

# జయభేరి

ఎడిటర్ మోతె రఘు తిరుపతి రెడ్డి  
మేడ్చల్ - మల్కాజిగిరి | శనివారం 07-02-2026  
Medchal - Malkajgiri | Saturday 07-02-2026

ప్రజల పక్షాన అక్షర యజ్ఞం

Follow: jayabherinews

సంపుటి : 02 | సంచిక : 252  
పేజీలు : 8 | వెల : 5  
Vol. 02 | Issue 252 | Pages : 8 | ₹: 5

9391 544 889  
call me

jayabheripaper@gmail.com

విలేకర్లు కావాలెను

మీకు జర్నలిజంలో ఆసక్తి ఉందా?  
సమస్యల్ని ప్రశ్నించేందుకు సరైన అస్తుం కోసం ఎదురు చూస్తున్నారా?  
మీకు అవకాశం కల్పించేందుకు మేము సిద్ధంగా ఉన్నాం...!  
ప్రభుత్వానికి ప్రజలకి మధ్య వారధిగా ఉంటా..  
డిజిటల్ మీడియా రంగంలో సరికొత్త హంగులతో మీ అరచేతిలో...  
"జయభేరి" తెలుగు దినపత్రిక.. నీకో చక్కని వేదికగా నిలుస్తుంది...



నిజామాబాద్ జిల్లా పర్వతంలో భాగంగా ఇటీవల విధి నిర్వహణలో ద్వైర్య సాహసాలు ప్రదర్శించి దుండగుల దుశ్చర్య కారణంగా మరణించిన ఎక్స్ట్రేజ్ కానిస్టేబుల్ గాజుల సామ్యు, గత సంవత్సరం అక్టోబర్ లో విధి నిర్వహణలో భాగంగా దుండగుల చేతిలో మరణించిన పోలీస్ కానిస్టేబుల్ ప్రవోద్ కుమార్ కుటుంబాలకు కోటి రూపాయల ఆర్థిక సహాయాన్ని రాష్ట్ర ప్రభుత్వం తరఫున చెక్కు ద్వారా అందజేశారు.

తెలంగాణ యూనివర్సిటీ, డిచ్ పల్లి లో ఎస్సీ బాలురు & బాలికల హాస్టళ్ల నిర్మాణం. తెలంగాణ యూనివర్సిటీలో ఇండోర్ స్టేడియం నిర్మాణం. తెలంగాణ యూనివర్సిటీ, డిచ్ పల్లి లో సైన్స్ ల్యాబ్ ప్రారంభోత్సవం. తెలంగాణ యూనివర్సిటీ లో ఆడిటోరియం, పరిపాలనా భవనం, సీఎస్ కె భవనం విస్తరణకు శంకుస్థాపన. గిరిజన సంక్షేమ శాఖ - ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్, ఇంద్రవాయిలో సిబ్బంది నివాస గృహాలు, అదనపు సౌకర్యాల నిర్మాణం. ఆర్కూర్, బోధన్, నిజామాబాద్ రూరల్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలలో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ నిర్మాణం. నిజామాబాద్ జిల్లాలో గాంధీనగర్ నుండి బినోలా రోడ్డు, పీడబ్ల్యూడి & జేఎన్ఎన్ రోడ్డు నుండి సిరస్ పల్లి మీదుగా నిజాంపూర్ వరకు రోడ్డు వెడల్పు పనికి శంకుస్థాపన. స్వయం సహాయక సంఘాలకు రూ.200 కోట్ల బ్యాంక్ లింకేజ్ చెక్కుల పంపిణీ.

# ఇక్కడి వ్యవసాయం దేశానికే ఆదర్శం

జయభేరి, నిజామాబాద్ :

నిజామాబాద్ జిల్లా ఆర్కూర్, బోధన్, నిజామాబాద్ రూరల్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాల్లో రూ. 600 కోట్లతో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూళ్ల (ప్రతి పాఠశాలకు రూ. 200 కోట్ల చొప్పున) నిర్మాణానికి ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేశారు. వీటితో పాటు జిల్లాలోని వివిధ ప్రాంతాలకు సంబంధించిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు ముఖ్యమంత్రి శంకుస్థాపనలు చేశారు. "ప్రజాపాలన - ప్రగతిబాట" కార్యక్రమంలో భాగంగా నిజామాబాద్ జిల్లాకు చెందిన పలు అభివృద్ధి కార్యక్రమాలకు శంకుస్థాపన చేసిన అనంతరం డిచ్ పల్లి మండలం బర్నిపూర్ గ్రామంలో

ఏర్పాటు చేసిన బహిరంగ సభలో ముఖ్యమంత్రి ప్రసంగించారు. రాష్ట్రంలో అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ కార్యక్రమాలను వివరిస్తూ, తెలంగాణను అభివృద్ధి పథంలో నడిపించడంలో ప్రజలందరి సహకారం కావాలని కోరారు. ఈ వేదికగా ఇందూరు జిల్లా మహిళా సమాఖ్య (1614 స్వయం సహాయక సంఘాలు) కు రూ. 200 కోట్ల బ్యాంకు లింకేజీకి సంబంధించిన చెక్కును అందించారు. "నిజామాబాద్ జిల్లా వ్యవసాయానికి మారుమేరు. ఇక్కడి వ్యవసాయం దేశానికే ఆదర్శం. ఈ జిల్లాలోని ప్రాజెక్టులను పూర్తి చేయడానికి, అదనంగా నిధులు మంజూరు చేయడానికి శాయశక్తులా కృషి చేస్తా. జిల్లా అభివృద్ధికి సూటికి సూరు శాతం

ప్రయత్నిస్తా" అని చెప్పారు. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి శంకుస్థాపన చేసిన కార్యక్రమాలు.. రూ. 20 కోట్లతో తెలంగాణ యూనివర్సిటీ డిచ్ పల్లిలో ఎస్సీ విద్యార్థిని, విద్యార్థుల హాస్టల్ భవనాల నిర్మాణం. గిరిజన సంక్షేమ శాఖ - ఏకలవ్య మోడల్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్, ఇందల్ వాయిలో సిబ్బంది నివాస గృహాలు (ప్రాప్ క్వార్టర్స్), అదనపు సౌకర్యాల నిర్మాణానికి సంబంధించిన పనులు. ఆర్కూర్, బోధన్, నిజామాబాద్ రూరల్ అసెంబ్లీ నియోజకవర్గాలలో యంగ్ ఇండియా ఇంటిగ్రేటెడ్ రెసిడెన్షియల్ స్కూల్స్ YIIRS నిర్మాణం. రూ. 8.60 కోట్లతో తెలంగాణ యూనివర్సిటీలో బాలికల హాస్టల్ నిర్మాణం. అలాగే యూనివర్సిటీలో 1.36 కోట్లతో

ఇండోర్ స్టేడియం నిర్మాణం. రూ. 43 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో వర్షిటి ఆడిటోరియం, పరిపాలనా భవనం, సీఎస్ కె భవనాల విస్తరణ పనులు. రూ. 18 కోట్లతో చేపట్టిన యూనివర్సిటీ సైన్స్ ల్యాబ్ ప్రారంభోత్సవం. రూ. 21 కోట్ల అంచనా వ్యయంతో నిజామాబాద్ జిల్లాలో గాంధీనగర్ నుండి బినోలా రోడ్డు వరకు (0/0 కి.మీ నుండి 5/8 కి.మీ), పీడబ్ల్యూడి & జేఎన్ఎన్ రోడ్డు నుండి సిరస్ పల్లి మీదుగా నిజాంపూర్ వరకు (0/0 కి.మీ నుండి 8/2 కి.మీ) రోడ్డు వెడల్పు పనులకు ముఖ్యమంత్రి శంకుస్థాపనలు చేశారు. ఈ సభలో మంత్రులు, ప్రభుత్వ సలహాదారులు పి. సుదర్శన్ రెడ్డి, ఉమ్మడి జిల్లాకు చెందిన ప్రజాప్రతినిధులు పాల్గొన్నారు.

12న ఉద్యమకారుల ఆత్మగౌరవ సభ

■ తెలంగాణ జాగ్రతి అధ్యక్షురాలు ఎమ్మెల్సీ కవిత

2 లో

హిందూ ధర్మాన్ని రక్షించకోవాలి

■ జయభేరి, విజయవాడ, ఫిబ్రవరి 6 :

ప్రతి భక్తుడిపై ధార్మిక బాధ్యత ఉంటుందని, హిందూ దేవుళ్లను, ధర్మాన్ని కించపరిచినప్పుడు మౌనంగా ఉండకుండా తమ గళాన్ని వినిపించాలని ఆంధ్రప్రదేశ్ డిప్యూటీ సీఎం పవన్ కల్యాణ్ పిలుపునిచ్చారు. సగటు హిందువు మనస్తత్వంలో మార్పు రావాలని, భయంతో లేదా సౌలభ్యం కోసం

...మిగతాది 2 లో

రేవంత్ ట్రాప్ ప్రమాదకరం

■ పద్నాలుగేళ్ల సుదీర్ఘ పోరాటంతో, ఢిల్లీ పీఠాన్ని గడగడలాడించి స్వరాష్ట్ర స్వప్నాన్ని సాకారం చేసిన నాయకుడు కేసీఆర్

■ రేవంత్ రెడ్డి తన బూతు పురాణంతో అసలు చర్చను పక్కదోవ పట్టిస్తున్నారని దుయ్యబట్టారు

జయభేరి, మెదక్, ఫిబ్రవరి 6 :

కేవలం తన వైఫల్యాలను హామీల అమలును కప్పిచుక్కోవడానికి కీలకమైన మున్సిపల్ ఎన్నికల వేళ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీ

...మిగతాది 2 లో

మీకు చేతకాకపోతే చెప్పండి

■ స్పీకర్ కు సుప్రీం ఫైనల్ వార్షింగ్

■ జయభేరి, న్యూఢిల్లీ, ఫిబ్రవరి 6 :

ఫిరాయింపు ఎమ్మెల్యేలపై అసర్తత వేటు వేయాలన్న పిటిషన్పై తెలంగాణ స్పీకర్ గద్దం ప్రసాద్ కుమార్ కు సుప్రీంకోర్టు చివరి అవకాశమిచ్చింది. ఈ అంశంపై మూడు వారాల్లోగా నిర్ణయం తీసుకోవాలని సుప్రీంకోర్టు గడువు విధించింది. నిర్ణీత గడువులోగా నిర్ణయం ప్రకటించకపోతే కోర్టు ధిక్కరణగా

...మిగతాది 2 లో



# ప్రజా సంక్షేమమే కాంగ్రెస్ ఎజెండా

- సీపీఐ సహకారంతో ఆరు మున్సిపాలిటీల్లో గెలుపు ఖాయం
- యాదగిరిగుట్టలో 200 ఇందిరమ్మ ఇల్లు మంజూరు చేస్తాం : బీర్ల అయిలయ్య

జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట, ఫిబ్రవరి 06 :



ప్రజా సంక్షేమమే కాంగ్రెస్ ఎజెండాగా మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో సీపీఐ మద్దతుతో కాంగ్రెస్ పోటీ చేస్తుంది. ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య, ఎమ్మెల్యే నెలికంటి సత్యం, మాజీ మంత్రి మోతుపల్లి సర్పంచులు అన్నారు. శుక్రవారం యాదగిరిగుట్ట పట్టణంలోని మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ప్రచారంలో భాగంగా విలేజ్ లుల సమావేశం ఏర్పాటు చేశారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ ప్రజాపాలనలో ప్రభుత్వం అమలు చేస్తున్న సంక్షేమ పథకాలను చూసి ప్రజలు కాంగ్రెస్ పార్టీకి మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో పట్టం కడతారని, సీపీఐ పోతుతో యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాలోని ఆరు మున్సిపాలిటీలను గెలుచుకుంటామని తెలిపారు. ధనిక రాష్ట్రం పేరుతో గత పాలకులు బదుగు, బిల్వేస, పేద ప్రజలకు చేసేదేమీ లేదని, సామాజిక పేరుతో కమిషన్లు తీసుకొని ప్రజల సొమ్మును కొల్లగొట్టారని విమర్శించారు.

యమని, బీఆర్ఎస్, బీజేపీ తెరవెనుక కలిసి కుట్రలు చేస్తున్నాయని, వాటిని ప్రజలు తిప్పికొడతారని అన్నారు. యాదగిరిగుట్ట పట్టణ అభివృద్ధికి కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రత్యేక దృష్టి సారించిందని తెలిపారు. కాంగ్రెస్ చైర్మన్ అభ్యర్థి గుండ్లపల్లి వాణిభరత్ గౌడ్ కు మాజీ మంత్రి మోతుపల్లి సర్పంచులు ప్రశంస యాదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ కాంగ్రెస్ చైర్మన్ అభ్యర్థి గుండ్లపల్లి వాణిభరత్ గౌడ్ తన రాజకీయ వాణిజ్య పటిమను ప్రదర్శించి పదో వార్డు కౌన్సిలర్ గా... ఏకగ్రీవంగా గెలిచారంటూ మాజీ మంత్రి మోతుపల్లి సర్పంచులు వారిపై ప్రశంసల జల్లు కురిపించారు. ప్రభుత్వ విప్, ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య, ఎమ్మెల్యే నెలికంటి సత్యం తదితరులు పాల్గొన్న మీడియా

సమావేశంలో మోతుపల్లి సర్పంచులు ఈ వ్యాఖ్యలు చేశారు. పనిచేసేనే పదవులు వస్తాయని మంచి ప్రజలకు సేవ చేసే అవకాశాన్ని సద్వినియోగం చేసుకోవాలని అన్నారు. దయనీయ స్థితిలో యాదగిరిగుట్ట దుకాణదారులు పై ఓవర్ నిరాణం, రోడ్డు విస్తరణ వంటి బీఆర్ఎస్ తప్పుడు చర్యల వల్ల యాదగిరిగుట్ట ప్రజలు ఉపాధి, వ్యాపారాలు నష్టపడిన దయనీయ స్థితిలో ఉన్నారని, మాజీ మంత్రి మోతుపల్లి సర్పంచులు అన్నారు. బాధలతో ఉన్న దుకాణదారులను ఓదార్చాలని ఆయన ఆలేరు ఎమ్మెల్యేకు సూచించారు. ఆరువార్డు తనను ఎమ్మెల్యేగా గెలిపించిన ఆలేరు ప్రజలకు



## బలన్నకు అండగా ఉంటే.. దండిగా అభివృద్ధి

తెలంగాణ రాష్ట్ర పంచాయతీ రాజ్ శాఖ మంత్రి, భువనగిరి పార్లమెంటు నియోజకవర్గం ఇంచార్జి సీతక్క

జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట, ఫిబ్రవరి 06 :

ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య నాయకత్వాన్ని బలోపేతం చేస్తూ ఆలేరు నియోజకవర్గంలోని ఆలేరు, యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీలలో పాటు యాదాద్రి భువనగిరి జిల్లాలోని ఆరు మున్సిపాలిటీల్లో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థులను గెలిపించాలని మంత్రి సీతక్క ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. శుక్రవారం రాత్రి గుండ్లపల్లి ఎన్నికల ప్రచార సభలో.. ఆ తర్వాత మీడియా సమావేశంలో నూ ఆమె మాట్లాడారు. యాదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ 7వ వార్డు అభ్యర్థి పెలిమెల్లి లావణ్యశ్రీధర్ గౌడ్, 8వ వార్డు అభ్యర్థి ముఖ్యమంత్రి వెంకటేశ్ యాదమ్, 11వ వార్డు అభ్యర్థి ముఖ్యమంత్రి యాదమ్ తో పాటు మిగతా వార్డులలో కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను గెలిపించాలని మంత్రి సీతక్క కోరారు. బలన్నకు అండగా ఉండండి.. యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీకి నిధులు మంజూరు చేసి అభివృద్ధి చేస్తామన్నారు. బీఆర్ఎస్ కు ఓటమి భయం: ఓటమి భయంతో బీఆర్ఎస్ నాయకులు సీఎంపై తప్పుడు ఆరోపణలు చేస్తున్నారని మంత్రి సీతక్క విమర్శించారు. హార్వర్ట్ యూనివర్సిటీ నుంచి ముఖ్యమంత్రి పట్టా పొందితే జ్యూరించుకోలేక పోయారని... సమృద్ధి సాధక జాతర విజయవంతం అయితే ఓర్వలేక పోయారని మంత్రి సీతక్క విమర్శించారు.

కాంగ్రెస్ కంకటం: కాంగ్రెస్ కంకటం ఉమ్మడి సల్లగొండ జిల్లా అని మంత్రి సీతక్క అన్నారు. అధికారంలోకి రావాలని కలలుగంటున్న బీఆర్ఎస్ నేతలు అబద్ధాలకు నిలువుటద్దంగా మారారని మంత్రి సీతక్క అన్నారు. ప్రచార రథంపై ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య, కౌన్సిలర్ అభ్యర్థులతో పాటు.. ఇప్పటికే పదో వార్డు కౌన్సిలర్ గా ఏకగ్రీవంగా గెలిచిన చైర్మన్ అభ్యర్థి గుండ్లపల్లి వాణిభరత్ గౌడ్, కాంగ్రెస్ సీపీఐ నేతలు, కార్యకర్తలు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## యాదగిరిగుట్టలో కారు.. ప్రచార హోరు..!

సుడిగాలి ప్రచారంతో జోరు పెంచిన బీఆర్ఎస్ పార్టీ నేతలు

జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట :



యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీలో బీఆర్ఎస్ పార్టీ ఎన్నికల ప్రచారం ముమ్మరం చేసింది. బీఆర్ఎస్ కౌన్సిలర్ అభ్యర్థులు ప్రజల గొంతుకై ప్రజా సమస్యల పరిష్కారం కోసం అవార్డులను కృషి చేస్తారు. మీ బిడ్డలుగా ఆశీర్వాదించండి. ప్రజల గొంతుకై ప్రతిస్పా.. ప్రతి వార్డును అభివృద్ధి చేస్తున్నాం.. అంటూ బీఆర్ఎస్ పార్టీ నేతలు వార్డుల వారీగా పర్యటిస్తూ భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలిందిగా ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. యాదగిరిగుట్ట పట్టణ అభివృద్ధికి సీఆర్ పాల సలోనే కానరావాలి.. అధికారంలోకి వచ్చిన కాంగ్రెస్ పార్టీ ప్రభుత్వం యాదగిరిగుట్టను నిర్లక్ష్యం చేసిందని బాగా ఆరోపించింది. బీఆర్ఎస్ కు ఓటమి వేయాలిందిగా వారు చేపట్టిన ప్రచారం ఆకట్టుకుంది.

భాగంగా యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీలోని 2, 3, 4, 5వ వార్డు పాటు 11వ వార్డులలో బీఆర్ఎస్ పోటీ అభ్యర్థుల కారు గుర్తుకు ఓటు వేసి భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని మాజీ ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు మాజీ ఎమ్మెల్యే, బీఆర్ఎస్ నియోజకవర్గ ఇంచార్జి గొంగిడి సునీల్ మహేందర్ రెడ్డి ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. వార్డుల వారీగా తిప్ప వేసిన సమస్యలపై ప్రధానంగా ఆమె దృష్టి కేం

ద్రీకసూ ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ ప్రచార కార్యక్రమంలో మాజీ డిసిసి బీ చైర్మన్ గొంగిడి సునీల్ మహేందర్ రెడ్డి, ఆలేరు మాజీ ఎమ్మెల్యే బాడి విక్రమయ్య గౌడ్, బీఆర్ఎస్ భువనగిరి పార్లమెంటు నియోజకవర్గ ఇంచార్జి క్యామ మల్లేష్, బీఆర్ఎస్ రాష్ట్ర నాయకులు కల్వారం రాంబండ్రెడ్డి తోపాటు బీఆర్ఎస్ పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలు, అభిమానులు భారీ సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.



## పేకాట సావరం పై దాడి, ముగ్గురు వ్యక్తుల అరెస్ట్

జయభేరి, తుర్కపల్లి, ఫిబ్రవరి 06 :

తుర్కపల్లి మండలం వాసాలపల్లి గ్రామ శివారులోని ఖాళీ స్థలంలో పేకాట సావరంపై దాడి చేసి ముగ్గురు వ్యక్తులను అరెస్టు చేసింది పోలీస్ స్టేషన్ తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన ముట్లాడుతూ వాసాలపల్లి గ్రామ శివారులో గల పేకాట సావరం పై దాడి చేసి ముగ్గురు నిందితులు పెంజెర్రాజుండర్, దేవర వెణు రాజ్, కోరంపల్లి సతీష్ లను అదుపులోకి తీసుకున్నట్లు, మరీ కొంతమంది వ్యక్తులు పారిపోయినట్లు తెలిపారు. వారి వద్దనుండి 2,07,000 రూపాయల నగదు, మూడు కార్డు, రెండు నెట్ల పేకా ముక్కలు, మూడు సెల్ ఫోన్లు స్వాధీనం చేసుకుని కేసు నమోదు చేసి దర్యాప్తు చేస్తున్నట్లు తెలిపారు. వాసాలపల్లి గ్రామ శివారులోని నిర్మాణ ప్రదేశంలో పేకాట ఆర్డర్లను చేస్తున్నారని సమీక్షించి సమాచారం వేరకు పేకాట సావరం పై దాడి చేసి పట్టుకున్నట్లు తెలిపారు ఎవరైనా పేకాట ఆడిన ఆర్డర్లను చేసిన పట్ట వ్యతిరేక చర్యలకు పాల్పడిన పట్ట ప్రకారం కేసులు నమోదు చేసి కఠిన చర్యలు తీసుకుంటామని హెచ్చరించారు.

## బబ్బారి శ్రీధర్ గెలుపునకు కదిలిన కాంగ్రెస్.. సిపిఐ దండు

మోతుపల్లి సరసింహులు, బీర్ల అయిలయ్య, నెలికంటి సత్యం ప్రతి ఇంటింటి ప్రచారం

జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట :



యాదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ ఎన్నికలలో భాగంగా శుక్రవారం కాంగ్రెస్ పార్టీ బలపరిచిన సిపిఐ అభ్యర్థి బబ్బారి శ్రీధర్ గెలుపును కాంగ్రెస్ 12వ వార్డులో కాంగ్రెస్ సీపీఐ నాయకులు ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. మాజీ మంత్రి మోతుపల్లి సర్పంచులు, ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య, సిపిఐ రాష్ట్ర కార్యవర్గ సభ్యులు, ఎమ్మెల్యే నెలికంటి సత్యం ప్రతి ఇంటింటికి తిరుగుతూ ఓటు వేస్తున్నారు. కంటి కొండపల్లి గుర్తుకు ఓటు వేయాలని ప్రశంసల ప్రజాపాలనకు ఉంది, గత పాలకులు ప్రజలను పట్టించుకోకుండా ప్రజా సమస్యలను పరిష్కరించడంలో విఫలం చెందారని విమర్శించారు. యాదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ పరిధిలో

జరుగుతున్నట్లుంటే ఎన్నికలలో అన్ని వార్డులలో సీపీఐ, కాంగ్రెస్ అభ్యర్థులను అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించాలని ఓటర్లకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ప్రతి ఇంటింటి ప్రచారంలో యాదగిరిగుట్ట మున్సిపల్ కాంగ్రెస్ పార్టీ ఇంచార్జి సత్యనారాయణ గౌడ్, సిపిఐ జిల్లా కార్యదర్శి యానాల దామోదర్ రెడ్డి, సహాయ కార్యదర్శి బోలగాని సర్వనాథ్ సుబ్బరాజుగన్, కాంగ్రెస్, సిపిఐ నేతలు సుధాపామందర్, తుమ్మల నాగరాజు, గుండు వెంకటేశ్, మధూరు భాగ్యమ్మ, బాలకిషన్, గోపాని రాజు, మాటూరు మల్లయ్య తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## ఉచిత దంత వైద్య శిబిరం



జయభేరి, తుర్కపల్లి, ఫిబ్రవరి 06 :

తుర్కపల్లి మండల కేంద్రంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాలలో కోరల్ హాస్పిటల్ ఆధ్వర్యంలో ఉచిత దంత వైద్య శిబిరాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా డెంటల్ డాక్టర్ అంబటి సునీత కరుణాసాగర్ విద్యార్థులను పరిశీలించి దంత సమస్యలపై అవగాహన కల్పించారు. ఉచితంగా మందులను అందజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో సుబ్రహ్మణ్యమూర్తి నంపూరి జిల్లా అధ్యక్షుడు అంబటి చెన్న కిష్టయ్య, పాఠశాల ప్రధానోపాధ్యాయుడు ఆర్ శ్రీనివాస్, ఉపాధ్యాయులు సతీష్ శ్రీనివాస్ వారి, సుజాత, హరికల, లక్ష్మి, మాధురి, బిక్షమయ్య అంబాజీ భాస్కర్, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

## మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ ప్రచార జోరు

పరకాలలో ఇంటింటి ప్రచారంతో ప్రజల్లోకి.. చల్ల ధర్మారెడ్డి

జయభేరి, పరకాల, ఫిబ్రవరి 06 :



ఎమ్మెల్యే చల్ల ధర్మారెడ్డి పట్టణంలో ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహిస్తూ ప్రజలను ప్రత్యక్షంగా కలుసుకుని బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులకు మద్దతు తెలుపుతూ కారు గుర్తుకు ఓటు వేయాలని కోరారు. ఈ సందర్భంగా కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వ పాలనలో ప్రజలు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలు, ఇచ్చిన హామీలు అమలు కాకపోవడం, అభివృద్ధిలో పాలపై ప్రజలకు విపరీతం మున్సిపాలిటీ అభివృద్ధి, ప్రజల సంక్షేమం

బిఆర్ఎస్ తోనే సాధ్యమని స్పష్టం చేశారు. రానున్న మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులను గెలిపించి పట్టణ అభివృద్ధికి తోడ్పడాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ ఇంటింటి ప్రచారం కాంగ్రెస్ ఇంటింటి పరకాల మున్సిపాలిటీ పరిధిలోని 2, 12, 13 వార్డుల బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులు, పార్టీ ముఖ్య నాయకులు, కార్యకర్తలు, యూత్ నాయకులు తదితరులు పెద్ద సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు.

## బిజెపి ఎన్నికల ప్రచారానికి అపూర్వ స్పందన



జయభేరి, దేవరకొండ :

దేవరకొండ 9 వ వార్డులో బిజెపి పార్టీ బలపరిచిన ఫలితంగా బిజెపి ఇంటింటి ప్రచారానికి వార్డు ప్రజలు మంగళ హారతులతో స్వాగతం పలుకుతూ తప్పకుండా భారీ మెజారిటీతో కమలం పువ్వు గుర్తుకు ఓటు వేస్తాం భారీ మెజారిటీతో గెలిపిస్తామని అని వార్డు ప్రజలు ఫలితానికి దివ్య ఉదయం కు గెలిపిస్తామని వార్డు ప్రజలు హామీ ఇచ్చినారు.

## ముఖ్యమంత్రి మల్లేష్ గెలుపు.. అభివృద్ధికి మలుపు

11వ వార్డులో ప్రతి ఇంటింటికి కాంగ్రెస్ నేతలు ప్రచారం



జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట, ఫిబ్రవరి 05 :

యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీ 11వ వార్డులో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి ముఖ్యమంత్రి మల్లేష్ యాదమ్ ను గెలిపించాల్సిందిగా కాంగ్రెస్ పార్టీ నేతలు చేపట్టిన ప్రతి ఇంటింటి ప్రచారం ప్రజలను ఆకట్టుకుంది. 11వ వార్డులో భారీగా అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను చేపట్టేందుకు వార్డు ప్రజలకు ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను అందించేందుకు బలమైన నాయకుడు మల్లేష్ యాదమ్ అని. భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని వారు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ ఇంటింటి ప్రచారం కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు డాక్టర్, ముందు బిర్ల గిద్దర్, సువల్ల రమేష్, బెజుగం శివకుమార్, పులుగం చక్రపాణి, సత్య ప్రకాష్, సలామ తదితరులు పాల్గొన్నారు. ఆశీర్వాదాలిచ్చిందిగా కోరిన ముఖ్యమంత్రి మల్లేష్ యాదమ్ ప్రభుత్వ విప్, ఆలేరు ఎమ్మెల్యే బీర్ల అయిలయ్య సంఘా సహకారంతో 11వ వార్డును అభివృద్ధిలో అగ్రామిగా నిలుపుతామని.. ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రతి ఇంటింటికి అందించేందుకు శక్తివంతం లేకుండా కృషి చేస్తామని 11వ వార్డు కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి ముఖ్యమంత్రి మల్లేష్ యాదమ్ ఈ సందర్భంగా విజ్ఞప్తి చేస్తూ తన హస్తం గుర్తుకు ఓటు వేసి గెలిపించాలిందిగా కోరారు.

## వార్డుల అభివృద్ధి.. బీఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల ధ్యేయం

పాపట్ల సరహరి, కోల కావేరి వెంకటేశ్ గౌడ్ ను గెలిపించాలని బిఆర్ఎస్ నేతలు విజ్ఞప్తి



జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట, ఫిబ్రవరి 05 :

శ్రీలక్ష్మీనగర సింహస్వామి వారి ఆలయం పాటు.. శ్రీ స్వామి వారు కొలువైన పుణ్యక్షేత్ర పట్టణమైన యాదగిరిగుట్ట మున్సిపాలిటీని అభివృద్ధి చేసే ఘనత కెసిఆర్ సార్వభౌమంలోని బిఆర్ఎస్ పాలనలో దక్కకుండా ఆలేరు మాజీ ఎమ్మెల్యేలు బాడి విక్రమయ్య గౌడ్, గొంగిడి సునీత మహేందర్ రెడ్డి అన్నారు. ప్రజల కష్ట సుఖాలలో పాలుపంచుకునే సమర్థులైన బిఆర్ఎస్ కౌన్సిలర్ అభ్యర్థులకు ఓటు వేసి భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలిందిగా వారు ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. బలమైన నాయకులు.. పాపట్ల సరహరి, కోల కావేరి వెంకటేశ్ గౌడ్ కారు గుర్తుకు ఓటు వేసి భారీ మెజారిటీతో గెలిపించాలని మాజీ ఎమ్మెల్యేలు బాడి విక్రమయ్య గౌడ్, గొంగిడి సునీత మహేందర్ రెడ్డితోపాటు మల్లేష్, కల్వారం రామచంద్రారెడ్డి, కర్ర వెంకటయ్య తదితరులు ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. తమ బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులను సమర్థులైన నాయకత్వ లక్షణాల కలిగిన వారిని 2, 3వ వార్డులకు... వార్డు ప్రజలకు న్యాయం చేశారు గల సత్యా ఉన్న నాయకులను బిఆర్ఎస్ నేతలు తమ తమ ప్రచార ప్రసంగాలలో నాక్కి చెప్పారు.



ప్రజలు ఆలోచించి ఓటు వేయాలి

షాద్ నగర్ మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో హాస్యం ఘనవిజయం సాధిస్తుంది..

రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ

మీడియా సమావేశంలో ఎమ్మెల్యే వీరభల్లి శంకర్, మాజీ ఎమ్మెల్యే చౌలపల్లి ప్రతాప్ రెడ్డి

జయభేరి, షాద్ నగర్, ఫిబ్రవరి 06 :

ప్రజా ప్రభుత్వంలో ప్రజలందరికీ అన్ని సంక్షేమ ఫలాలు అందుతున్నాయని రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్య శాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ అన్నారు. షాద్ నగర్ మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో హాస్యం పార్టీకి పట్టం కట్టే ఘన విజయం సాధించేలా పార్టీ శ్రేణులు కృషి చేయాలని ఆదేశించి ప్రజలందరూ కూడా అభివృద్ధికి అందగా ఉన్న ప్రజాపాలన ప్రభుత్వానికి ఓటు వేసి గెలిపించాలని అన్నారు. అధికారంలోకి వచ్చిన రెండేళ్లలో రాష్ట్రంలో ఎన్నో అభివృద్ధి పనులను అమలు చేశాం అదే అభివృద్ధి మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలలో విజయం అందిస్తుందని రాష్ట్ర వైద్య ఆరోగ్యశాఖ మంత్రి దామోదర రాజనర్సింహ అన్నారు. శుక్రవారం షాద్ నగర్ లో ఏర్పాటుచేసిన మీడియా సమావేశంలో స్టాన్ టాకెట్ ఎమ్మెల్యే వీరభల్లి శంకర్, మాజీ ఎమ్మెల్యే చౌలపల్లి ప్రతాప్ రెడ్డిలతో కలిసి ఆయన మాట్లాడుతూ... రాష్ట్రవ్యాప్తంగా 75 నుంచి 80% సీట్లు కాంగ్రెస్ అందుకుంటుందని అన్నారు. కాంగ్రెస్ అధికారంలోకి వచ్చాక సంక్షేమ పథకాలు, అభివృద్ధి కార్యక్రమాలు విస్తృతంగా చేపట్టామన్నారు. మహిళా సాధికారత పేరిట



రుణాలు, విద్యా, వైద్య రంగాల్లో పెను మార్పులు, ఉచిత బస్సు, గృహలక్ష్య పథకాలు, పాలమూరు లాంటి వెనుకబడిన జిల్లాలో ఇంజనీరింగ్ కళాశాలలు, త్రిబిల్ ఐటీ కళాశాల, ఏకీకృత పాఠశాలలు నిర్మాణాలు, రేషన్ కార్డులు, ఉద్యోగాల నియామకాలు ఇలా అన్ని రంగాలలోనూ తమ ప్రభుత్వం సత్తా చాటిందన్నారు. అందుకే ఎక్కడ చూసినా కాంగ్రెస్ కు అనుకూల వాతావరణం కనిపిస్తుందని ఆయన పేర్కొన్నారు. మున్సిపాలిటీలో ఏ వార్డుకు వెళ్లిన ప్రజల నుంచి మంచి స్పందన ఉందని, వారి సమస్యలు, కష్టాలు విని వాటిని పరిష్కరించేందుకు కృషి చేస్తున్నామని వెల్లడించారు. సామాన్య ప్రజల అవసరాలను దృష్టిలో పెట్టుకొని వారి సంక్షేమం కోసం ప్రణాళికలు చేపట్టడం జరుగుతుందని మంత్రి వివరించారు. వైద్యం కోసం వివిధ ప్రాంతాల నుంచి

వైద్యరవాణా గాంధీ, ఉస్మానియా ఆసుపత్రులకు రాకుండా జిల్లా కేంద్రాల్లోనే వైద్యం అందుబాటులో ఉండేలా ఆసుపత్రులను ఆధునికీకరిస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఆసుపత్రిలో అన్ని రకాల సేవలు అందుబాటులో ఉంటాయన్నారు. వైద్యానికి సంబంధించి సౌత్ సెంట్రల్ గా పాలమూరు జిల్లా కేంద్రాన్ని ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. ఉమ్మడి పాలమూరు జిల్లాలో ఎవరికి వైద్యం అవసరమైన మహబూబ్ నగర్ ప్రభుత్వ ఆసుపత్రికి వెళ్తే వైద్యాన్ని అందుబాటులోకి తెస్తామన్నారు. అదేవిధంగా కల్ల పరీక్షలకు సంబంధించి ప్రత్యేక కేంద్రం, 80 డయాల్సిస్ సెంటర్లను ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. ఉమా తేర్ సెంటర్ కూడా ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. అదేవిధంగా మండలాల వారిగా ఎక్కడ ఎలాంటి ఇబ్బందులు ఎదురైనా ఎనిమిదో నిమిషంలో అం

బులెన్సులు అందుబాటులోకి వచ్చేలా ఏర్పాటు చేస్తున్నామన్నారు. జాతీయ రహదారులపై ప్రమాద బాధితులకు అత్యవసర చికిత్సలు ఏర్పాటు చేసేలా శివారు ప్రాంతాలలో 200 పడకలతో ఆసుపత్రులను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. ఉస్మానియా, గాంధీ హాస్పిటల్ తరహాలోనే 32 డిపార్ట్మెంట్లను ఏర్పాటు చేయనున్నట్లు వెల్లడించారు. 90% చికిత్సలు ఈ ఆసుపత్రిలోనే జరుగుతాయని ఆయన వెల్లడించారు. గ్రామీణ వైద్యంపై ప్రత్యేక దృష్టి పెట్టి దయాబెడిక్ సెంటర్లు కూడా ఏర్పాటు చేస్తున్నట్లు వెల్లడించారు. వైద్యానికి ఎటువంటి కొరత లేకుండా వైద్య రంగాన్ని అన్ని నిజాులుగా అభివృద్ధి చేస్తున్నామని ప్రజా పాలనలో ప్రజలకు ఎటువంటి ఇబ్బందులు లేకుండా చూడమే రాష్ట్ర ప్రభుత్వం యొక్క ముఖ్య ఉద్దేశమని ఆయన పేర్కొన్నారు.



మున్సిపల్ ఎన్నికల ప్రచారంలో బిఆర్ఎస్ జోరు

ఇంటింటి ప్రచారం లో చురుగా పాల్గొంటున్న పార్టీ శ్రేణులు

8వ వార్డులో ప్రచారం నిర్వహించిన బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థి బండ్రె లక్ష్మీ రాంరెడ్డి

జయభేరి, శామీర్ పేట్, ఫిబ్రవరి 06 :

పుర పోరులో భాగంగా పలు పార్టీల అభ్యర్థులు ఓటర్లను ప్రసన్నం చేసుకునే పనిలో నిమగ్నమయ్యారు. అలియాబాద్ మున్సిపాలిటీలోని 8వ వార్డులో బిఆర్ఎస్ ప్రచారం జోరుగా సాగుతోంది. ఈ సందర్భంగా జె.కె. సాయి కృష్ణ గౌడ్ అభ్యర్థుల పార్టీ నాయకులు ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థి బండ్రె లక్ష్మీ రాంరెడ్డికి మద్దతుగా ఇంటింటికి తిరిగి ఓటర్లను ప్రసన్నం చేసుకుంటూ తమను గెలిపించాలని ఓటర్లను కోరారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం అధికారంలోకి వచ్చాక అభివృద్ధి పడకేనేం అరోపించారు. వార్డులో అభివృద్ధి పనులు కొనసాగాలంటే బిఆర్ఎస్ కు తోడ్పాటు అందించాలని వారు పేర్కొన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో నాయకులు మాజీ జడ్పీటీసీ అనిత లాలయ్య, జేకే శ్రీను, శంకర్ రావు, రాజేష్, నవీన్, అవినాష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.

లాల్ గడి మలక్ పేట్ గ్రామంలో జరిగిన పురణ పై బిజెపి సమావేశం

కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ నేతలు ప్రజలను భయభ్రాంతులకు గురిచేస్తున్నారని బిజెపి నేతల ఆరోపణ

గ్రామాల్లో అలజడులు సృష్టించవద్దన్న బీజేపీ నాయకులు-మామిడ్ల ఆశోక్



జయభేరి, శామీర్ పేట్, ఫిబ్రవరి 06 :

కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ పార్టీల వైఖరితో గ్రామాల్లో ప్రజలు భయభ్రాంతులకు గురవుతున్నారని బిజెపి సీనియర్ నాయకులు మామిడ్ల ఆశోక్ ఆరోపించారు. శుక్రవారం అలియాబాద్ మున్సిపల్ పరిధిలోని లాల్ గడి మలక్ పేట్ గ్రామంలో కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ నాయకుల పురణ పై బిజెపి నాయకులు లాల్ గడి మలక్ పేట్ గ్రామంలో మీడియా సమావేశం నిర్వహించారు. ఈ మీడియా సమావేశంలో పలువురు బిజెపి నాయకులు మాట్లాడారు. ప్రశాంతంగా ఉన్న గ్రామాలను కాంగ్రెస్, బిఆర్ఎస్ నాయకులు పోకడలకు పోయి భయభ్రాంతులకు నలుగురు గురయ్యేలా చేస్తున్నారని ఆవేదన వ్యక్తం చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికలను ప్రశాంతంగా జరుపుకునేది పోయి దాడులకు పాల్పడుతూ గ్రామాల్లో అలజడి సృష్టిస్తున్నారని ఆరోపించారు. అలియాబాద్ మున్సిపల్ పరిధిలోని లాల్ గడి మలక్ పేట్ లో అన్ని వార్డులు బిజెపి గెలుచుకుంటుందని వారు ఆశాభావం వ్యక్తం చేశారు. ప్రశాంతంగా ఉన్న గ్రామాలను రాజకీయాల లబ్ధి కోసం పాడు చెయ్యద్దన్నారు. హాజరైన వారందరూ బిజెపి నాయకులు మామిడ్ల శ్రీనివాస్, కైరా యాదగిరి తదితరులు పాల్గొన్నారు.

నాగులపల్లి గ్రామాన్ని సందర్శించిన ఎంపీ డి.వి. బస్సీలాల

అభివృద్ధి పనులను మరింత వేగవంతం చేయాలని సూచించిన ఎంపీ డి.వి.

జయభేరి, షాద్ నగర్, ఫిబ్రవరి 06 :

రంగారెడ్డి జిల్లా ఘాట్ నగర్ మండలం నాగులపల్లి గ్రామంలో ఎంపీ డి.వి. బస్సీలాల గురువారం గ్రామంలోని పల్లె ప్రకృతి వనం, నర్సరీ, డ్యాకా మహిళా భవన పనులను పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా ఎంపీ డి.వి. బస్సీలాల మాట్లాడుతూ.. నాగులపల్లి గ్రామంలోని పల్లె ప్రకృతి వనం, క్రీడా ప్రాంగణం, నర్సరీ, డ్యాకా మహిళా భవన పనులను మరింత వేగవంతం చేయడానికి సూతన



పాలకమండలి నాయకులు మరింత కృషి చేయాలని అన్నారు. గ్రామ పరిధిలోని ఫ్లాస్క్ నియంత్రణకు అవగాహన కార్యక్రమాలు

ఏర్పాటుచేసి పూర్తిస్థాయిలో ఫ్లాస్క్ నిషేధించేలా చర్యలు తీసుకోవాలని అన్నారు. పలు గ్రామాల్లో తాను సందర్శించినా ఇంత వేగంగా నాగులపల్లి గ్రామంలో మాత్రం పల్లె ప్రకృతి వనం పచ్చని వనంలా తీర్చిదిద్దారని నాగులపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ నాల్లపూరం రాధిక ఆశోక్ రెడ్డిని ఎంపీ డి.వి. బస్సీలాల దించారు. ఈ కార్యక్రమంలో పంచాయతీ కార్యదర్శి హరి శంకర్, నాగులపల్లి గ్రామ సర్పంచ్ నాల్లపూరం రాధిక ఆశోక్ రెడ్డి, వార్డు సభ్యులు గోడల భార్యయ్య, కారోబార్ నరసింహ, గ్రామ యమకులు అవుల నర్సింహారెడ్డి, గ్రామ సిబ్బంది వేముల కుమార్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.



తాళాలు వేసిన ఇల్లులే టార్గెట్

రంగారెడ్డి మహబూబ్ నగర్ జిల్లాలో నిందితులపై 30 కేసులు

5 బైకులు స్వాధీనం చేసుకున్న పోలీసులు

దొంగని అదుపులోకి తీసుకొని అరెస్టు చేసి రిమాండ్ కు తరలించిన షాద్ నగర్ పోలీసులు

షాద్ నగర్ పూచర్ల సీట్ డి.సి.సి శిరీష, ఏ.సి.సి లక్ష్మీనారాయణ ఆదేశాల మేరకు దర్యాప్తు

జయభేరి, షాద్ నగర్, ఫిబ్రవరి 06 :

తాళాలు వేసిన ఇల్లులే టార్గెట్ చేసుకొని భారీగా దొంగతనాలకు పాల్పడుతున్న దొంగను షాద్ నగర్ పోలీసులు గురువారం అరెస్టు చేసి కేసు నమోదు చేశారు. ఇంటి నుండి పాప్యు చేసి ఉన్న బైకులను ఎత్తుకెళ్తున్న దొంగను షాద్ నగర్ పోలీసులు అదుపులోకి తీసుకొని దర్యాప్తు చేయగా ఇదివరకే రంగారెడ్డి జిల్లా, మహబూబ్ నగర్ లో దొంగపై మొత్తం 30 కేసులు ఉన్నట్లు పోలీసులు తెలిపారు. రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్ నగర్ పట్టణంలో ఓ ఇంటి ముందు నిలిచి ఉన్న బైకు కనబడకపోవడంతో రాఫుపందర్ అనే వ్యక్తి పోలీసులకు ఫిర్యాదు చెయ్యా.. కేసు నమోదు చేసిన పోలీసులు దర్యాప్తు చేపట్టారు. పోలీసుల దర్యాప్తులో భాగంగా బైకు దొంగతనం చేసిన శివలింగం అనే వ్యక్తిని అరెస్టు చేశారు. దొంగను విచారించగా తాను దొంగతనం



చేసిన ఐదు బైకుల గురించి వెల్లడించారు. నిందితుడి పద్ద నుండి 5 బైకులను పోలీసులు స్వాధీనం చేసుకుని రిమాండ్ కు తరలించారు. షాద్ నగర్, సీబి విజయ కుమార్ ఆధ్వర్యంలో కేసు విచారణ అధికారి జి.బి.ఆర్. శ్రీమణి, రవీందర్, మోహన్, కల్వార్త జాకీర్, రాజు, సంతోష్ కేసును విచారించడంలో కీలక పాత్ర పోషించినారు. వారికి తగిన రివార్డులను పై అధికారుల ద్వారా ఇప్పించండి జరుగుతుందని ఉన్నత అధికారులు తెలిపారు.



పునంగా బోధాయి వేడుకలు

అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్న భక్తులు

జయభేరి, మేడ్చల్ :

ప్రతి సంవత్సరం మేడ్చల్ లో నిర్వహించే బోధాయి పండుగను అత్యంత భక్తిశ్రద్ధల మధ్య పునంగా నిర్వహించారు. నేటి నుంచి ఈ నెల 8 వరకు బోధాయి పర్యటిస్తూ మేడ్చల్ లో అంగరంగ వైభవంగా నిర్వహించడం ఆనవాయితీగా వస్తుంది. ఇందులో భాగంగా ఈరోజు పూజా కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఇందులో పెద్ద ఎత్తున భక్తులు హాజరయ్యారు. ఉదయం 9:30కు బోధాయి అభిషేకము, పూజా కార్యక్రమాలను నిర్వహించారు. ఈ వేడుకల్లో భాగంగా ఈనెల 7న ఉదయం ఘటం, అమృతాని ఎదుర్కొలు, లింగమయ్య బోసం సమర్పించడం జరుగుతుందని మేడ్చల్ బోధాయి పండుగ నిర్వాహక కమిటీ సభ్యులు తెలిపారు. అదే రోజు పోవమ్మకు బోసం, ఓడీసీలు తీయడం జరుగుతుందని తెలిపారు. 8న ఉదయం ఘటం, అమృతాని ఎదుర్కొలు, లింగమయ్య బోసం సమర్పించడం జరుగుతుందని తెలిపారు. పూజ తర్వాత గావు రంగం సిద్ధం చేయడం జరుగుతుందని పేర్కొన్నారు. అన్నదాన కార్యక్రమానికి విశేష స్పందన

బోధాయి పండుగ సందర్భంగా మొదటిరోజు నిర్వహించిన అన్నదాన కార్యక్రమానికి విశేష స్పందన లభించింది. ఈ అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని మాజీ కౌన్సిలర్ రామన్న గారి మణికంఠ గౌడ్ ఆధ్వర్యంలో అన్నదాన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు ఇందులో దాదాపు 800 మంది పాల్గొని అన్నదానాన్ని స్వీకరించారు. ఈ సందర్భంగా మణికంఠ గౌడ్ ను పలువురు అభినందించారు.

పరకాల గడ్డ పై గులాబీ జెండా ఎగురడమే లక్ష్యం

- చల్లా ధర్మారెడ్డి
కాంగ్రెస్ మాయ మాటలను నమ్మొద్దు
హామీలు నిరవేగ్య నేతలను తరమికొట్టాలి.
కారు జోరుతో చేతిలో మొదలైన వజుకు

జయభేరి, పరకాల, ఫిబ్రవరి 06:

పరకాల మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు మాయ మాటలను ప్రజలు ఎట్టి పరిస్థితుల్లోనూ నమ్మవద్దని పరకాల మాజీ ఎమ్మెల్యే చల్లా ధర్మారెడ్డి పిలుపునిచ్చారు. హామీలు ఇచ్చి అధికారంలోకి వచ్చి, ఒక్క హామీ కూడా నెరవేరని కాంగ్రెస్ నాయకులు ఇప్పుడు ఓట్ల కోసం ప్రజల వద్దకు వస్తే, తగిన గుణపాఠం చెప్పాలని ఆయన అన్నారు. పరకాల పట్టణ పరిధిలోని 1, 2, 13 వార్డుల్లో బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థుల గెలుపు కోసం చల్లా ధర్మారెడ్డి, మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల కోఆర్డినేటర్, రాష్ట్ర మాజీ చైర్మన్ కె.టి.రెడ్డి వాసుదేవ రెడ్డి, పార్టీ నాయకులు, కార్యకర్తలతో కలిసి ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ప్రజలను ఉద్దేశించి మాట్లాడుతూ.. "పరకాల అభివృద్ధి బిఆర్ఎస్ హయాంలోనే జరిగింది. మున్సిపాలిటీ హోదా, మౌలిక సౌకర్యం, సంక్షేమ పథకాలు అన్నీ బిఆర్ఎస్ పాలనలోనే వచ్చాయి. కాంగ్రెస్ పాలనలో మాత్రం ప్రజలకు మోసమే మిగిలింది" అని విమర్శించారు. పరకాల భవిష్యత్తు బిఆర్ఎస్ తోనే సాధ్యమని, ఈ ఎన్నికల్లో గులాబీ జెండాను గెలిపించి పరకాల గడ్డపై మరోసారి బిఆర్ఎస్ సత్తా చాటాలని ఆయన ప్రజలకు విజ్ఞప్తి చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో బిఆర్ఎస్ పట్టణ నాయకులు, వార్డు అభ్యర్థులు, మహిళా నాయకులు, యువజన విభాగం నాయకులు, పెద్ద సంఖ్యలో పార్టీ కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

పట్టణ అభివృద్ధి కాంగ్రెస్ తోనే సాధ్యం

జయభేరి, పరకాల, ఫిబ్రవరి 06:

శుక్రవారం పరకాల మున్సిపాలిటీ ఎన్నికలలో భాగంగా 1,2,10,11,13 వార్డులలో టిపిసీసీ ఉపాధ్యక్షులు దొమ్మలీ సాంబయ్య, మాజీ ఎమ్మెల్యే మొలుగురి బిక్రీపతి తో కలిసి పరకాల శాసనసభ్యులు రేపూరి ప్రకాష్ రెడ్డి ఇంటింటి ప్రచారాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థులను అత్యధిక మెజారిటీతో గెలిపించుకొని పరకాల పట్టణ అభివృద్ధి కోసం పట్టుదగా అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీని ఆశీర్వదించడానికి పట్టణ ప్రజలు సిద్ధంగా ఉన్నారని, బిఆర్ఎస్ బిజెపి నాయకుల మోసపూరిత మాటలను నమ్మవద్దని అన్నారు. అధికారంలో ఉన్న



కాంగ్రెస్ పార్టీకి గెలిపించుకుంటే, పట్టణానికి మరిన్ని నిధులు తీసుకువచ్చి అభివృద్ధి చేస్తామన్నారు. పట్టణాన్ని మోడల్ మున్సిపాలిటీగా కొని పరకాల పట్టణ అభివృద్ధి కోసం పట్టుదగా అన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీని ఆశీర్వదించడానికి పట్టణ ప్రజలు సిద్ధంగా ఉన్నారని, బిఆర్ఎస్ బిజెపి నాయకుల మోసపూరిత మాటలను నమ్మవద్దని అన్నారు. అధికారంలో ఉన్న

కాంగ్రెస్ ప్రజా ప్రభుత్వ సంక్షేమ పథకాలను ప్రజలకు వివరించాలన్నారు. 200 యానిట్ల ఉచిత విద్యుత్, 500 రూ గాస్ సిలిండర్, రెండు కెల్ల లోపు రైతు కుటుంబాఫీ, ఇందిరమ్మ ఆత్మీయ భరోసా, ఇందిరమ్మ ఇండ్లు, నన్న బియ్యం పంపిణీ, మహిళా సంపూలకు పడ్డీ లేని రుణాలు తదితర సంక్షేమ పథకాల అందిస్తున్నామని తెలిపారు.

# కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వం ప్రజల ప్రభుత్వం

- అధికార పార్టీతోనే అభివృద్ధి సాధ్యం
- షాద్ నగర్ మాజీ ఎమ్మెల్యే చౌలపల్లి ప్రతాప రెడ్డి
- సిడి తండాలో సర్వే గబ్బు చౌహాన్ ఆధ్వర్యంలో రేషన్ షాప్ ప్రారంభం
- హాజరైన మాజీ జెడ్పీటీసీ మామిడి శ్యాంసుందర్ రెడ్డి, మాజీ ఎంపీపీ శివ శంకర్ గౌడ్

జయభేరి, షాద్ నగర్, ఫిబ్రవరి 06 :

కాంగ్రెస్ అంటేనే ప్రజల ప్రభుత్వం అని షాద్ నగర్ మాజీ ఎమ్మెల్యే చౌలపల్లి ప్రతాప రెడ్డి అన్నారు. గురువారం నందిగామ మండలంలోని చాకలి దానిగుట్ట తాండ లో సర్వేన్ ముదావత్ గబ్బు చౌహాన్ ఆధ్వర్యంలో ఏర్పాటుచేసిన కార్యక్రమానికి ముఖ్య అతిథులుగా మాజీ ఎమ్మెల్యే చౌలపల్లి ప్రతాప రెడ్డి, మాజీ జెడ్పీటీసీ మామిడి శ్యాంసుందర్ రెడ్డి, మాజీ ఎంపీపీ శివ శంకర్ గౌడ్, మాజీ ప్రెస్ ఎంపీపీ మంజుల తులసి రామ్ నాయక్ హాజరై (చౌకధర) రేషన్ షాపును ప్రారంభించారు. ఈ



సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ... సూతన రేషన్ దుకాణాన్ని అందుబాటులో ఉన్న వినియోగదారుల సద్వినియోగం చేసుకోవాలని సూచించారు. ఈ కార్యక్రమంలో కాంగ్రెస్ పార్టీ మండల అధ్యక్షుడు జంగ నరసింహ, మాజీ సర్పంచ్ రాజు నాయక్,

మాజీ ఎంపీటీసీ కుమారస్వామి గౌడ్, ఉప సర్పంచ్ మూడవత రవిందర్ నాయక్, నందిగామ మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎన్నికల అధ్యక్షుడు, వార్డ్ సభ్యుల శ్రీమతి నాయక్, వార్డ్ సభ్యులు జెటావత్ రాజేష్ నాయక్, జెటావత్ మాధవి లక్ష్మణ్, బుజ్జి శంకర్

నాయక్, మూడవత శాంతి శ్రీమతి నాయక్, మేగావత్ నాగేష్, పత్తి శ్రీమతి నాయక్, నాయకులు కిషన్ నాయక్, అక్షయ జ్ఞానేశ్వర్, విజయ నాయక్, రూపింగి నాయక్, చందర్ నాయక్, లింబియా నాయక్, తదితరులు పాల్గొన్నారు.

## పదో తరగతి విద్యార్థులకు పరీక్ష ప్యాప్స్, పెన్సులు అందజేత

జయభేరి, చింతపల్లి, ఫిబ్రవరి 06:

మండలంలోని జెడ్పీ హెచ్ఎస్ పాఠశాలలోని పదవ తరగతి విద్యార్థులకు పరీక్ష ప్యాప్స్, పెన్సులు అందజేసినట్లు పూర్వ విద్యార్థి ఎం.డి. షబీర్ (ఏఆర్ కానిస్టేబుల్) తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా మండల కేంద్రంలోని జెడ్పీ హెచ్ఎస్ పాఠశాలలోని దాదాపు 60 మంది విద్యార్థులకు పరీక్ష ప్యాప్స్, పెన్సులను అందజేశారు. ఈ సందర్భంగా షబీర్ మాట్లాడుతూ గతంలో ఇదే పాఠశాలలో పదవ తరగతి పరీక్షలు చేయడం ప్రస్తుతం సర్కారు జిల్లా హెచ్ఎస్ క్వార్టర్స్ లో ఏఆర్ కానిస్టేబుల్ గా విధులు నిర్వహిస్తున్నట్లు ఆయన తెలిపారు. మరికొందరు షాప్లో రాసున్న పది పదవ తరగతి చదువుతున్న విద్యార్థులకు ప్యాప్స్, పెన్సులు బిరు కానుకగా అందజేస్తున్నట్లు తెలిపారు. ఈ సందర్భంగా పదో తరగతి విద్యార్థులు, ఉపాధ్యాయులు హాజరై వ్యక్తం చేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో పాఠశాల ఉపాధ్యాయులు, విద్యార్థులు, గ్రామస్థులు తదితరులు ఉన్నారు.

## సెల్ టవర్ నిర్మాణ పనులు నిలిపివేయాలని గ్రామస్థుల ధర్మా



జయభేరి, చింతపల్లి, ఫిబ్రవరి 06:

మండలంలోని కుర్నేడ్ గ్రామంలో నిబంధనలకు విరుద్ధంగా నిర్మాణం అవుతున్న సెల్ టవర్ పనులను నిలుపుదల చేయాలని కోరుతూ ఎమ్మార్వో విజయలక్ష్మి, ఎంపీడిఓ, సుజాత లకు గ్రామస్థులు శుక్రవారం వినతి పత్రం అందజేశారు. స్థానిక ప్రజల అభిప్రాయాలను పరిగణలోకి తీసుకోకుండా నిబంధనలకు విరుద్ధంగా టవర్ నిర్మాణం జరుగుతుండడం సమంజసం కాదన్నారు. పాఠశాలలు, ఆసుపత్రులకు వంద మీటర్ల దూరంలో సెల్ టవర్ నిర్మాణం చేపట్టాలని స్పష్టంగా నిబంధనలున్నప్పటికీ గ్రామం మధ్యలో పాఠశాలకు, నివాసిత ప్రాంతాల్లో సెల్ టవర్ ఏర్పాటు చేస్తున్నారని వివరించారు. దీనివల్ల వ్యర్థాలు, చిన్నాదులు, గర్మిణులపై తీవ్ర ప్రభావం చూపి చర్మ సంబంధిత, క్యాన్సర్ వంటి వ్యాధుల బారిన పడే ప్రమాదం ఉందని గ్రామస్థులు సెల్ టవర్ నిర్మాణం జరుగుతున్న ప్రాంతంలో ఆందోళన వ్యక్తం చేశారు. వెంటనే విచారణ జరిపించి నిర్మాణ పనులను నిలిపివేయాలని ఎమ్మార్వో, ఎంపీడిఓ లకు అందించిన వినతి పత్రంలో పేర్కొన్నట్లు గ్రామస్థులు తెలిపారు.

## కాంగ్రెస్ పార్టీకి ఓటు వేయండి

తాండ్ర విశాల శ్రవణ్ రెడ్డి కేశం పేట మాజీ జెడ్పీటీసీ



జయభేరి, షాద్ నగర్, ఫిబ్రవరి 06 :

రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్ నగర్ మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో భాగంగా 25వ వార్డులో కాంగ్రెస్ పార్టీ అభ్యర్థి పెంటయ్యను గెలిపించాలని ఓటర్ మహాశయలను అభ్యర్థిస్తూ ముమ్మరంగా ప్రచారం నిర్వహించిన మాజీ జెడ్పీటీసీ తండ్రా విశాల శ్రవణ్ రెడ్డి కాంగ్రెస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు, వార్డు సభ్యులు. ఇంటింటి ప్రచారాన్ని విస్తృతం చేస్తూ ప్రజల సమస్యలను అడిగి తెలుసుకున్నారు. వార్డులోని వివిధ కాలనీల్లో పర్యటిస్తూ ప్రజలతో మమేకమై ఎమ్మార్వో మాట్లాడుతూ... కాంగ్రెస్ పార్టీ ఎల్లప్పుడూ ప్రజల పక్షాన నిలుస్తుందని, ప్రజల విశ్వాసమే తమకు ఆసక్తిని బలమని వారు స్పష్టం చేశారు. ఈ సందర్భంగా కాలనీ వాసులు ఎదుర్కొంటున్న సమస్యలకు ప్రాధాన్యత ఇస్తూ దశలవారీగా పరిష్కారాలు చూపామని పేర్కొన్నారు.

## ఎల్లంపేట్ లో తుడుం గణేష్ ప్రచారం



జయభేరి, మేడ్చల్ :

మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ఎల్లంపేట్ మున్సిపాలిటీ పై బిఆర్ఎస్ జెండా ఎగరడం ఖాయమని మాజీ కౌన్సిలర్ తుడుం గణేష్ ధీమా వ్యక్తం చేశారు. ఎల్లంపేట్ మున్సిపాలిటీ 2.45 వార్డు బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థి నవాజీ రామకృష్ణ తరుపున ఇంటింటి ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా తుడుం గణేష్ మాట్లాడుతూ మాజీ ముఖ్యమంత్రి కేసీఆర్ చేసిన అభివృద్ధి సంక్షేమ పథకాలను ప్రజలు మరిచిపోలేదన్నారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ మోసపూరిత ఉచిత హామీలతో అధికారంలోకి వచ్చి పథకాల అమలులో పూర్తిగా విఫలమైందని విమర్శించారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో ప్రజలు కారు గుర్తుకు ఓటు వేసి బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులను భారీ మోజాబిలిటీ గెలిపించాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మాజీ కౌన్సిలర్ ఉమా నాగరాజు, నాయకులు శైలేందర్, లక్ష్మణ్, పవన్, మౌనిక్, బాలేష్ తదితరులు పాల్గొన్నారు.



## గ్రామాభివృద్ధిలో విద్యార్థుల సేవాభావం అభినందనీయం

జయభేరి, తుర్కపల్లి, ఫిబ్రవరి 06 :

గ్రామ అభివృద్ధిలో విద్యార్థుల సేవాభావం, ఎస్ ఎస్ ఎస్ వాలంటీర్ల కృషి అభినందనీయమని సర్పంచ్ తునికీ లక్ష్మీరామి రెడ్డి అన్నారు. శుక్రవారం తుర్కపల్లి మండలం వీరారెడ్డి పల్లి గ్రామంలో నిర్వహించిన గ్రామ వికాస్ ప్రత్యేక ఏడు రోజుల శిక్షణ ముగింపు కార్యక్రమాల ఫునంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఎస్ఎస్ఎస్ ట్రోగ్రాం అఫీసర్ డాక్టర్ ప్రీతి జీవన్ మాట్లాడుతూ శ్రీనిధి ఇన్స్టిట్యూట్ ఆఫ్ సైన్స్ అండ్ టెక్నాలజీ ఫుట్స్కేసర్ కు ఉండే జాతీయ సేవా పథకం ఆధ్వర్యంలో విద్యార్థుల కోసం నిర్వహించిన శిక్షణ, సాహిత్య పోటీల్లో విజేతలైన విద్యార్థులకు బహుమతులు అందజేశారు. గ్రామ వికాస్ శిబిరాన్ని విజయవంతంగా ముగించడానికి సహకరించిన గ్రామ ప్రజలు, పాఠశాల సిబ్బంది కళాశాల అధ్యాపకులు ఎస్ఎస్ఎస్ వాలంటీర్లకు నిర్మాణాలకు కృతజ్ఞతలు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో గెజిటెడ్ ప్రధానోపాధ్యాయుడు సత్యం, ఉపాధ్యాయులు, గ్రామస్థులు పాల్గొన్నారు.

## విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనాన్ని అందించాలి



జయభేరి, తుర్కపల్లి, ఫిబ్రవరి 06 :

ప్రభుత్వ పాఠశాలలో చదువుకుంటున్న విద్యార్థులకు మెనూ ప్రకారం నాణ్యమైన భోజనాన్ని అందించాలని సర్పంచ్ జేరి పోతుల కరుణాకర్ అన్నారు. శుక్రవారం తుర్కపల్లి మండలం దత్తాయపల్లి గ్రామంలోని జిల్లా పరిషత్ ఉన్నత పాఠశాల, ప్రాథమిక పాఠశాల, రెండు అంగన్వాడీ కేంద్రాలను ఆకస్మికంగా తనిఖీ చేశారు. ఈ సందర్భంగా మధ్యాహ్నం భోజనం ను పరీక్షించారు. విద్యార్థులకు మెనూ ప్రకారం నాణ్యమైన భోజనం అందించాలని లేనిచో చర్యలు తప్పవని అన్నారు. అనంతరం గ్రామంలోని విద్యుత్ స్తంభాలకు అటోమేటిక్ ట్రైమర్ లను ఏర్పాటు చేసినట్లు తెలిపారు. ఆరు ఆఫ్ లకు గాను మూడు ట్రైమర్ రన్ చేసినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఉప సర్పంచ్ జిల్లా కీషన్, వార్డు సభ్యులు సల్లాజా, గుంటి రాజు, ధ్యాన బోయిన సవీన్, పోచయ్య, పరమేశ్, నాయకులు జానపద ఆర్ శేఖర్, విజయ, పిట్టల రాజు, జేరిపోతుల పవన్, గొట్టి అజయ్, సూరజోయిన విజయ్, దాసబోయిన యశ్వంతి, పిట్టల శివ, పిట్టల మణి, గాదె గిరిబాబు, ఉపాధ్యాయులు పాల్గొన్నారు.

## రైతు బంధు ఎగ్గోట్టిన రేవంత్

జయభేరి, మెదక్ :

కేసీఆర్ కరోనా సమయంలో కూడా రైతుబంధు ఆపలేదు ఎమ్మెల్యేలు, ఉద్యోగుల జీతాలు ఆపి మరీ రైతులకు డబ్బులు ఇచ్చిందని బీఆర్ఎస్ పార్టీ శాసనసభాపక్ష ఉపనేత హరీష్ రావు అన్నారు. రేవంత్ రెడ్డి వచ్చినంత, ఐదు పంటల్లో మూడు పంటలకు రైతుబంధు ఎగ్గోట్టించడం ఇప్పుడు ఎన్నికలు అయ్యాక ఇలా ఆనిలంగ మాటలు మాట్లాడుతున్నాడు ఎన్నికలు అవుతూనే సగం మంది రైతులకు రైతుబంధు ఎగ్గోట్టే కుట్రలు చేస్తున్నాడు ఇలాంటి మోసగాన్ని మళ్లీ సమ్మూహామ అని అన్నారు.

## ఇంటింటికి గడప గడపకు.. జోరుగా కారు ప్రచారం

- పల్లెలను పట్టణాలుగా అభివృద్ధి చేసిన ఘనత కేసీఆర్ ది - ఎమ్మెల్యే మల్లారెడ్డి..
- మున్సిపల్ షారులో బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులను గెలిపించి కేసీఆర్ కు కానుక ఇవ్వాలని పిలుపు

జయభేరి, శామీర్ పేట్, ఫిబ్రవరి 06 :

పల్లెలను పట్టణాలుగా తీర్చి దిద్దిన ఘనత మాజీ సీఎం కేసీఆర్ కేదర్లుతుందని మేధుల్ ఎమ్మెల్యే చామకూర మల్లారెడ్డి అన్నారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల సందర్భంగా శుక్రవారం మూడు చింతపల్లి మున్సిపల్ పరిషత్లోని పొన్నాల్, మూడు చింతపల్లి గ్రామాలలో ఆయన ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా బిఆర్ఎస్ పార్టీ అభ్యర్థులు మౌనిక్ ప్రసాద్, రాజు, నీరజ్ గౌడ్, జామ్ రవి లకు మద్దతుగా నిర్వహించిన భారీ ర్యాలీలో మల్లారెడ్డి పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా మల్లారెడ్డి మాట్లాడుతూ పొన్నాల్ గ్రామం తనకు చాలా ఇష్టమైన గ్రామమని, ఈ గ్రామ మానికి వచ్చి ఎన్నికల ప్రచారం నిర్వహించడం సంతోషంగా ఉందన్నారు. ఇప్పుడు



జరగజోయే మున్సిపల్ ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులను గెలిపించి ఇక్కడి సమస్యలను పరిష్కరించుకోవాలన్నారు. ఎన్నికల్లో బిఆర్ఎస్ పార్టీ బలపరిచిన అభ్యర్థులను గెలిపిస్తే పొన్నాల్ గ్రామ అభివృద్ధికి కృషి చేసారని, దానికి నేనే హామీ అని అన్నారు. మూడు చింతపల్లి పరిషత్ గ్రామాల కెసీఆర్ ప్రభుత్వం రాకముందు, కెసీఆర్ ప్రభుత్వం వచ్చాక ఎలా ఉన్నాయో ఒక్కసారి గుర్తు చేసుకోవాలని అన్నారు. కారు కూడా రాలేని విధంగా ఉన్న గ్రామాలను అభివృద్ధి చేసిన ఘనత బిఆర్ఎస్

ప్రభుత్వానికే దక్కిందన్నారు. మూడు చింతపల్లి ని మండలంగా చేసి కేసీఆర్ చాలా అభివృద్ధి చేశారని చెప్పారు. ఇక్కడి నుండి బిఆర్ఎస్ పార్టీ అభ్యర్థులను గెలిపించుకొని కేసీఆర్ కు బహుమతిగా ఇవ్వాలని కోరారు. ఈ కార్యక్రమంలో మల్లారెడ్డి గిరి పార్లమెంట్ బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఇంచార్జ్ లక్ష్మారెడ్డి, ఎన్నికల ఇంచార్జ్ గజ్జల నగేష్, బిఆర్ఎస్ యువ నాయకులు భద్రారెడ్డి, మూడు చింతపల్లి మండల బిఆర్ఎస్ అభ్యర్థులు మల్లారెడ్డి గౌడ్, బిఆర్ఎస్ నాయకులు, కార్యకర్తలు పాల్గొన్నారు.

## ట్రాఫిక్ పోలీసుల డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు

- చటాన్ పల్లి రైల్వే గేట్ వద్ద భారీ బందోబస్తు డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు
- మున్సిపల్ ఎన్నికల నేపథ్యంలో అధిక డబ్బులు, మద్యం, సరైన పత్రాలు లేని వాహనాలపై ప్రత్యేక డ్రైవ్
- 10 డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ కేసులు నమోదు
- 2 కార్లు, 2 ఆటోలు, 6 బైకులు కేసులు నమోదు
- ట్రాఫిక్ సీఠి సీఠి చంద్రశేఖర్ ఆధ్వర్యంలో విస్తృత తనిఖీలు..

జయభేరి, షాద్ నగర్ :

డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు నిర్వహించిన ట్రాఫిక్ పోలీస్ అధికారులు, రంగారెడ్డి జిల్లా షాద్ నగర్ మున్సిపాలిటీ పరిషత్లోని చటాన్ పల్లి రైల్వే గేట్ వద్ద శుక్రవారం పోలీసులు



భారీగా వాహనాల తనిఖీలు నిర్వహించారు. రైల్వే గేట్ పరిషత్లో డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ తనిఖీలు విస్తృతంగా జరిపారు. షాద్ నగర్ ట్రాఫిక్ సర్కిల్ ఆధ్వర్యంలో పెద్ద ఎత్తున ఇతనికేసులు జరిగాయి. మున్సిపాలిటీ ఎన్నికల నేపథ్యంలో డబ్బులు, మద్యం తరలింపకుండా ఉండేందుకు ఈ తనిఖీలు చేపట్టారు. అదేవిధంగా వాహనాల లైసెన్సులు, ఇతరత్రా తనిఖీలు జరిగాయి. ట్రాఫిక్ అధికారుల ఆధ్వర్యంలో

ఈ తనిఖీలో 10 డ్రంక్ అండ్ డ్రైవ్ కేసులు నమోదు చేసినట్లు ట్రాఫిక్ సీఠి తెలిపారు. అందులో 2 కార్లు, 2 ఆటోలు, 6 బైకులు కేసులు నమోదు చేశారు. మున్సిపల్ ఎన్నికల నేపథ్యంలో ట్రాఫిక్ సిబ్బందితో దారిని వెళ్లే ఏ వాహనాన్ని వదలకుండా మద్యం, డబ్బులు, లైసెన్సు, నెంబర్ ప్లేట్ వంటి వస్తువుల అంశాలపై ఈ డ్రైవ్ ను నిర్వహించినట్లు ట్రాఫిక్ సీఠి చంద్రశేఖర్ తెలిపారు.

## శరవేగంగా జరుగుతున్న అక్రమ నిర్మాణాన్ని కూల్చండి

- ఈ అక్రమ నిర్మాణంపై టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు ఏ మాత్రం స్పందించడం లేదు
- ప్రభుత్వ ఆదాయానికి గండి కొడుతున్న నిర్మాణదారుడిపైన చర్యలు తీసుకోవాలి

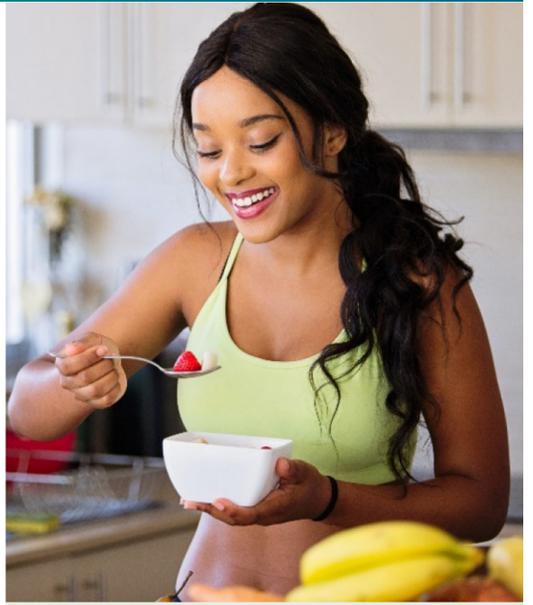
జయభేరి, పెద్ద అంబర్లెట్ :

అక్రమ నిర్మాణాలు నిర్మించండి.. మాకు ముడుపులు అందించండి.. అనే కోణంలోనే అధికారులు పనిచేస్తున్నారని తప్పు.. బాధ్యత గా పనిచేయడంలో విఫలం అయ్యారు. పెద్ద అంబర్లెట్ మున్సిపాలిటీ బండ్లగూడ, ఆనంద నగర్ లో జరుగుతున్న అక్రమ నిర్మాణం శరవేగంగా జరుగుతుంది. ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి అక్రమ నిర్మాణాలను సహించేది లేదని చెప్పినకూడ అధికారులు అక్రమ నిర్మాణాలకు కొమ్ముకాస్తున్నారని తప్పు కనీసం అక్రమ నిర్మాణాలకు నోటీసులు జారీచేయడం లేదు. ప్రజాప్రభుత్వం ప్రజా పాలనలో అక్రమ నిర్మాణాలకు అవకాశం ఉండదు అని ముఖ్యమంత్రి చెప్పినప్పటికీ అధికారులు అనేవి పట్టించుకోకుండా బిల్డర్ దగ్గర భవన యజమానుల దగ్గర ఇలాంటి మోసగాన్ని మళ్లీ సమ్మూహామ అని అన్నారు.



తున్నారు. ఆనంద నగర్ లోని సర్వే నంబర్ 40 భవన యజమాని కేవలం రెండు అంశాలకు మాత్రమే అనుమతులు తీసుకొని అదనంగా ఒక అంతస్తును నిర్మిస్తూ ప్రభుత్వ ఆదాయానికి గండికొడుతున్నారు. అధికారుల అండదండలతోనే అక్రమ నిర్మాణాలు చేస్తున్నారని విషయం

ఇక్కడ స్పష్టంగా అర్థం అవుతుంది. ఆసుమతులు ఒకల ఉంటే నిర్మాణాలు మరోల చేపాడుతుంటే అధికారులు ఏం చేస్తున్నారో సమాధానం చెప్పాల్సిన అవసరం ఎంతైనా ఉన్నది. విచ్చలవిడిగా అక్రమ నిర్మాణాలు జరుగుతుంటే టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారులు మామూళ్ల పనులు చేస్తున్నారు. మున్సిపల్ అధికారులకు ముడుపులు ఇస్తే చాలు పది అంతస్తులైన కట్టకొవచ్చు అనే ప్రశ్న వ్యక్తం అవుతుంది. మున్సిపల్ కమిషనర్ టౌన్ ప్లానింగ్ అధికారి చైన్మెన్షై చర్యలు తీసుకోవాలని విన్నవించుకుంటున్నాం. అక్రమ నిర్మాణాలను హాని చూడనట్లు ఉంటున్న అధికారులపై చర్యలు తీసుకోండి. ప్రభుత్వ నియమ నిబంధనలను త్రుంగలే తొక్కిస్తూ ప్రభుత్వ ఆదాయానికి గండి కొడుతున్న నిర్మాణదారుడిపైన చర్యలు తీసుకోండి. అనుమతులకు విరుద్ధంగా నడుస్తున్న ఈ భవనాన్ని వెంటనే టీజీబీవీ చట్టం ప్రకారం సీజ్ చేయండి. అనుమతి ఉన్నప్పటికీ ఈ నిర్మాణం వెళ్లిపోలేదో అధికారులు గా, ఇప్పటికైనా దీనిని పరిగణలోకి తీసుకొని అక్రమ నిర్మాణాలను అడ్డుకోవాలని స్థానికులు హామీగానే విన్నయం వ్యక్తం చేస్తున్నారు.



కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉండి కంటి చూపు మెరుగుపడాలంటే..

పూర్వం మనం పులకు వయస్సు మీద పడితేనే కంటి చూపు కాస్త మందగించేది. వృద్ధాప్యంలోనూ చాలా మందికి కంటి చూపు స్పష్టంగా ఉండేది. కానీ ఇప్పుడు అలా కాదు. చిన్న వయస్సులోనే చాలా మందికి కంటి చూపు మందగిస్తోంది. చిన్నవారులు సైతం కళ్లదూలను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇందుకు అనేక కారణాలు ఉంటున్నాయి. అయితే కంటి చూపు మందగించడానికి ప్రధానంగా మనం తీసుకునే ఆహారమే ముఖ్య కారణమని వైద్యులు అంటున్నారు. మనం తీసుకునే ఆహారాల వల్ల కంటి చూపు దెబ్బ తింటుందని వారు చెబుతున్నారు. అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు ఉండే ఆహారాలను ప్రస్తుతం చాలా మంది తింటున్నారు. వేపుళ్లు, ఫ్రాస్ చేయబడిన ఆహారాలు, మాంసం వంటి వాటిని అధికంగా తింటున్నారు. వీటిల్లో ఉండే అనారోగ్యకరమైన కొవ్వులు రక్తనాళాల్లో పేరుకు పోతాయి. ఇవి కళ్లకు రక్తసరఫరాను తగ్గిస్తాయి. దీని వల్ల కళ్లకు కావల్సిన పోషకాలు లభించవు. దీంతో కంటి చూపు మందగిస్తుంది. ఇలా మనం తీసుకునే ఆహారాలు కంటి చూపు లోపించేందుకు కారణమవుతున్నాయి.

ఈ ఆహారాలు మానాలి..

వైట్ బ్రెడ్, పాస్టా, చక్కెర పానీయాలు, బేకరీ ఆహారాలను తీసుకుంటే షుగర్ లెవెల్స్ అమాంతం పెరుగుతాయి. దీర్ఘకాలంలో షుగర్ లెవెల్స్ అధికంగా ఉంటే కళ్లలో ఉండే రెటీనాలో ని చిన్నపాటి రక్తనాళాలు దెబ్బ తింటాయి. దీని వల్ల డయాబెటిక్ రెటీనోపతి వస్తుంది. దీంతో క్రమంగా కంటి చూపు మందగిస్తుంది. ఈ ఆహారాలు కూడా కంటి చూపు దెబ్బ తీసేందుకు కారణం అవుతున్నాయి. ప్రస్తుతం చాలా మంది ఉప్పును కూడా అధికంగా తీసుకుంటున్నారు. దీని వల్ల బీటీ పేరిగితే కంటి రెటీనాపై ప్రభావం పడుతుంది. దీర్ఘకాలంలో ఇది కళ్లలో ద్రవాల పేరుకుపోయేలా చేస్తుంది. దీని కారణంగా కళ్ల చుట్టూ వాపులకు గురవుతాయి. ఇది కూడా కంటి చూపుపై ప్రభావం చూపిస్తుంది. మధ్యం అధికంగా సేవించే వారు తరచూ డిప్రెషన్ భారిన పడుతుంటారు. దీని వల్ల కళ్లు తరచూ పొడిబారుతుంటాయి. దీర్ఘకాలంలో ఇది కంటి చూపు మందగించేందుకు, కళ్లలో శుక్రాల ఏర్పడేందుకు కారణం అవుతుంది. పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కంటి చూపు మందగిస్తుంది.

వీటిని తీసుకోవాలి..

కంటి చూపు పెరిగేలా చేసేందుకు కూడా మనం ఆహారాలపైనే ఎక్కువగా ఆధారపడాల్సి ఉంటుంది. ముఖ్యంగా విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉండే ఆహారాలను తీసుకోవాలి. ఇవి కంటి సమస్యలను తగ్గిస్తాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. పాలకూర, తోటకూర, పుదీనా, కొత్తిమీర వంటి ఆకుకూరలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటే లూటీన్, జియోజాంఠిన్ వంటి యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు సమృద్ధిగా లభిస్తాయి. ఇవి హానికర కిరణాల భారిన ఉండి కళ్లను రక్షించడమే కాదు, కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. కళ్లలో శుక్రాలు రాకుండా చూస్తాయి. కళ్లను ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. నారింజ, క్యారెట్లు, చిలగడ దుంపలు, గుమ్మడికాయలను ఆహారంలో భాగం చేసుకుంటున్నా కూడా ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. వీటిల్లో బీటా కెరోటిన్ అధికంగా ఉంటుంది. ఇది, సున శరీరంలో విటమిన్ ఎ గా మారుతుంది. దీని వల్ల కంటి చూపు మెరుగుతుంది. ముఖ్యంగా కళ్లలోని కార్నియా సురక్షితంగా ఉంటుంది. రేచీటి తగ్గుతుంది.

ఇవి కూడా మేలు చేస్తాయి..

చేపల్లో ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కళ్ల రెటీనాను సంరక్షిస్తాయి. కళ్లు పొడిబారకుండా చూస్తాయి. కళ్లలో ఎప్పుడూ ద్రవాలు ఉండేలా చేస్తాయి. ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు యాంటీ ఇన్ ఫ్లామేటరీ గుణాలను సైతం కలిగి ఉంటాయి. ఇవి కళ్లలో ఉండే రక్తనాళాలను సంరక్షిస్తాయి. ఆయా రక్తనాళాలు వాపులకు గురికాకుండా చూస్తాయి. దీంతో కళ్లు ఆరోగ్యంగా, సురక్షితంగా ఉంటాయి. బాదంపప్పు, వాలీ నట్స్, అవిసె గింజలలో విటమిన్ ఇ, ఒమెగా 3 ఫ్యాటీ యాసిడ్లు ఉంటాయి. విటమిన్ ఇ వల్ల కళ్లలోని కణాలు సురక్షితంగా ఉంటాయి. కణాలకు జరిగే నష్టం నివారించబడుతుంది. దీంతో కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడుతుంది. కళ్ల ఆరోగ్యానికి కొడిగిడ్లు, పప్పు దినుసులు, శనగలు వంటి ఆహారాలను కూడా తినవచ్చు. వీటిల్లో ఉండే ప్రోటీన్లు కళ్లను రక్షిస్తాయి. కంటి చూపు మెరుగు పడేలా చేస్తాయి. ఇలా పలు రకాల ఆహారాలను రోజూ తీసుకుంటూ ఉంటే కళ్లకు జరిగే నష్టాన్ని నివారించవచ్చు. కంటి చూపు మెరుగు పడి కళ్లు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

మీ జుట్టు వేగంగా.. బలంగా పెరగాలంటే...

శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

జుట్టు పెరుగుదలకు సూపర్ ఫుడ్స్: జుట్టు వేగంగా పెరగడానికి పోషకాహారం ప్రత్యేక ప్రాముఖ్యత కలిగి ఉంది. సరైన ఆహారం లేకపోవడం, ఒత్తిడి, మారుతున్న జీవనశైలి కారణంగా జుట్టు రాలడం సమస్య వేగంగా పెరుగుతోంది. పరిశోధన ప్రకారం, మన జుట్టులో 90 శాతం ప్రోటీన్ అంటే కెరాటిన్ తో తయారవుతుంది. శరీరానికి పూర్తి ప్రోటీన్, విటమిన్లు, ఖనిజాలు, ముఖ్యమైన అమైనో ఆమ్లాలు లభిస్తే, జుట్టు ఆరోగ్యంగా ఉంటుంది. వాటి పెరుగుదల కూడా బాగుంటుంది. ఒక నివేదిక ప్రకారం, జుట్టు బలం, మెరుపు, వేగంగా పెరగడానికి సమతుల్య ఆహారం అవసరం. అందువల్ల, మీరు జుట్టు వేగంగా పెరగాలంటే ఎలాంటి ఆహారం తీసుకోవాలో తెలుసుకోవడం ముఖ్యం. ఈ ఆహారాలు తప్పక తినాలని నిపుణులు చెబుతున్నారు.

- 1. గుడ్లు - గుడ్లలో ప్రోటీన్, బయోటిన్, జింక్ పుష్కలంగా ఉంటాయి. జుట్టు నిర్మాణానికి ప్రోటీన్ అవసరం. అంటే కెరాటిన్, బయోటిన్ జుట్టును బలపరుస్తుంది. దాని కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. జింక్ నెత్తిమీద చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతుంది.
2. పాలకూర - పాలకూరలో ఫోలేట్ పాటు ఇనుము, విటమిన్ ఎ, సి ఉంటాయి. శరీరానికి ఆక్సిజన్ సరఫరా చేయడం ద్వారా ఇనుము జుట్టు మూలాలను బలపరుస్తుంది. విటమిన్ ఎ, సి తలపై సహజ నూనె అంటే సెబమ్ ఏర్పడటానికి సహాయపడతాయి. ఇది జుట్టు పొడిబారడాన్ని తగ్గిస్తుంది.
3. బెల్లెలు - స్ట్రాబెర్రెలు, ఖాబెర్రెలు, రాస్బెర్రీస్ వంటి బెల్లెలలో యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు, విటమిన్ సి పుష్కలంగా ఉంటాయి. ఇవి జుట్టు కణాలను ఫ్రీరాడికల్ నష్టం నుండి రక్షిస్తాయి. జుట్టు విచ్ఛిన్నతను నిరోధించే కొలాజెన్ ను నిర్మించడంలో సహాయపడతాయి.
4. చేపలు - సాల్మన్, సార్డిన్ వంటి చేపలలో ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ డి, ప్రోటీన్ లభిస్తాయి. ఇవి జుట్టు మూలాలను బలోపేతం చేస్తాయి. కొత్త జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి. ఒమెగా 3 జుట్టు పొడిగా మారడానికి అనుమతించదు.
5. వాలీనట్స్ - వాలీనట్స్ ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ ఇ, బయోటిన్ లకు చాలా మంచి మూలం. అవి జుట్టు కణాలలో వాపును తగ్గిస్తాయి. బలాన్ని పెంచుతాయి. బయోటిన్ జుట్టు రాలడాన్ని నివారిస్తుంది.
6. క్యారెట్లు - క్యారెట్లలో బీటా కెరోటిన్, విటమిన్ ఎ ఉంటాయి. ఇవి చర్మాన్ని ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. జుట్టుకు సహజమైన మెరుపును తెస్తాయి. విటమిన్ ఎ జుట్టు పెరుగుదలను ప్రోత్సహిస్తుంది. జుట్టు విరిగిపోకుండా, రాలకుండా నిరోధిస్తుంది.
7. విత్తనాలు - గుమ్మడికాయ, అవిసె, చియా వంటి విత్తనాలలో జింక్, ఒమెగా 3 కొవ్వు ఆమ్లాలు, విటమిన్ బి పుష్కలంగా ఉంటాయి. అవి జుట్టు ఆక్సజిన్ మెరుగుపరుస్తాయి. కొత్త పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తాయి.
8. బీన్స్ - బీన్స్ వంటి ఆహారాలు అంటే కిడ్నీ బీన్స్, చికెన్, బ్లాక్ బెన్ బఠానీలు ప్రోటీన్, బిరన్, బయోటిన్ తో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. ఇవి శాఖాహారులకు జుట్టుకు ఉత్తమమైన ఆహారాలు.
9. చిలగడదుంప - చిలగడదుంపలో బీటా కెరోటిన్ ఉంటుంది. ఇది శరీరంలో విటమిన్ ఎ గా మారి జుట్టు పెరుగుదలను వేగవంతం చేస్తుంది. ఇది తల చర్మం సహజ తేమను కూడా నిర్వహిస్తుంది.



ఈ ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలు శుభ్రం, ఆరోగ్యం

మన శరీరంలో ఎప్పటికప్పుడు ఉత్పత్తి అయ్యే వ్యర్థాలను కిడ్నీలు మూత్రం ద్వారా బయటకు పంపిస్తాయి. దీంతో శరీరంలో వ్యర్థాలు పేరుకుపోకుండా ఉంటాయి. ఆరోగ్యంగా ఉంటాము. అయితే మనం పాటించే ఆహారపు అలవాట్లు, జీవనశైలి, దీర్ఘకాలిక వ్యాధులు, వాడే మందులు వంటి కారణాల వల్ల మన కిడ్నీల పనితీరు మందగిస్తుంది. దీంతో వ్యర్థాలను కిడ్నీలు సరిగ్గా బయటకు పంపలేకపోతాయి. దీని వల్ల దీర్ఘకాలంలో శరీరంలో వ్యర్థాలు పేరుకుపోతాయి. ఇవి అనేక వ్యాధులను కలగజేస్తాయి. అందువల్ల కిడ్నీలను మనం ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవాలి. కిడ్నీలు ఎప్పటికప్పుడు వ్యర్థాలను బయటకు పంపిస్తూ శుభ్రంగా ఉండాలి. అప్పుడే మనం ఆరోగ్యంగా ఉంటాం. అయితే పలు రకాల ఆహారాలను తీసుకోవడం వల్ల కిడ్నీలను శుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ఉంచుకోవచ్చు. దీని వల్ల ఇతర వ్యాధులు రాకుండా కూడా అడ్డుకోవచ్చు.

కొబ్బరినీళ్లు, యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్..

కొబ్బరినీళ్లను రోజూ తాగడం వల్ల శరీరానికి ఎంతో మేలు జరుగుతుంది. దీని వల్ల శిరోజాలు, చర్మం సురక్షితంగా, ఆరోగ్యంగా అడ్డుకోవచ్చు. కిడ్నీలు శుభ్రంగా మారుతాయి. కొబ్బరినీళ్లలో ఉండే ఎలక్ట్రోలైట్స్ కిడ్నీలను సురక్షితంగా ఉంచుతాయి. అలాగే కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కూడా పనిచేస్తుంది. రోజూ ఉదయం పరగడుపునే ఒక గ్లాస్ గోరు వెచ్చని నీటిలో ఒక టీస్పూన్ యాపిల్ సైడర్ వెనిగర్ కలిపి తాగుతుంటే కిడ్నీలు క్లీన్ అయి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే బరువు తగ్గేందుకు కూడా ఇది ఎంతగానో పనిచేస్తుంది. షుగర్, కొలెస్ట్రాల్ స్థాయిలను సైతం అదుపులో ఉంచుతుంది. ఇక కిడ్నీలను ఆరోగ్యంగా ఉంచేందుకు గాను పలు పండ్లు కూడా సహాయం చేస్తాయి. స్ట్రాబెర్రెలు, చెర్రీలు, యాపిల్స్, క్రాన్ బెర్రీలు, డ్రాక్స్, సైనాపిల్ వంటి పండ్లను తింటుంటే మేలు జరుగుతుంది.

ఈ ఆహారాలు కూడా అవసరమే..

అరటి పండ్లు, నారింజ పండ్లలో పొటాషియం అధికంగా ఉంటుంది. ఇది శరీరంలోని సోడియం స్థాయిలను తగ్గిస్తుంది. దీని వల్ల కిడ్నీలు శుభ్రంగా మారి ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. అలాగే కాలిఫ్లవర్, క్యాబేజీ, ఎరుపు రంగు క్యాబేజీ, ముల్లంగి వంటి కూరగాయలను తింటున్నా కూడా కిడ్నీలు ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి. కోడిగుడ్డు తెల్ల సొస, స్పిన్ లెస్ చికెన్, చేపలు, అలివ్ ఆయిల్, వెల్లుల్లి, ఉల్లిపాయలు వంటి ఆహారాలను కూడా తీసుకోవచ్చు. అయితే కిడ్నీలు ఎల్లప్పుడూ శుభ్రంగా, ఆరోగ్యంగా ఉండేందుకు మనం ఆహారంలో ఉప్పు తీసుకోవడం తగ్గించాలి. సోడియం తక్కువగా ఉండే ఆహారాలను తినాలి. మద్యం సేవించడం, పొగ తాగడం మానేయాలి. ఆకుకూరలు, కూరగాయలను, పండ్లను తినేందుకు అధిక ప్రాధాన్యతను ఇవ్వాలి. అలాగే రోజూ నీళ్లను తగిన మోతాదులో తాగాలి. ఇలా ఆహారపు అలవాట్లను పాటిస్తూంటే కిడ్నీలు శుభ్రంగా ఆరోగ్యంగా ఉంటాయి.

బీట్ రూట్, నిమ్మరసం..

మనం బీట్ రూట్ ను అప్పుడప్పుడు తింటుంటాం. కానీ బీట్ రూట్ ను రోజూ ఆహారంలో కచ్చితంగా భాగం చేసుకోవాలి. బీట్ రూట్ లో పొటాషియం, నైట్రిట్లు, యాంటీ ఆక్సిడెంట్లు అధికంగా ఉంటాయి. ఇవి కిడ్నీలను శుభ్రం చేసి ఆరోగ్యంగా ఉంచుతాయి. రోజూ ఒక కప్పు బీట్ రూట్ ముక్కలను తింటుండాలి. లేదా ఒక కప్పు బీట్ రూట్ జ్యూస్ ను అయినా తాగవచ్చు. దీని వల్ల కిడ్నీల ఆరోగ్యం మెరుగు పడుతుంది. కిడ్నీ వ్యాధులు రాకుండా ఉంటాయి. అలాగే కిడ్నీల ఆరోగ్యానికి నిమ్మరసం కూడా ఎంతగానో పనిచేస్తుంది. నిమ్మరసంలో విటమిన్ సి ఉంటుంది. ఇది కిడ్నీలను శుభ్రం చేస్తుంది. కిడ్నీ ప్రోఫు ఏర్పడకుండా రక్షిస్తుంది. కిడ్నీల పనితీరు మెరుగు పడేలా చేస్తుంది. అదే విధంగా అల్లం రసం కూడా ఎంతగానో మేలు చేస్తుంది. రోజూ ఉదయం పరగడుపునే అల్లం రసాన్ని ఒక టీస్పూన్ మోతాదులో తాగుతుంటే ఎంతగానో ఫలితం ఉంటుంది.



