నిపుణులు సూచిస్తున్నారు.

మీ పిల్లలు వయసుకు తగ్గట్టు బరువు పెరగడం లేదా? కారణాలు తెలుసుకోండి.!

మీ పిల్లు వయసుకు తగినట్టుగా బరువు పెరగడం లేదా? బలహీనంగా కనిపిస్తున్నారా? అయితే ఈ విషయం తప్పకుండా తెలుసుకోవాలి. పిల్లలు తక్కువ బరువుగా ఉండటమనేది వారి ఆరోగ్య సమస్యలకు కారణమవుతుంది. చాలామంది తల్లిదండ్రులు ఈ విషయంపై ఆందోళన వదుతుంటారు. పిల్లలు ఎందుకు బరువు పెరగడం లేదో తెలుసుకుని, సరైన జాగ్రత్తలు తీసుకుంటే వారి ఆరోగ్యం మెరుగుపడుతుంది.

పిల్లలు బరువు పెరగకపోవడానికి అనేక కారణాలు ఉండొచ్చు. తక్కువ కేలరీల ఆహారం తీసుకోవడం, పోషక లోపాలు, బరన్ లోపం, సరైన ఆహార అలవాట్లు లేకపోవడం, తల్లిపాలు సరిగా అందకపోవడం వంటి కారణాలు ప్రధానమైనవి. ఇవన్నీ పిల్లల పెరుగుదలపై ప్రభావం చూపుతాయి. అందుకే తల్లిదండ్రులు ప్రత్యేక శ్రద్ధ తీసుకోవాలి.

బలవంతంగా తినిపించకండి..

పిల్లల బరువు తక్కువగా ఉందని భావించి కొందరు తల్లిదండ్రులు వారికి బలవంతంగా తినిపిస్తుంటారు. అయితే ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం.. ఇది సరైన పద్ధతి కాదు. ఇలా చేయడం వల్ల పిల్లలకు ఆహారం మీద ఆసక్తి తగ్గుతుంది. బలవంతంగా తినిపించడం వల్ల పిల్లలు మరింత మొండిగా మారి తక్కువగా తినే అవకాశముంది. అందుకే పిల్లలకు బలవంతంగా కాకుండా.. రోజుకు అల్పాహారం, భోజనం, రాత్రి భోజనం, మధ్యలో స్నాక్స్ ఇలా ఒక పద్ధతి ప్రకారం ఇవ్వాలి. ఇది పిల్లల ఆరోగ్యకరమైన పెరుగుదలకు సాయపడుతుంది.



టీవీ చూడకుండా ఉండాలి..

చాలా మంది పిల్లలు భోజనం చేస్తూ టీవీ లేదా మొబైల్ చూస్తుంటారు. భోజనం సమయంలో టీవీ

చూడటం వల్ల పిల్లలు ఏమీ తింటున్నారో దానిపై దృష్టి పెట్టలేరు. ఇది వారి ఆహార అలవాట్లు, మానసిక ఆరోగ్యాన్ని ప్రభావితం చేస్తుంది. తల్లిదండ్రులు భోజన సమయంలో టీవీని ఆపివేయాలి. మొబైల్ ఫోన్లు, ల్యాప్ టాప్ లు వంటి గ్యాడ్జెట్లను పిల్లలకు దూరంగా ఉంచాలి. బదులుగా పిల్లలతో కలిసి కూర్చుని భోజనం చేయడం, ఆహారం గురించి మాట్లాడటం మంచిది. ఆహారం రంగు, రుచి, వాసన బాగుండేలా చూసుకుంటే పిల్లలకు తినాలనే ఆసక్తి పెరుగుతుంది.

ఈ జాగ్రత్తలు తీసుకోండి..

పిల్లలు బరువు పెరగాలంటే సరైన కేలరీలు తప్పనిసరి. అయితే కేకులు, స్వీట్లు, బర్గర్లు, పిజ్జా వంటి జంక్ ఫుడ్ ఇవ్వకూడదు. నిపుణుల ప్రకారం.. పిల్లల ఆహారంలో కండెన్సెడ్ మిల్క్, క్రీమ్, పెరుగు, నెయ్యి వంటి పోషకాహారాలు ఉండాలి. అలాగే విటమిన్లు, ఖనిజాలు ఎక్కువగా ఉండే పండ్లు, కూరగాయలు కూడా ఇవ్వాలి. ఏ వయసు పిల్లలు ఎంత బరువు ఉండాలనే వివరాలు తెలుసుకోవడానికి డాక్టర్ ని సందర్శించాలి.



ఎక్కువగా స్వీట్లు తింటున్నారా? శరీరంలో జరిగే మార్పులు ఇవే.!

కొంతమందికి తీపి పదార్థాలంటే చాలా ఇష్టం. రోజూ తినే ఆహారం కంటే ఎక్కువగా స్వీట్స్ కావాలనిపిస్తుంది. ఇలా స్వీట్లు తినాలనే కోరిక క్రమంగా ఒక అలవాటుగా మారుతుంది. భోజనం తర్వాతనా, మధ్యలో చిరుతిండిగా అయినా.. సమయం ఏమిటన్నది లేకుండా తీపి తినాలనిపిస్తుంది. మొదట ఇది చిన్న విషయంగా అనిపించినా, తరచూ ఇలా జరుగుతుంటే ఆలోచించాల్సిన విషయమే. అలసటగా ఉన్నప్పుడు లేదా ఒత్తిడిలో ఉన్నప్పుడు చాలామంది స్వీట్ల వైపు ఎక్కువగా ఆకర్షితులవుతారు. అయితే ఎక్కువగా తింటే శరీరంపై దుష్ప్రభావాలు పడతాయని ఆరోగ్య నిపుణులు హెచ్చరిస్తున్నారు.

స్వీట్లు తినాలనే కోరిక ఎందుకు వస్తుంది?

ఆరోగ్య నిపుణుల ప్రకారం.. స్వీట్లు తినాలనే కోరిక కేవలం రుచికి సంబంధించినది మాత్రమే కాదు. మన రోజువారీ జీవనశైలి కూడా దీనికి కారణం. సరిగా భోజనం చేయకపోవడం, ఎక్కువసేపు ఆకలితో ఉండడం, ఎక్కువగా జంక్ ఫుడ్ తినడం వల్ల ఈ కోరిక పెరుగుతుంది. అలాగే ఒత్తిడి, నిద్రలేమి, మానసిక అలసట కూడా స్వీట్లపై ఆసక్తిని పెంచుతాయి. కొంతకాలానికి ఇది అలవాటుగా మారి, స్వీట్లు

లేకుండా ఉండలేనట్లు అనిపించవచ్చు.

తరచూ స్వీట్లు తింటే వచ్చే సమస్యలు..

ఎక్కువగా స్వీట్లు తినడం వల్ల బరువు వేగంగా పెరిగే అవకాశం ఉంటుంది. ఊబికాయం వచ్చే ప్రమాదం ఉంది. రక్తంలో చక్కెర స్థాయిలు అదుపు తప్పి డయాబెటీస్ వచ్చే అవకాశం కూడా పెరుగుతుంది. దంత సమస్యలు, అలసట, బలహీనత వంటి సమస్యలూ రావచ్చు. కొందరి లో జీర్ణ సమస్యలు, చర్మ సమస్యలు కూడా కనిపిస్తాయి. ఈ అలవాటు ఎక్కువకాలం కొనసాగితే గుండె ఆరోగ్యంపైనా ప్రభావం పడుతుంది.

ఈ కోరికను ఎలా తగ్గించుకోవాలి?

స్వీట్లు తినాలనే కోరికను తగ్గించుకోవాలంటే సమతుల్యమైన ఆహారం తీసుకోవాలి. సమయానికి భోజనం, స్నాక్స్ తినాలి. ఎక్కువసేపు ఆకలితో ఉండకూడదు. రోజూ తగినంత నీరు తాగాలి, మంచిగా నిద్రపోవాలి. ఒత్తిడిని తగ్గించుకోవడానికి యోగా లేదా తేలికపాటి వ్యాయామం చేయవచ్చు. స్వీట్లకు బదులుగా పండ్లు, డ్రై ఫ్రూట్స్ లేదా ఆరోగ్యకరమైన స్నాక్స్ ఎంచుకోవడం మంచిది. అలాగే క్రమంగా స్వీట్లు తినే పరిమాణాన్ని తగ్గిస్తే ఈ అలవాటు అదుపులోకి వస్తుంది.

అవసరమైతే మొయిడీ ఓపర్లు కూడా ఆదేవాడు. ముఖ్యంగా బెంగళూరు వంటి పీవీలపై చాలా స్లోగా బ్యాటింగ్ ప్రారంభించేవాడు. ఆ తర్వాత వేగం పెంచేవాడు. కానీ అభిషేక్ శర్మ అతనికి పూర్తి విరుద్ధం. గేల్లా అతను క్రికెట్ సెట్ అయ్యేందుకు టైమ్ తీసుకోవాడు. వచ్చిరావడంతోనే భారీ ఫ్యాన్లు ఆడుతాడు. అలా బ్యాట్ తో భారీ ఫ్యాన్లు ఆడే బ్యాటర్లలా నిలడడం ఉండదు. కానీ అభిషేక్ శర్మ మాత్రం నిలడకూడా రాణిస్తున్నాడు. ప్రతీ మ్యాచ్ లో తన నస్త్రా ఏంట్ నిరాపీంచుకుంటున్నాడు. కేవలం 12, 14 బంతులే ఆడుతున్నా... 60 నుంచి 70 పరుగులు రాబడుతున్నాడు. అదే అతన్ని మ్యాచ్ విన్నర్ గా నిలబెడుతుంది. అవేకమింగ్ టీ20 ప్రపంచకప్ 2026లో అభిషేక్ శర్మ చెలరేగితే టీమిండియానే విజేతగా నిలుస్తుంది.' అని కైఫ్ చెప్పుకొచ్చాడు. అభిషేక్ శర్మ విద్వంసం, టీమిండియా అద్భుత ప్రదర్శనతో న్యూజిలాండ్ తో ఐదు టీ20ల సిరీస్ ను టీమిండియా 3-0తో కైవసం చేసుకున్న సంగతి తెలిసింది. నాలుగో మ్యాచ్ వైజోగ్ వేదికగా మరిక్కొడ్ గంటల్లో ప్రారంభం కానుంది. ఈ మ్యాచ్ లోనూ అదే జోరు కొనసాగించాలని టీమిండియా భావిస్తోంది. బ్యాటింగ్ కు అనుకూలంగా ఉండే ఈ మైదానంలో అభిషేక్ శర్మ సిక్స్లర్ల సునామీ పూసేందుకు ఫ్యాన్స్ రెడీగా ఉన్నారు.

అల్లు అర్జున్, లోకేశ్ మూవీకి సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్

అల్లు అర్జున్ కథానాయకుడిగా లోకేశ్ కనగరాజ్ దర్శకత్వంలో ఓ సినిమా రానున్న విషయం తెలిసిందే. ఎం23గా ఇది ప్రచారంలో ఉంది. ఇంకా మూటింగ్ కూడా ప్రారంభం కాని ఈ సినిమా అప్పుడే సోషల్ మీడియాలో రికార్డును సొంతం చేసుకుంది. ఇటీవల ఈ సినిమాను అధికారికంగా ప్రకటిస్తూ.. ఓ థీమ్ సాంగ్ విడుదల చేశారు. ఇప్పుడది సోషల్ మీడియాలో ట్రెండ్ క్రియేట్ చేస్తోంది. ఏకంగా ఈ థీమ్ సాంగ్పై ఇన్స్టాలో 3,55,000 రీల్స్ క్రియేట్ అయ్యాయి. కొన్ని రోజులుగా ట్రెండ్ అవుతోన్న 'ఎనిబిసనీబీఐః ఓఃఘాఁ'ఃబి వీడియోకు ఈ సాంగ్ను ఉపయోగిస్తున్నారు. దీంతో 13 రోజుల్లోనే లక్షల రీల్స్ ఈ పాటతో క్రియేట్ అయ్యాయి. అత్యధిక రీల్స్ పొందిన థీమ్ సాంగ్గా ఈ పాట రికార్డు నెలకొల్పింది. ఇప్పటికీ టాప్ లో కొనసాగుతోంది. ఈ ఏడాదిలో ఈ సినిమా మూటింగ్ ప్రారంభం కానుంది. ఇక అల్లు అర్జున్ ప్రస్తుతం అట్లీ దర్శకత్వంలో ఓ చిత్రంలో నటిస్తున్నారు. భారీ బడ్జెట్తో రూపొందుతున్న ఈ మూవీలో దీపికా పదుకొణి కథానాయికగా కనిపించనున్నారు. సైన్స్ ఫిక్షన్ జానర్ లో దీన్ని తీర్చిదిద్దుతున్నారు. ప్రస్తుతం ఈ మూవీ మూటింగ్ శరవేగంగా జరుగుతోంది. తాజాగా అట్లీ దీని గురించి మాట్లాడుతూ.. అద్భుతమైన అవుట్ పుట్ కోసం నిర్దేశించిన రాత్రులు గడుపుతున్నట్లు చెప్పారు. అభిమానులకు అదిరిపోయే సర్ప్రైజ్ ను సిద్ధం చేస్తున్నామని తెలిపారు.



మెస్సరైజ్ చేస్తున్న తమన్నా!

బాలీవుడ్ నుండి టాలీవుడ్ వరకు తన అందం, అభినయంతో కోట్లాది మంది అభిమానులను సంపాదించుకున్న మిర్చీ బ్యూటీ తమన్నా భాటియా, సోషల్ మీడియాలో మరోసారి సెన్సేషన్ క్రియేట్ చేస్తోంది. తాజాగా ఆమె పోస్ట్ చేసిన ఫోటోలు ఇంటర్నెట్ ను షేక్ చేస్తున్నాయి. ఎప్పుడూ ట్రెండిగా ఉండే తమన్నా, ఈసారి క్లాసిక్ , ఎరిగెంట్ లుక్ లో మెలిసిపోతూ కుర్చుకారు గుండెల్లో సెగలు పుట్టిస్తోంది. స్టైలిష్ అవుట్ ఫిట్ లో మెలిసిపోతున్న మిర్చీ బ్యూటీ ను చూసి అభిమానులు క్లీన్ ఆఫ్ స్టైల్ అంటూ కామెంట్స్ చేస్తున్నారు.. తమన్నా తన ఫ్యాషన్ సెన్స్ గురించి చెబుతూ ఆభరణాల ఎంపికపై ఆసక్తికర వ్యాఖ్యలు చేశారు. “నాకు ఆభరణాలు అంటే ఎప్పుడూ కేవలం ఇతరుల దృష్టిని ఆకర్షించడం గురించి మాత్రమే కాదు, అవి మన వ్యక్తిత్వానికి ఎంతలా అమరుతాయనేది ముఖ్యం. ఆభరణం మన వ్యక్తిగత శైలిని పెంచాలి తప్ప, అది మనల్ని అధిగమించకూడదు” అని ఆమె పేర్కొన్నారు. తాను ఎప్పుడూ మెరుగైన బేసిక్స్ ను ఇష్టపడతానని, సహజంగా అనిపించే వస్తువులను ధరించడం, ఒక ఉద్దేశంతో వాటిని సేకరించడం తన అలవాటని వివరించారు. చక్కటి ఆభరణాలలో పెట్టుబడి పెట్టడం అంటే, అవి కేవలం అలంకరణ వస్తువులుగా కాకుండా, మనల్ని మనం వ్యక్తీకరించే విధానంలో ఒక భాగంగా మారాలని ఆమె తన అభిప్రాయాన్ని పంచుకున్నారు. తమన్నా షేర్ చేసిన తాజా ఫోటోలలో ఆమె ధరించిన అవుట్ ఫిట్ ఆమె ఎరిగెన్స్ ను నెక్ట్ లెవల్ కు తీసుకెళ్లింది. మినిమల్ మేకప్, సింపుల్ హెయిర్ స్టైల్ , ఆమె సిగ్నేచర్ స్టైల్ తో కెమెరాకు ఫోజులిచ్చిన తీరు నెటిజన్లను కట్టిపడేస్తోంది. ఎరిగెన్స్ అంటే కేవలం బట్టలు మాత్రమే కాదు, అది మన ఆటిట్యూడ్ లో ఉంటుంది అని చెప్పకనే చెబుతోంది ఈ భామ. ఈ పోస్ట్ కింద కొందరు అభిమానులు ‘ఎవర్ గ్రీన్ బ్యూటీ’ అంటూ కామెంట్లతో ముంచెత్తుతున్నారు. కేవలం కొద్ది నిమిషాల్లోనే ఈ ఫోటోలు లక్షలాది లైకులను సంపాదించుకోవడం తమన్నా క్రేజ్ కు నిదర్శనం. ప్రస్తుతం తమన్నా తన కెరీర్ లో అత్యుత్తమ దశలో ఉంది. ఒకవైపు సినిమాల్లో నటిస్తూనే, మరోవైపు ఓటీటీ ప్లాట్ ఫారమ్స్ పై కూడా తన హవా చాటుతోంది. గత ఏడాది వచ్చిన ఓదెల 2 హిట్ అవ్వడంతో ఆమె జోరు పెరిగింది. హిందీలో కూడా వంస ప్రాజెక్టులతో జజ్జీగా ఉంది. కేవలం గ్లామర్ పాత్రలకే పరిమితం కాకుండా, నటనకు ప్రాధాన్యత ఉన్న పాత్రలను ఎంచుకుంటూ తన ప్రత్యేకతను చాటుకుంటోంది. సోషల్ మీడియాలో ఆమె ఇచ్చే ఫ్యాషన్ స్టైల్ మెంట్స్ యంగ్ హీరోయిన్లకు సైతం గడ్డి పోటీనిస్తున్నాయి. ఫ్యాషన్ ప్రపంచంలో తనదైన ముద్ర వేస్తూ, ఎప్పటికప్పుడు కొత్త లుక్స్ తో ప్రయోగాలు చేస్తూ మెస్సరైజ్ చేస్తోంది. ఈ లేటెస్ట్ ఎరిగెంట్ లుక్ తమన్నాలోని అనర్లెస్ క్లాస్ ను బయటకు తీసింది. ఇలాంటి మరిన్ని అద్భుతమైన లుక్స్ తో ఆమె మరింతగా అలరించాలని ఫ్యాన్స్ కోరుకుంటున్నారు.



అక్కకు తమ్ముడు రామ్ చరణ్ గిప్ట్

మెగాస్టార్ చిరంజీవి కెరీర్ లో మరో మైలురాయిగా నిలిచిన చిత్రం 'మన శంకర వరప్రసాద్ గారు'. సంక్రాంతి కానుకగా విడుదలైన ఈ సినిమా రీజినల్ ఇండస్ట్రీలో హిట్ గా నిలిచి, బాక్సాఫీస్ వద్ద వసూళ్ల ప్రభంజనం సృష్టించింది. చాలా కాలం తర్వాత చిరంజీవిని ఫుల్ ఫామల్ చూసిన అభిమానులు ఈ సినిమాను వందగలా సెలబ్రేట్ చేశారు. అనిల్ రావిపూడి దర్శకత్వంలో తెరకెక్కిన ఈ ఫ్యామిలీ ఎంటర్టైనర్ ను సుస్మిత కొడిదెల, సాహు గారపాటి నిర్మించగా, ప్రతి వర్గం ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. అయితే ఈ చిత్రాన్ని అంత అద్భుతంగా నిర్మించినందుకు రామ్ చరణ్.. తన సోదరి సుస్మితకి క్యూట్ గిప్ట్ ఇచ్చారు. సుస్మిత కొడిదెల రీసెంట్ గా ఓ ఇంటర్వ్యూలో మాట్లాడుతూ.. నాన్నకి చాలా మంచి గిప్ట్ ఇచ్చావు.సినిమా చాలా అద్భుతంగా వచ్చింది.ఇప్పుడు నీకు దిప్తి తగులుతుంది కాబట్టి ఇది వేసుకో అని రామ్ చరణ్ తన అక్కకి ఈవిల్ ఐ క్రేస్ లెటర్స్ గిప్ట్ గా ఇచ్చాడని రామ్ చరణ్ సోదరి సుస్మిత తెలియజేశారు. తమ్ముడు చూపించిన ప్రేమపై మెగా దాటర్ ఫుల్ ఖుష్ అయింది. ఆమె చేసిన కామెంట్స్ కూడా ఇప్పుడు నెట్టింట్ వైరల్ అవుతున్నాయి.



సెట్ లో మమ్ముట్టికి సన్మానం

మలయాళ మెగాస్టార్ మమ్ముట్టికి కేంద్ర ప్రభుత్వం పద్మభూషణ్ పురస్కారాన్ని ప్రకటించిన సంగతి తెలిసిందే. దాదాపు 40 ఏండ్లుగా సినిమా రంగంలో అతడు అందిస్తున్న సేవలకు గాను ఈ అవార్డును కేంద్రప్రభుత్వం ప్రకటించింది. అయితే ఈ శుభసందర్భంగా ప్రస్తుతం ఆయన నటిస్తున్న 'పాదయాత్ర' సినిమా మూటింగ్ సెట్స్ లో చిత్ర బృందం మమ్ముట్టిని ఘనంగా సన్మానించింది. భారత ప్రభుత్వం 2026 గణతంత్ర దినోత్సవం సందర్భంగా దేశంలోనే మూడవ అత్యున్నత పౌర పురస్కారమైన పద్మభూషణ్ ను ఆయనకు ప్రకటించడంతో సెట్స్ లో పండుగ వాతావరణం నెలకొంది. రెజెండర్ దర్శకుడు అడూర్ గోపాలకృష్ణన్ దర్శకత్వంలో రూపొందుతున్న ఈ చిత్రం సెట్స్ లో యూనిట్ సభ్యులందరూ కలిసి మమ్ముట్టిని సత్కరించి తమ సంతోషాన్ని పంచుకున్నారు. దాదాపు 32 ఏళ్ల సుదీర్ఘ విరామం తర్వాత మమ్ముట్టి మరియు అడూర్ గోపాలకృష్ణన్ కాంబినేషన్ లో సినిమా వస్తుండటం, అదే సమయంలో ఈ గౌరవం దక్కడం విశేషం. గతంలో 1998లో పద్మశ్రీ, 2022లో కేరళ ప్రభ పురస్కారాలు అందుకున్న మమ్ముట్టి ఇప్పుడు పద్మభూషణ్ గ్రహీతగా నిలిచారు.



పెళ్లి చూపుల నుంచి నేటి వరకు ఒత్తిడి తట్టుకుంటూనే ఉన్నా: తరుణ్ భాస్కర్

తెలుగు సినీ పరిశ్రమలో వైవిధ్యమైన సినిమాలతో అలరిస్తున్నవారిలో తరుణ్ భాస్కర్ ఒకరు. తన ప్రత్యేక కథా శైలి, వినూత్న ప్రయత్నాలతో ఆయనను 'స్టోరీ మేకర్'గా గుర్తిస్తారు. తాజాగా ఆయన దర్శకత్వంలో రూపొందిన 'ఓం శాంతి శాంతి' జనవరి 30న థియేటర్లలో ప్రేక్షకుల ముందుకు రాబోతుంది. ఈ సందర్భంగా తరుణ్ భాస్కర్ మీడియాతో తన ప్రయాణాన్ని పంచుకున్నారు. తరుణ్ తన కెరీర్ మొదటి సినిమాగా వచ్చిన 'పెళ్లి చూపులు' విజయాన్ని గుర్తు చేసుకుంటూ, 'ఆ విజయం నా కోసం ఎక్కువ ఒత్తిడిని తెచ్చింది' అని చెప్పారు. ఆ సమయంలో ఆయనకు ఎదురైన భయాలు, ఆందోళనలు, విజయంతో పాటు వచ్చిన బాధ్యతలన్నీ మామూలు అనుభవం కాదని అన్నారు. సినిమా రిలీజ్ సమయంలో హార్డ్ ఎటాక్ వచ్చినంత వస్తేనే సృష్టించేవాడు. విజయాన్ని సులభంగా స్వీకరించడం, అవజయాన్ని అధిగమించడం నిజమైన విద్య అని ఆయన అభిప్రాయపడ్డారు. ఈ సినిమాలో హీరోయిన్ గా ఈషా రెబ్బా నటించగా, యూత్ ఫుల్ ఎలిమెంట్స్, హ్యూమర్, సెంటిమెంట్ అన్నీ తగినంత మేళవించ బడ్డాయని తెలిసింది. తరుణ్ తన ప్రత్యేకమైన శైలిలో కథను రాసి, ప్రేక్షకులకు కొత్త అనుభూతిని ఇవ్వడానికి ప్రయత్నిస్తున్నారని నిర్మాతలు తెలిపారు. కేవలం దర్శకుడిగా కాకుండా, నటుడిగా కూడా తన మార్క్ సినిమాలను కొనసాగిస్తూ, ప్రతి సినిమాతో లోకల్ కల్చర్ ను విశేషంగా ప్రతిబింబించాలను కుంటున్నారని ఆయన చెప్పినారు. తరుణ్ భాస్కర్ ఈ ప్రయాణంలో ఒక బలమైన పాతాన్ని అందించారు. విజయం వచ్చినా, విఫలం అయినా, దానిని తట్టుకోవడమే నిజమైన గెలుపు. 'పెళ్లి చూపులు' నాటి ఆందోళనల నుండి నేడు 'ఓం శాంతి శాంతి' వరకు ఆయన నిరంతర కృషి, క్రియేటివిటీ, ధైర్యం యువ దర్శకులకు మార్గదర్శకం. జనవరి 30న విడుదలయ్యే ఈ సినిమా కోసం ప్రేక్షకులు ఆసక్తిగా ఎదురు చూస్తున్నారు.

