

ప్రభాత

జయభేరి

ఎడిటర్ మోతె రఘు తిరుపతి రెడ్డి
మేడ్చల్ - మల్కాజిగిరి | బుధవారం 24-06-2026
Medchal - Malkajigiri | Wednesday 24-06-2026

ప్రజల పక్షాన అక్షర యజ్ఞం

సంపుటి : 03 | సంఛిక : 23
పేజీలు : 8 | వెల : 5
Vol. 03 | Issue 23 | Pages : 8 | ₹ : 5

Follow: jayabherinews

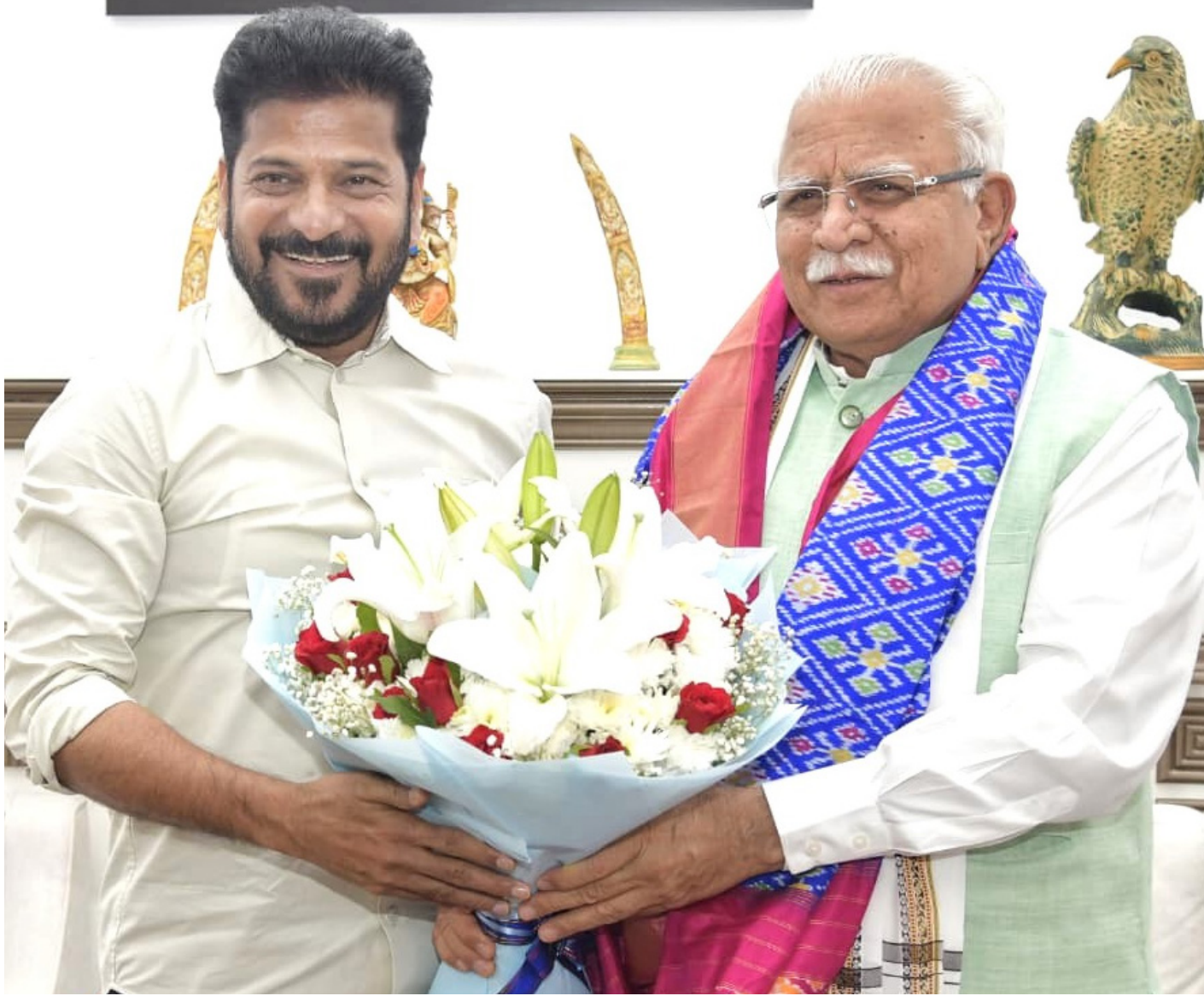
విలేకర్లు కావాలెను

మీకు జర్నలిజంలో ఆసక్తి ఉందా?
సమస్యల్ని ప్రశ్నించేందుకు సరైన అస్త్రం కోసం ఎదురు చూస్తున్నారా?
మీకు అవకాశం కల్పించేందుకు మేము సిద్ధంగా ఉన్నాం...!

ప్రభుత్వానికి ప్రజలకి మధ్య వారధిగా ఉంటా..
డిజిటల్ మీడియా రంగంలో సరికొత్త హంగులతో మీ అరచేతిలో...
"జయభేరి" తెలుగు దినపత్రిక.. సీకో చక్కని వేదికగా నిలుస్తుంది...

9391 544 889
call me

jayabheripaper@gmail.com



రేవంత్ వరుస భేటీలు

కేంద్రమంత్రులతో సమావేశం ఏర్పాటు చేశానన్న కిషన్

జయభేరి, హైదరాబాద్, జూన్ 23 :
తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి మేరకు కేంద్ర రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ తో సమావేశం ఏర్పాటు చేసినట్లు కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డి తెలిపారు. గత రెండు రోజులుగా ఢిల్లీలో రేవంత్ రెడ్డి పలువురు కేంద్ర మంత్రులతో భేటీ అయ్యారు. తాను సమస్యలను చేసినట్లు వెల్లడించారు. జూన్ 22న అశ్వినీ వైష్ణవ్ తో సమావేశం జరిగిందని కిషన్ రెడ్డి వెల్లడించారు. ఇవాళ కేంద్ర గృహనిర్మాణ, పట్టణ వ్యవహారాల శాఖ మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్, అశ్వినీ వైష్ణవ్ తో కలిసి మరో సమావేశం నిర్వహించినట్లు చెప్పారు. ఈ సమావేశాలు సానుకూల వాతావరణంలో జరిగాయని పేర్కొన్నారు. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి తనకు రెండుసార్లు లోబ రాని కేంద్ర

మంత్రులతో భేటీకి అవకాశం కల్పించాలని కోరినట్లు తెలిపారు. కేంద్ర మంత్రివర్గంలో తెలంగాణ ప్రతినిధిగా రాష్ట్ర అభివృద్ధి, ప్రజల సంక్షేమం కోసం ఎప్పుడూ కృషి చేస్తానని కిషన్ రెడ్డి స్పష్టం చేశారు. తెలంగాణకు సంబంధించిన అభివృద్ధి అంశాల్లో తన వంతు సహకారం అందిస్తానని తెలిపారు. హైదరాబాద్ మెట్రో రైలు స్వాధీనం, ఫేజ్ 2 విస్తరణపై కేంద్ర మంత్రులతో సీఎం రేవంత్ రెడ్డి జరిపిన చర్చలు విజయవంతమయ్యాయి. హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్ I స్వాధీనం, ఫేజ్ 2 విస్తరణకు ఉన్న అటంకాలను తొలగించేందుకు రెండు రోజులపాటు కేంద్ర మంత్రులతో రేవంత్ జరిపిన చర్చలు సక్సెస్ అయ్యాయి. తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి ఢిల్లీ పర్యటనలో బీజీబీగా గడుపుతున్నారు. రాష్ట్రానికి రావాల్సిన నిధులతో పాటు పలు ప్రాజెక్టులకు అనుమతుల కోసం పరుసగా కేంద్ర మంత్రులతో రేవంత్ రెడ్డి భేటీ అవుతున్నారు. సీఎం రేవంత్ రెడ్డి నేటి (గురువారం)

రం) ఉదయం కేంద్ర గృహనిర్మాణ, పట్టణాభివృద్ధి శాఖ మంత్రి మనోహర్ లాల్ ఖట్టర్ కీలకంగా సమావేశం అయ్యారు. నేడు సైతం కేంద్ర మంత్రి కిషన్ రెడ్డితో కలిసి సీఎం రేవంత్ రెడ్డి.. కేంద్ర మంత్రి ఖట్టర్ నివాసానికి వెళ్లి దాదాపు 45 నిమిషాల పాటు చర్చలు జరిపారు. ఈ సమావేశంలో కేంద్ర రైల్వే శాఖ మంత్రి అశ్వినీ వైష్ణవ్ కూడా పాల్గొన్నారు. ఈ సందర్భంగా హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్ I వాల్యూయేషన్, స్వాధీనానికి అవసరమైన లోన్ సేకరణ, రుణ సంస్థ ఎంపిక, మెట్రో ఫేజ్ II విస్తరణ, నిర్మాణ వ్యయం, అందుకు అవసరమైన రుణాల సేకరణ తదితర అంశాలను అధ్యయనం చేసేందుకు కన్సల్టెంట్ ను నియమించాలని కేంద్ర మంత్రులు, సీఎం రేవంత్ సమావేశంలో ఏకాభిప్రాయానికి వచ్చారు. ఈ సందర్భంగా హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్ I వాల్యూయేషన్, స్వాధీనానికి అవసరమైన లోన్ సేకరణ, రుణ సంస్థ ఎంపిక, ...మిగతాది 2 లో

పద్మశ్రీ అందుకున్న రోహిత్ శర్మ

పురస్కారం అందించిన రాష్ట్రపతి
డెబ్యూ చేసిన 19 ఏళ్లకు అవార్డు

జయభేరి, న్యూఢిల్లీ :
భారత క్రికెట్ మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మ 'పద్మశ్రీ' అవార్డును మంగళవారం (జూన్ 23, 2026) ఢిల్లీలో అందుకున్నారు. రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము చేతుల మీదుగా అతడు ఈ పురస్కారాన్ని స్వీకరించారు. రోహిత్ కెప్టెన్సీలో భారత్ కు టీ20 ప్రపంచకప్ 2024, ఛాంపియన్స్ ట్రోఫీ 2025 అందించినందుకు కేంద్రం ఈ గౌరవాన్ని ప్రకటించింది. విశేషమేమీ ఉంటే, రోహిత్ 2007 జూన్ 23న అంతర్జాతీయ క్రికెట్లోకి అరంగేట్రం చేయగా, సరిగ్గా 19 ఏళ్ల తర్వాత అదే రోజున ఈ అవార్డు అందుకున్నారు. భారత క్రికెట్ జట్టు మాజీ కెప్టెన్ రోహిత్ శర్మకు అరుదైన గౌరవం దక్కింది. దేశంలోని అత్యున్నత పౌర పురస్కారాల్లో ఒకటైన పద్మశ్రీ అవార్డును మంగళవారం (జూన్ 23, 2026)న అందుకున్నారు. ఢిల్లీలో జరిగిన కార్యక్రమంలో భారత రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము రోహిత్ కు ఈ పురస్కారాన్ని అందించారు. ఈ విధాని జనవరిలోనే రోహిత్

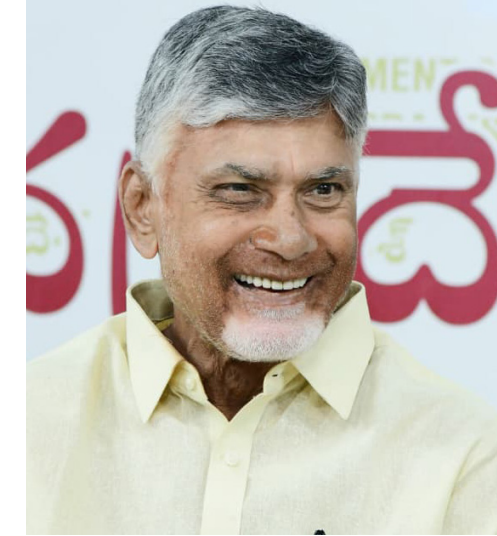


శర్మతో పాటు భారత మహిళల జట్టు కెప్టెన్ హార్మన్ ప్రీత్ కౌర్ కు కూడా పద్మశ్రీ ప్రకటించారు. హార్మన్ ప్రీత్ గత నెలలో అవార్డు అందుకోగా, రోహిత్ శర్మ వ్యక్తిగత కారణాలతో అప్పుడు హాజరుకాలేకపోయాడు. ...మిగతాది 2 లో

ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు డబుల్ ధరమాకా

ఏపీ ప్రభుత్వం కీలక నిర్ణయం
పదవీ విరమణ వయసు పెంపు

జయభేరి, విజయవాడ, జూన్ 23 :
ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం.. ఉద్యోగులకు డబుల్ ధరమాకా ప్రకటించింది. రాష్ట్రంలోని సుమారు 30 వేల మంది ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు టీపీకీలకు వినిపించింది. సీఎం చంద్రబాబు నాయుడు అధ్యక్షతన మంగళవారం జరిగిన ఏపీ కేబినెట్ సమావేశంలో.. మంత్రివర్గం పలు కీలక ప్రతిపాదనలకు ఆమోదం తెలిపింది. ప్రభుత్వరంగ సంస్థలు, సాఫ్ట్వేరు, గురుకులాలలో పనిచేసే ఉద్యోగుల పదవీ విరమణ వయసు పెంచే ప్రతిపాదనకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. వారి పదవీ విరమణ వయస్సును 60 సంవత్సరాల నుంచి 62 సంవత్సరాలకు పెంచుతూ నిర్ణయం తీసుకుంది. అలాగే 2004 ఏడాదికి ముందు.. నోటిఫికేషన్ ద్వారా నియమితులైన 11 వేల మంది ఉద్యోగులకు CPS నుంచి OPS అమలు చేసేందుకు గ్రీన్ సిగ్నల్ ఇచ్చింది. సుదీర్ఘ కాలంగా పెండింగ్ లో ఉన్న సమస్యకు పరిష్కారం దొరకటంతో ఉద్యోగులు హర్షం వ్యక్తం చేస్తున్నారు. మరోవైపు ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం తీసుకున్న నిర్ణయాన్ని ఏపీ సచివాలయ సీపీఎస్ అసోసియేషన్ స్వాగతించింది. OM నెం.57 అమలుపై హర్షం వ్యక్తం చేసింది. ఆంధ్రప్రదేశ్ ప్రభుత్వం నిర్ణయంతో రాష్ట్రంలోని 11 వేల మంది కాంట్రీబ్యూటరీ షిఫ్ట్ సిస్టమ్ ఉద్యోగులకు లబ్ధి కలుగుతుందని అసోసియేషన్ ప్రతినిధులు హర్షం వ్యక్తం చేశారు. అలాగే వెటరన్, ఫ్యామిలీ



సీపీఎస్ కంట్రీబ్యూషన్ పైనా ప్రభుత్వం స్పష్టత ఇచ్చింది. 2017 నుంచి అవరిష్టుతంగా ఉన్న సమస్యకు పరిష్కారం చూపించింది. ఉద్యోగుల గ్రాడ్యూటీ మేరకు ఫ్యామిలీ షిఫ్ట్ మంజూరు చేయాలని నిర్ణయం తీసుకుంది. మరోవైపు ఏపీ కేబినెట్ సమావేశంలో ప్రభుత్వ ఉద్యోగులకు సంబంధించిన నిర్ణయాలతో పాటుగా.. పెట్టుబడులు, బడ్జెట్, టూరిజం రంగాల ప్రతిపాదనలకు కూడా ...మిగతాది 2 లో



మెట్రో కష్టాలు ఇంతింతకాదయా

సుమారు రూ.1,461 కోట్లు ఖర్చు

జయభేరి, హైదరాబాద్, జూన్ 23 :
తెలంగాణ ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి హైదరాబాద్ మెట్రోను ప్రభుత్వం స్వాధీనం చేసుకున్న విషయంలో ఆర్కాటుంగా ప్రకటనలు చేస్తూ, తర్వాత కేంద్రం అడ్డుపడుతోందని ఆరోపిస్తున్నారు. ఇది రాజకీయ డైరెక్షన్ గా మారినందుకు విమర్శలు వస్తున్నాయి. అయితే వాస్తవాల, ఆర్థిక సహజ, కేంద్ర-రాష్ట్ర సంబంధాలను పరిశీలిస్తే ఈ విషయం మరింత సంక్లిష్టంగా కనిపిస్తుంది. హైదరాబాద్ మెట్రో ఫేజ్ -1ను ఎల్ అండ్ టీ నిర్వహిస్తోంది. ఇది సప్టెంబర్ 2025లో, ఆర్థిక భారం కారణంగా లీజ్ పడుకోవాలని నిర్ణయించింది. తెలంగాణ ప్రభుత్వం దీనిని స్వాధీనం చేసుకుని, హైదరాబాద్ మెట్రో రైల్ లిమిటెడ్ ద్వారా 100 శాతం ఈక్విటీని సొంతం చేసుకుంది. ఇందుకు సుమారు రూ. 1,461 కోట్లు ఖర్చు అయింది. ఎల్ అండ్ టీకి చెల్లించాల్సిన బకాయిలు, రుణాలు క్లియర్ చేయడం ఈ టేకోవర్ కు ముఖ్య కారణం. ఇది ఫేజ్ -2 విస్తరణకు మార్గం సుగమం చేస్తుందని ప్రభుత్వం చెబుతోంది. అయితే ఎవరూ సూచించకుండానే టేకోవర్ చేశారని, రాజకీయ నేపథ్యం ఉందని విమర్శలు ఉన్నాయి. రూ. 13,600 కోట్ల వరకు ఉన్న రుణాలు, ఇవి ఇంతకు ముందు బ్యాంకుల నుంచి 8.25% వడ్డీకి తీసుకున్నవి. ...మిగతాది 2 లో

సెల్ గోల్ చేసుకుంటున్న కవిత

రాజకీయ వ్యూహకర్త ప్రశాంత్ కిషోర్ తో మాడు రోజుల పాటు సుదీర్ఘంగా మేథోమథనం
చంద్రబాబును బూచిగా చూపిస్తే తెలంగాణ సమాజంలో కొంతవరకు పాలిటికల్ అడ్వాంటేజ్ పొందే అవకాశం

జయభేరి, హైదరాబాద్, జూన్ 23 :
సీ బిలం, సామర్థ్యం ఎంతో తెలియాలంటే సీ ప్రత్యర్థిని బట్టి తెలుస్తుంది. అంటే సీ పు ఎంచుకునే ప్రత్యర్థిని బట్టి సీ స్థాయి ఖరారవుతుంది. రాజకీయంలో ఇది వంద శాతం నిజం. తెలంగాణ రక్షణ సేన పేరుతో రాజకీయం చేస్తున్న కల్పకుంట్ల కవిత ఉద్దేశ్యం కవిత తరహా రాజకీయ నేత అయ్యేందుకు చేస్తున్న ప్రయత్నాలు అక్కడే బెదిసికొట్టాయి. తెలంగాణలో కనీసం ఉనికి లేని జనసేన పార్టీని ఆమె ప్రత్యర్థిగా ఎంచుకున్నారు. రోజూ పవన్ పై విమర్శలు చేస్తూ.. ఆది రాజకీయంగా గడిపేస్తున్నారు. రాజకీయ వ్యూహకర్త ప్రశాంత్ కిషోర్ తో మాడు రోజుల పాటు సుదీర్ఘంగా మేథోమథనం జరిపి.. తన సరికొత్త పార్టీ స్టాటస్ ని, భవిష్యత్తు యాక్సన్ ప్లాన్ ను, ప్రజల్లోకి వెళ్లే విస్తృత లైన్ ను ఆమె నిర్ణయం చేసుకున్నట్లు పాలిటికల్ సర్కిల్స్ లో పెద్ద ప్రచారమే జరిగింది. కానీ, ఆ కాన్సెప్టును పీకే ఇచ్చిన గ్రెడ్ లైన్ ను ఆమె ఎంతవరకు ఒంటబట్టించుకున్నారనేది ఇప్పుడు పెద్ద ప్రశ్నార్థకంగా మారింది. పీకే మార్క్ పాజిటివ్ పాలిటిక్స్ ను పక్కనబెట్టి, ఆమె ఎం



చుకున్న సరికొత్త పాలిటికల్ లైన్ చూసి సొంత పార్టీ శ్రేణులే ముక్కున వేలేసుకుంటున్నాయి. తెలంగాణ రాజకీయాల్లో సెంటిమెంట్ ను రగిల్చాలన్నా, రాజకీయంగా మైలేజ్ సాధించాలన్నా ఇప్పటికీ నారా చంద్రబాబు నాయుడును టార్గెట్ చేయడం ఒక సంప్రదాయ ఆయుధంగా వస్తోంది. చంద్రబాబును బూచిగా చూపిస్తే ...మిగతాది 2 లో



ఏసీబీ చేతిలో అవినీతి తిమింగళం

నిజామాబాద్ జిల్లా ప్రాహిబిషన్ అండ్ ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ కె. మల్లారెడ్డి
మల్లారెడ్డి అక్రమాస్తుల గుట్టు రట్టు చేసేందుకు ఏసీబీ ఏకంగా 11 ప్రత్యేక బృందాలు

జయభేరి, హైదరాబాద్, జూన్ 23 :
తెలంగాణలో అవినీతి తిమింగళాల వేటను యాంటీ కరప్షన్ బ్యూరో మరింత ఉద్యతం చేసింది. ఆదాయానికి మించిన ఆస్తులు కలిగి ఉన్నారనే నమ్మదగిన సమాచారంతో నిజామాబాద్ జిల్లా ప్రాహిబిషన్ అండ్ ఎక్సైజ్ సూపరింటెండెంట్ ...మిగతాది 2 లో

తెలంగాణ ఉద్యమంలో జర్నలిస్టులు కీలక పాత్ర పోషించారు

...మిగతాది 6 లో

అంతర్జాతీయ నకిలీ పత్తి విత్తనాల ముఠాను పట్టుకున్న పోలీసులు

జయభేరి, తుర్కవల్లి, జూన్ 23 :

అంతర్జాతీయ నకిలీ పత్తి విత్తనాల ముఠాను పట్టుకున్న సంఘటన తుర్కవల్లి మండల కేంద్రంలో జరిగింది. మంగళవారం డిఎస్పీ శ్రీనివాస్ నాయుడు తెలిపిన వివరాల ప్రకారం విశ్వసనీయ సమాచారంపై తుర్కవల్లి పోలీసులు, వ్యవసాయ శాఖ అధికారులతో కలిసి తుర్కవల్లి బస్సు స్టాండ్ ముందర దొంగపాడు మల్లికార్జునరావు అనే వ్యక్తిని అదుపులోకి తీసుకు స్పట్టు. అతను గుంటూరు నుండి సిద్దిపేట వరకు నిషేధిత బీజీ 11 పత్తి విత్తనాలను అక్రమంగా తరలిస్తూ విక్రయించేందుకు ప్రయత్నిస్తున్నట్లు గుర్తించి అతనిని విచారించగా ఏ 1 దొంగపాటి మల్లికార్జున్ రావు, చిత్రావతి జిల్లాకు చెందిన ఎ 2 శంకర్ తో కలిసి తెలంగాణ రాష్ట్రంలో అక్రమంగా నకిలీ బీజీ 11 పత్తి విత్తనాలను కొనుగోలు చేసి రవాణా చేసి విక్రయించేందుకు కుట్ర పన్నినట్లు వెల్లడైంది. పోలీసులు ప్రశ్నించగా తాము రైతులకు అధిక దిగుబడి వస్తుందని, మంచి పంట ఉత్పత్తి కలుగుతుందని తప్పుడు సమాచారం చేస్తూ నకిలీ విత్తనాలను విక్రయించేందుకు తీసుకోతున్నట్లు ఒప్పుకున్నారు. మొత్తం ఐదు సంవత్సరాలకు బిల్లా బీజీ 11999 పెరకుతో నకిలీ పత్తి విత్తనాల ప్యాకెట్లు 70 కిలోలు, రెండు సంవత్సరాల విడివిడిగా ఉన్న నకిలీ కల్తీ పత్తి విత్తనాలు 80 కిలోలు మూడు సంవత్సరాల సాధనం చేసిన విత్తనాల నిల్వ రవాణా విక్రయాలకు సంబంధించి నిందితుడు ఎటువంటి



చెల్లుబాటు అయ్యే లైసెన్సు, బిల్లులు, ఇన్సూయన్సు, రవాణా అనుమతులు స్టాక్ రిజిస్ట్రేషన్ లేదా అధికార పత్రాలు సమర్పించలేకపోయారు. పరారీలో ఉన్న 82 శంకర్ను పట్టుకునేందుకు ప్రత్యేక చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని అన్నారు.

విఫలం అవడం రైతులు తీవ్ర ఆర్థిక నష్టాలు చెవి చూడాలి నా పరిస్థితి ఏర్పడవచ్చు అని ఈ నకిలీ విత్తనాలు నిర్దేశిత నాణ్యత ప్రమాణాలకు అనుగుణంగా ఉండవని వ్యవసాయ ఉత్పాదకత ప్రతికూల ప్రభావం చూపుతాయని ఇలాంటి విత్తనాల నిరంతర వినియోగం భూసారాన్ని దెబ్బతీయటమే కాకుండా నేల కాలిపోవడం వంటలు

తీయవచ్చని, రైతులు అందుకు పురుగుల మందులు ఎరువులు తిరిగి విత్తనం కోసం అధిక ఖర్చు చేయాల్సి రావడంతో సాగు చేయడం పెరుగుతుందని అన్నారు. ఈ విధమైన అక్రమ కార్యకలాపాలు రైతు సమాజానికి వ్యవసాయ రంగానికి తీవ్రమైన ముప్పు మార్చుతుందని అన్నారు. భువనగిరి జిల్లా పోలీసులు రైతులకు భారీ ఆర్థిక నష్టం కలిగించే నకిలీ విత్తనాల వ్యాపారాన్ని అరికట్టేందుకు కట్టు దిట్టమైన చర్యలు తీసుకుంటున్నామన్నారు. నకిలీ విత్తనాల తయారీ రవాణా విక్రయాల్లో పాల్గొంటున్న మూలాలను గుర్తించి నిర్మూలించేందుకు నిరంతర చర్యలు కొనసాగుతున్నాయని అన్నారు. ఈ అక్రమ కార్యకలాపాల్లో పాల్గొనే ప్రతి ఒక్కరిపై కఠినమైన చట్టపరమైన చర్యలు తీసుకోబడతాయని అన్నారు. నకిలీ విత్తనాల నిల్వ విక్రయం లేదా రవాణా గురించి విశ్వసనీయ సమాచారం తెలిపిన రైతులు ప్రజలు పోలీసులకు సమాచారం అందించి సహకరించాలని విజ్ఞప్తి చేశారు. రైతుల ప్రయోజనాల పరిరక్షణ కోసం తగిన చర్యలు తీసుకోబడతాయని అన్నారు. ఈ ఆపరేషన్ లో జిల్లా ఎస్పీ ఆకాంక్ష యాదవ్, ప్రత్యేక పర్యవేక్షణలో అదనపు ఎస్పీ లక్ష్మీనారాయణ సహకారంతో నిర్వహించినట్లు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమంలో సీఐ శంకర్ గౌడ్, తుర్కవల్లి ఎస్సై మహమ్మద్ తక్విద్దీన్, మండల వ్యవసాయ అధికారి శ్రీ ఉమా, మండల పోలీసు సిబ్బంది తదితరులు పాల్గొన్నారు.



భక్తి శ్రద్ధలతో మొహర్రం వేడుకలు

జయభేరి, యాదగిరిగుట్ట, జూన్ 23:

యాదగిరిగుట్ట పట్టణంలో పాటు మండలంలోని అన్ని గ్రామాల్లో మొహర్రం పండుగను ఘనంగా జరుపుకుంటున్నారు. మొహర్రం ప్రపంచ వ్యాప్తంగా సంతాప దినాలుగా కొలుస్తున్నా తెలుగు రాష్ట్రాల్లో చూడతూ హిందువులు ముస్లింలు కలిసి మొహర్రం సందర్భంగా పీర్ పండుగను ఘనంగా జరుపుకుంటున్నారు. యాదగిరిగుట్ట పట్టణంలో పాటు మండలంలోని అన్ని గ్రామాల్లో పీర్ పండుగ నిలబెట్టి మటికిటి తీసి దబ్బు చప్పుళ్ల మధ్య ఊరేగిస్తున్నారు. యాదగిరిగుట్ట పట్టణంలోని బీసీ కాలనీ, గుండ్లపల్లి, యాదగిరిపల్లి, గణేష్ నగర్ తో పాటు మండలంలోని మానాయిపేట, సైదాపూరు, గౌరాయపల్లి, వంగపల్లి, రాజ్ జనగాం, దాతూరుపల్లి, చిన్నకందుకూరు, పెద్దకందుకూరు, బాహుపేట, తాళ్లగూడెం, సామవెళ్లితో పాటు తదితర గ్రామాల్లో పీర్ పండుగను ఘనంగా జరుపుకుంటున్నారు. చిన్నా పెద్దా తేడా లేకుండా పీర్ పండుగను సంతోషంగా గడుపుతున్నారు.

ప్రాథమిక పాఠశాలలో బాలసభ కార్యక్రమం



జయభేరి, తుర్కవల్లి, జూన్ 23 :

తుర్కవల్లి మండలం వెంకటాపూరు గ్రామంలోని ప్రాథమిక పాఠశాలలో బాలసభ కార్యక్రమాన్ని మంగళవారం ఘనంగా నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా గ్రామ సర్పంచి కల్లె మాధవ్ కిరణ్ మాధవ్ గౌడ్ విద్యార్థులను ఉద్దేశించి మాట్లాడారు. బాలల విద్య వ్యక్తిత్వం వికాసం, శ్రమశిక్షణ నాయకత్వ లక్షణాల ప్రాముఖ్యతను వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ప్రధానోపాధ్యాయులు సాజన్య, కార్యదర్శి నవీన్, వార్డు సభ్యులు కొడపాక అక్షిత మహాష్, నార నాగరాజు, పల్లెపాటి అనీల్, గుంటి లావణ్య, గ్రామ శాఖ అధ్యక్షుడు వేముల దశరథ, అంగన్వాడీ డివీజన్ నారా స్వప్న, ఆశ వర్కర్ ఆరుణ వనజ, విద్యార్థులు పాల్గొన్నారు.

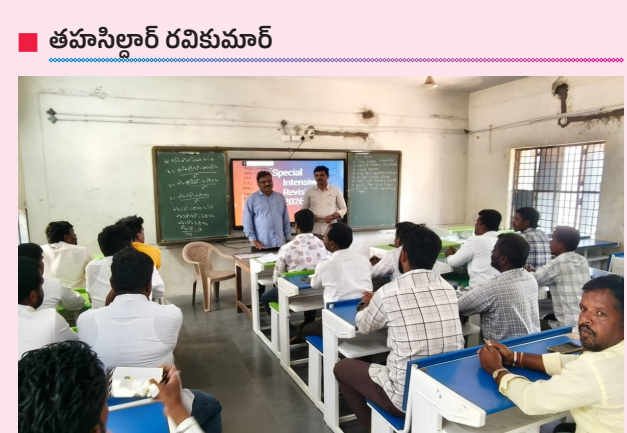
జడ్పీ హెచ్ఎస్ పాఠశాలకు, గ్రామపంచాయతీకి కంప్యూటర్ల విరాళం



జయభేరి, తుర్కవల్లి, జూన్ 23 :

తుర్కవల్లి మండలం దత్తాయపల్లి గ్రామానికి చెందిన ఆలువల ఎల్లయ్య తమ్ముడు సవీన్ జ్ఞాపకార్ధం రెండు కంప్యూటర్లను జిల్లా పరిషత్ ఉన్న పాఠశాలకు, గ్రామపంచాయతీకి కంప్యూటర్ల అలువల వెంకటేశ్వర్ అందజేయడం అభినందనీయమని సర్పంచ్ జేపీఠుల కరుణాకర్ అన్నారు. నేటి డిజిటల్ కంప్యూటర్ విద్య ప్రతి విద్యార్థికి ఎంతో అవసరమని విద్యార్థుల భవిష్యత్తును దృష్టిలో పెట్టుకొని కంప్యూటర్లు అందించడం ద్వారా ఆధునిక సాంకేతిక పరిజ్ఞానం నేర్చుకునే అవకాశం కల్పించాలని అన్నారు. సమాజ అభివృద్ధికి విద్య అత్యంత ముఖ్యమైన సాధనమని గ్రామీణ ప్రాంతాల్లో విద్యార్థులు సాంకేతిక పరిజ్ఞానాన్ని అందించుకోవాలంటే అవసరమైన వనరులు అందుబాటులో ఉండాలని అన్నారు. ఈ లక్ష్యంతో పాఠశాలకు కంప్యూటర్లు విరాళంగా అందజేయడం వెంకటేశ్వర్ మానవత్వానికి నిలువెత్తు నిదర్శనం అని అన్నారు. ఈ కార్యక్రమంలో కారోబారి ఎరుకల స్వామిగౌడ్ పాల్గొన్నారు.

ఎన్నికల సంఘ నిబంధనలను పాటించాలి



జయభేరి, తుర్కవల్లి, జూన్ 21 :

ఎన్నికల సంఘ నిబంధనలను పాటించాలని తహసీల్దార్ రవికృష్ణ అన్నారు. మంగళవారం తుర్కవల్లి మండల కేంద్రంలో గుర్తింపు పొందిన కేంద్ర రాష్ట్ర పాఠశాల ద్వారా క్షేత్రస్థాయిలో బాలల వారిగా స్వచ్ఛమైన ఓటర్ జాబితాను తయారు చేయడంలో బిఎల్ఎ లకు సహాయం చేయటం నియమించబడిన బిఎల్ఎ లకు అవగాహన కార్యక్రమాన్ని నిర్వహించారు. ఈ సందర్భంగా ఆయన మాట్లాడుతూ బిఎల్ఎలు వారి విధుల్లో భాగంగా వివిధంగా ఓటర్ జాబితాను పరిశీలించాలి, కొత్త ఓటర్లను ఎలా సమాచారం చేయాలి, తప్పులను గుర్తించి వివిధంగా సరి చేయాలి, అర్హతైన ఓటర్లపై అభ్యంతరాలు వివిధంగా ఇవ్వాలి, సర్ 2026 ఎన్నికలలో పాటించాల్సిన నిబంధనలను అందించాలి ఎలా స్వీకరించాలి, ఎన్నికల సంఘం నిబంధనలు వివిధంగా పాటించాలో అవగాహన కార్యక్రమంలో వివరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో గ్రామాలకు చెందిన బిఎల్ఎలు, ట్రైనర్ అశోక్ పాల్గొన్నారు.

దేవరకర్తకు.. బ్రహ్మోస్..

- దేవరకర్త చరిత్రలో సువర్ణ అధ్యాయం..
- బ్రహ్మోస్ వస్తే.. భారీ ఉపాధి..
- ఫలింబిన దేవరకర్త ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ కృషి
- ఎమ్మెల్యేకు ప్రజల అభినందనల వెల్లువ
- మిస్సైల్ కేంద్రం వస్తే 5000 మందికి ఉపాధి
- కేంద్ర రక్షణ శాఖ మంత్రి, ముఖ్యమంత్రిలకు ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ కృతజ్ఞతలు

జయభేరి, దేవరకర్త :

బ్రహ్మోస్ మిస్సైల్ కేంద్రం వస్తే భారీ ఉపాధి లభించే అవకాశం ఉంది. ఈ విషయంలో ఆశాజనక సంతకాలు స్పష్టంగా కనిపిస్తున్నాయి. ఈ మిస్సైల్ కేంద్రం ముంబాయి విషయంలో మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకర్త నియోజకవర్గ ఎమ్మెల్యే జి. మధు సూదన్ రెడ్డి (జిఎంఆర్) కృషి ఎంతగానో ఉంది. దీంతో ఆయనకు ప్రజల నుండి అభినందనలు వెల్లువెత్తుతున్నాయి. దేవరకర్త మండలంలో బ్రహ్మోస్ మిస్సైల్ కేంద్రం ఏర్పాటుకై సంపూర్ణ సహకారం అందించిన రక్షణ శాఖ మంత్రి రాజ్ నాథ్ సింగ్, తెలంగాణ రాష్ట్ర ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి లకు దేవరకర్త ఎమ్మెల్యే మధుసూదన్ రెడ్డి ప్రత్యేక ధన్యవాదాలు తెలియజేశారు. పాలమూరు జిల్లా దేవరకర్త నియోజకవర్గం



దేవరకర్త మండలంలో బ్రహ్మోస్ మిస్సైల్ తయారీ యూనిట్ రాబోతుంది. దానికి కావలసిన 400 ఎకరాల స్థలం విషయం టీజిఐసీ కేంద్ర రక్షణ శాఖ మంత్రి, సీఎం రేవంత్ ఛేటిలో చర్చకు రావడం జరిగింది. మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకర్త నియోజక వర్గం, దేవరకర్త మండలంలోని బిస్నాయపల్లి చౌదర్ పల్లి గ్రామం మధ్య 400 ఎకరాల

ప్రభుత్వ భూమి అందుబాటులో ఉంది. దీనిని ఉచితంగా అప్పగించేందుకు ప్రభుత్వం సానుకూలత వ్యక్తం చేసింది. టీజిఐసీ సుచి కూడా ఈమేరకు రక్షణ శాఖకు లేఖ కూడా రాయడం జరిగింది. గత ఏడాది బ్రహ్మోస్ డి ఆర్ ఓ సందర్భం చెందిన ఉన్నతాధికారులు చౌదర్ పల్లి భూముల్లో పర్యటించడం జరిగింది. బ్రహ్మోస్ క్షిపణుల పరిశోధన, తయారీకి ఈ ప్రాంతం అనుకూలమే అని సంతకాలు కూడా అప్పట్లో ఇచ్చారు. ప్రత్యక్షంగా, పరోక్షంగా 5 వేల మందికి ఉపాధి దక్కే అవకాశం ఉంది. అదనంగా మరో 100 ఎకరాలు అవసరమైతే కూడా భూ సేకరణ సులువుగా పూర్తవుతుందని అధికార వర్గాలు హామీలు ఇచ్చారు. ఈ యూనిట్ ఏర్పాటుకు చర్యలు తీసుకోవాలని సీఎం రేవంత్ రెడ్డికి దేవరకర్త శాసన సభ్యులు ఎమ్మెల్యే మధు సూదన్ రెడ్డి విజ్ఞప్తి ఇవ్వడంతో చేయడం జరిగిందన్నారు.

అందుబాటులో లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్లు

- నిర్మల ఆసుపత్రిలో కుర్రాపాటి లాప్రోస్కోపిక్ సెంటర్ ఎంఓయూ
- తొర్రూరు కేంద్రంగా అందుబాటు ధరల్లో లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్లు

జయభేరి, తొర్రూరు, జూన్ 23 :

రోగులకు ప్రయోజనం చేకూర్చే మినిమల్ ఇన్వేసివ్ విధానాన్ని కలిగి ఉన్న లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్లు గ్రామీణ ప్రాంతాలకు విస్తరిస్తున్నట్లు కుర్రాపాటి అధ్యాక్షుడు లాప్రోస్కోపిక్ సెంటర్ నిర్మాణం ద్వారా కుర్రాపాటి రమేష్, నిర్మల ఆసుపత్రి నిర్వాహకులు డాక్టర్ రంజిత్ కుమార్ లు తెలిపారు. అధునాతన ఆపరేషన్లు నిర్వహించేందుకు తొర్రూరులోని నిర్మల ఆసుపత్రిలో హనుమకొండ కుర్రాపాటి అధ్యాక్షుడు లాప్రోస్కోపిక్ సెంటర్ నిర్మాణం చేపట్టారు. ఈ మేరకు మంగళవారం పట్టణంలోని నిర్మల ఆసుపత్రిలో నిర్వహించిన ప్రత్యేక కార్యక్రమంలో ఎం. ఓ. యు ఒప్పంద పత్రాలను నిర్మల ఆసుపత్రి నిర్వాహకులు డాక్టర్ రంజిత్ కుమార్, కుర్రాపాటి రమేష్ లు పరస్పరం మార్చుకున్నారు. ఈ సందర్భంగా వారు మాట్లాడుతూ తొర్రూరు పంటి గ్రామీణ ప్రాంతాలకు సైతం అధునాతన



లాప్రోస్కోపిక్ సేవలు అందుబాటులోకి తెచ్చే ఉద్దేశంతో కుర్రాపాటి లాప్రోస్కోపిక్ సెంటర్లో నిర్మల ఆసుపత్రి ఒప్పందం కుదుర్చుకుందని తెలిపారు. సంప్రదాయ ఆపరేషన్లకు భిన్నంగా లాప్రోస్కోపిక్ విధానంలో చిన్నపాటి రంధ్రాల సాయంతో జల్లెడ లాంటి మిషన్ ను అమర్చి సులువుగా హెర్నియా వంటి సమస్యను పరిష్కరించవచ్చని తెలిపారు. లాప్రోస్కోపిక్ పద్ధతిలో పెద్ద ఆపరేషన్ల మాదిరి వారాల తరబడి ఆసుపత్రిలో ఉండాల్సిన అవసరం లేదని, చాలావరకు ఆపరేషన్లు చేసిన 24 నుండి 48 గంటలలో

పు రోగిని డిశ్చార్జ్ చేయవచ్చని తెలిపారు. ప్రస్తుతం పితాశయం తొలగించు, అపండి స్టెటిస్, హెర్నియా, గర్భాశయ సమస్యలు (గడ్డలు, ఫైబ్రాయిడ్స్), మరియు బేరియాట్రిక్ (బరుపు తగ్గించే) సర్జరీలకు ఈ లాప్రోస్కోపిక్ విధానాన్ని ప్రామాణికంగా ఉపయోగిస్తున్నారని తెలిపారు. నిర్మల ఆసుపత్రి కేంద్రంగా లాప్రోస్కోపిక్ ఆపరేషన్లు నిర్వహించేందుకు ఎం. ఓ. యు దోహద పడుతుందని తెలిపారు. ఈ సమావేశంలో నిర్మల హాస్పిటల్ వైద్యులు డాక్టర్ బి. శృతి తదితరులు పాల్గొన్నారు.



బాలాంజనేయ స్వామికి పూజలు

జయభేరి, దేవరకర్త :

మహబూబ్ నగర్ జిల్లా కేంద్రంలోని వన్ టౌన్ సమీపంలోనున్న రాంనగర్ లోని శ్రీ బాల ఆంజనేయ స్వామి దేవాలయంలో మంగళవారం ప్రత్యేక పూజలు నిర్వహించారు. స్వామివారిని అలంకరించి దేవస్నానం ఆర్యకూడు రాజమూరి హనుమేష్ చారి ఆధ్వర్యంలో ఈ పూజలు నిర్వహించారు. వివిధ అభిషేకాలు, ఆర్యసలు తదితర పూజలు నిర్వహించారు. ఈ కార్యక్రమంలో భక్తులు అధిక సంఖ్యలో పాల్గొన్నారు. విశేష దినోత్సవ సందర్భంగా స్వామివారి మూల విరాట్ ను సర్వాంగ సుందరంగా అలంకరించారు.

నేడు దేవరకర్త ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ పర్యటన



జయభేరి, దేవరకర్త :

మహబూబ్ నగర్ జిల్లా దేవరకర్త నియోజకవర్గం లోని ఆయా మండలాలలో ఐదువారం దేవరకర్త ఎమ్మెల్యే జి. మధుసూదన్ రెడ్డి (జిఎంఆర్) పర్యటింపనున్నారు. ఈ సందర్భంగా ముందుగా ఉదయం 9:30 గంటలకు భూత్పూర్ మండలం బట్టపల్లిలో శివాలయం ధ్వజస్థంభం ప్రతిష్ఠాపన పూజా కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే పాల్గొంటారు. అలాగే మధ్యాహ్నం 12 గంటలకు కౌంట్ల మండల కేంద్రంలోని రైతు వేదికలో విత్తన మేర కార్యక్రమంలో కూడా ఎమ్మెల్యే పాల్గొంటారు. మధ్యాహ్నం 4 గంటలకు మదనాపూరు మండల కేంద్రంలోని రైతు వేదికలో కూడా విత్తనమేర కార్యక్రమంలో ఎమ్మెల్యే జిఎంఆర్ పాల్గొంటారు. కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు తెలిపారు. ఈ కార్యక్రమాలకు కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, మున్సిపాలిటీ చైర్మన్లు, వైస్ చైర్మన్లు, కౌన్సిల్లర్లు, మండల కాంగ్రెస్ పార్టీ అధ్యక్షులు అధిక సంఖ్యలో హాజరు కావాలని కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు కోరారు.

బిఆర్ఎస్ ఉండాలంటే.. చేసిన తప్పులకు క్షమాపణ చెప్పాలి

- ఎమ్మెల్యే రేపూరి ప్రకాష్ రెడ్డి
- ప్రజలు తీర్పు ఇచ్చినా కేటీఆర్ కు ఇంకా బుద్ధి రాలేదు
- అధికారంలో చేసిన తప్పులకు కేటీఆర్ జవాబు చెప్పాలి
- ఫామ్ హౌస్ రెడ్డిపై వచ్చిన ఆరోపణలకు పోచంపల్లి శ్రీనివాస్ రెడ్డి సమాధానం చెప్పాలి
- మాజీ ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల కవిత చేసిన ఆరోపణలకు ముందుగా జవాబు ఇవ్వండి
- కాకతీయ మెగా టెక్స్టైల్ పార్క్ అభివృద్ధిపై మాట్లాడినైతిక అర్థత బిఆర్ఎస్ కు లేదు
- రౌడీయజానికీ పరకాలలో స్థానం లేదు, ప్రశాంతమైన పాలన నా నిబద్ధత
- ప్రజల విశ్వాసమే నా విజయానికి బలం, ప్రజల మద్దతుతోనే గెలిచా, డబ్బులతో రాజకీయాలు చేయలేదు
- పాపాలు కడుక్కోవడానికి ఎమ్మెల్యే పోచంపల్లి శ్రీనివాస్ రెడ్డి కట్టు మిషన్ ను పంపిణీ చేస్తున్నారని
- పార్టీలకు అతీతంగా సంక్షేమ పథకాలను అందిస్తున్నాం



తప్పిదాలను కప్పిపుచ్చుకోవడానికేసిన, మాట్లాడి దాంట్లో వాస్తవం లేదన్నారూ, కెనీఆర్ అనే మూడు పదాలు లేనిది తెలంగాణ లేదని అంటున్న కేటీఆర్ పార్లమెంటులో తెలంగాణ బిల్లు పెట్టిన నాడు మీ అయ్యా ఎక్కడ పడుకున్నాడో అని అడిగారు. బిఆర్ఎస్ పాలనలో ఏం చేశారో చెప్పి దైర్ఘ్యం లేకనే తిట్ల పురాణం మొదలుపెట్టాలని, రైతులకు ఇచ్చిన వాగ్దానాలు మరిచిపోయి నిరుద్యోగ యువత ఉసురు పోసుకున్నారని అన్నారు. 16వేల కోట్ల మిగులు బడ్జెట్ తో ఉన్న రాష్ట్రాన్ని అప్పుల రాష్ట్రంగా చేసి మీరు మాత్రమే భాగస్వామి అని అన్నారు. ఇప్పటికైనా వాస్తవాలు ఒప్పుకోని ఉంటే రాజీయే ఎన్ని కలలో ఒకటో రెండో సీట్లు గెలుస్తారని కానీ జీరో గా మారారని అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రజా ప్రభుత్వం మీరు చేసిన అప్పులకు వడ్డీలు కట్టుకుంటూ ఆర్థిక వ్యవస్థను సర్దిబుతుంటూ రాష్ట్రంలో సంక్షేమ అభివృద్ధి కార్యక్రమాలను చేపడుతున్నామని అన్నారు. ఇప్పటికైనా మీ బిఆర్ఎస్ పార్టీ ఉనికిని కాపాడుకోవాలి అంటే బిఆర్ఎస్ పాలనలో చేసిన తప్పులను గుర్తించి ప్రజలకు క్షమాపణ చెప్పండి అని సలహా

ఇచ్చారు. పోచంపల్లి శ్రీనివాస్ రెడ్డి ఫామ్ హౌస్ రెడ్డిపై వచ్చిన ఆరోపణలకు సమాధానం చెప్పాలి, పోలీసు విచారణకు ఎందుకు హాజరయ్యారో ప్రజలకు వివరించాలి అన్నారు. మాజీ ఎమ్మెల్యే కల్వకుంట్ల కవిత సీ గురించి మాట్లాడిన విషయము మరిచిపోయామా పోచంపల్లి శ్రీనివాస్ రెడ్డి, నీ బందారాన్ని కవిత సాక్షాదారాలతో సహా చెప్పండి. మీ అవినీతిని కప్పిపుచ్చుకోవడానికే నాపై ఆరోపణలు చేయడం విలువలు లేకుండా ప్రవర్తించడమే అని అన్నారు. వరకొల్ గ్రామంలో కమ్యూనిటీ హాల్ కు ఎంపీ నిధులతో కట్టించి నీ సొంత డబ్బులతో కట్టినట్లుగా చెప్పి ప్రారంభించడం నీకు విలువలు ఎక్కడైనా ఉన్నాయా. సర్దుపేట లో నేను మూడుసార్లు ఎమ్మెల్యేగా గెలిచా హనుమకొండలో పోటీ చేశా ఓటింగ్ ఎంత పెరిగిందో తెలుసుకో 1994 కంటే ముందు ఉన్న నా ఆస్తులు ఇప్పుడు తరిగినవి పెరగలేదు. నీ వరకొల్ గ్రామంలో సర్దుపల్లి గెలిపించుకోవడానికే నీవు చేసిన దర్దెం ఏంటో, దిగజారి వ్యవహారించిన పద్ధతి ఏంటో ప్రజలకు తెలుసు అని అన్నారు. నీ పాపాలను కడుక్కోవడా

నికి కుట్టు మిషన్ పంపిణీ చేస్తున్నావ్, నీలాంటి దిగజారుడు వ్యక్తులతో చర్య రావడమా అని ప్రశ్నించారు. 100 బద్దను తిన్న రాబందు మాజీ ఎమ్మెల్యే చల్ల ధర్మా రెడ్డి మాట్లాడుతున్నాడని చంద్రగిరి రిగిట్టలో నీవు చేసిన నిర్యాకం ప్రజలకు తెలవదా అన్నారు. నిబద్ధత కలిగిన నిజాయితీగల వ్యక్తిని కాబట్టి నేను ఎక్కడ పోయాను ప్రజలు ఆదరిస్తున్నారని నేను ప్రజల మనిషిని కాబట్టి గెలుస్తున్నాను అని తెలిపారు. మీలాగా డబ్బులు ఇప్పుడు పెట్టి రాజకీయాలు చేయలేదు, నీ బిఆర్ఎస్ పార్టీ ప్రజలను మోసం చేసి పార్టీ అన్నారు. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో ప్రతి గ్రామంలో పార్టీలతో కలిసి ఇందిరమ్మ ఇల్లు ఇస్తున్నామని, నీవు ఎన్నికల ముందు మోసం చేయడానికీ గృహలక్ష్మి ఇండ్లు ఇచ్చారన్నారు. కాకతీయ మెగా టెక్స్టైల్ పార్క్ గురించి మాట్లాడినైతిక అర్థత మీకు లేదని, నేను టెక్స్టైల్ పార్కులో మౌలిక వసతులు కల్పించి అభివృద్ధి కృషి చేస్తున్నానన్నారు. 15 కోట్లు మీ బిఆర్ఎస్ పార్టీ తీసుకున్నది అబద్ధమా? కాంగ్రెస్ పనులు చేసి సంపాదించినది నిజం కాదా? అని ధర్మా రెడ్డిని నిలదీశారు. వారి దగ్గర టి కూడా తాగలేదని ఇది మా నిబద్ధత నిదర్శనమని అన్నారు. నియోజకవర్గ ప్రజలే నీ దోపిడీని బహిరంగంగా చర్చించుకున్న విషయం నిజం కాదా అని, రోడ్డు మీద పోయి కుక్కలతో చర్యకు మేము రాము అని అన్నారు. మేం నీ కార్యకర్తలను ఇబ్బంది పెడుతున్నామా కేటీఆర్? మీ పాలనలో మా కాంగ్రెస్ కార్యకర్తలపై అక్రమ కేసులు పెట్టారని అన్నారు. రౌడీయజానికీ ఇక్కడ తావు లేదు ప్రజలు ఎవరి బతుకులు వారు ప్రశాంతంగా బతికేలా నా పాలన ఉంటుంది అని నా నిబద్ధత నేను చేసిన అభివృద్ధిని ప్రశ్నించే అర్థత మీకు లేదు. మీ పాలనలో చేపట్టిన పనులకు బిల్లులు కూడా ఇప్పటికే నేను వచ్చిన తర్వాతనే కాంగ్రెస్ కర్తకు బిల్లులు ఇప్పించాను. కాంగ్రెస్ ప్రభుత్వంలో పనులు మేమే శంకుస్థాపనలు మేమే ప్రారంభోత్సవాలు చేస్తున్నాం. ప్రజలు వాస్తవాలు గ్రహిస్తున్నారని బిఆర్ఎస్ నాయకుల తీరు దొంగ దొంగ అన్నట్లుగా ఉందని అన్నారు.



విత్తన మేళాను ప్రారంభించిన చందుపల్లి రాజిరెడ్డి, ఏఎస్ఐ చైర్మన్

- ప్రభుత్వానికి రైతు సంక్షేమమే ధ్యేయం
- పరకాల, నడికుడ రైతు వేదికలో ఘనంగా విత్తన మేళా ప్రారంభం

పరకాల, నడికుడ మండలాల రైతు వేదికలో ఘనంగా విత్తన మేళాను ఏర్పాటు చేసి, విత్తన మేళాను అత్యంత విజయవంతంగా నిర్వహించారు. ఈ మేళాలో రైతులకు అవసరమైన అన్ని రకాల నాణ్యమైన విత్తనాలను అందుబాటులో ఉంచారు. వ్యవసాయ అధికారులు మాట్లాడుతూ రైతులందరూ ప్రభుత్వం కల్పిస్తున్న ఈ సదుపాయాన్ని అందుబాటులో ఉన్న నాణ్యమైన విత్తనాలను సద్వినియోగం చేసుకొని, ముందస్తు ప్రణాళికతో పంటలు చేసే పంటలు దిగుబడులు సాధించాలని కోచారు. అలాగే బోనస్ కు అనుకూలమైన పంటలను వేస్తూ అధిక లాభాలను అధిక దిగుబడులను పొందాలని, సకాలంలో రైతులకు నాణ్యమైన విత్తనాలను, ఆధునిక వసతులను కల్పిస్తూ ఎల్లప్పుడూ అందగా నిలుస్తున్న ముఖ్యమంత్రి రేవంత్ రెడ్డి, మంత్రి తమ్మల నాగేశ్వరరావు, స్థానిక పరకాల నియోజకవర్గ శాసనసభ్యులు రేపూరి ప్రకాష్ రెడ్డి లకు పరకాల, నడికుడ మండల రైతాంగం తరఫున హృదయపూర్వక కృతజ్ఞతలు తెలియజేశారు. ఈ కార్యక్రమంలో జిల్లా వ్యవసాయ అధికారులు, మండల వ్యవసాయ అధికారులు, కాంగ్రెస్ పార్టీ నాయకులు, ఫిల్డెలెజ్ యజమానులు, స్థానిక రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.

తెలంగాణ ప్రభుత్వం వెంటనే ఉద్యోగులకు, పెన్షనర్లకు నూతన హెల్త్ కార్డులు అందజేయాలి



జయభేరి, పరకాల, జూన్ 23:

దేవరకొండ ప్రభుత్వ పెన్షనర్స్ సమావేశంలో సహ అధ్యక్షులు గంగిడి దామోదర్ రెడ్డి, కార్యదర్శి అంకం చంద్రమౌళి మాట్లాడుతూ తెలంగాణ ప్రభుత్వం ఉద్యోగుల, పెన్షనర్ల వేల నిలజీతం నుండి 1.5 శాతం కోత విధించి ఇంత వరకు హెల్త్ కార్డులు అందజేయకపోవడం, విధివిధనలు రూపొందించకపోవడం, హాస్పిటల్స్ ఎన్నిక చేయకపోవడం వల్ల ఉద్యోగులు, పెన్షనర్స్ చాలా ఇబ్బంది పడుతున్నారు. కాబట్టి ముఖ్యమంత్రి, చీఫ్ సెక్రటరీ వెంటనే స్పందించి హెల్త్ కార్డులు, వైద్యశాలల లిస్ట్ అందజేయాలని కోరారు. కార్యదర్శి సభ్యుడు సహాయక సమన్వయకర్త రిజిస్ట్రేషన్ అండ్ ఇన్ ఫర్మేషన్ 63వ పుస్తకంలో వేడుక నిర్వహించడం జరిగింది. ఈ సందర్భంగా నందులాల మాట్లాడుతూ తన కుమారుడు అమెరికా నుండి జైల్ మాసంలో రాగానే మన సేవాసాధనమునుకు ఆర్థిక సహాయం చేస్తానని, నా పుట్టినరోజు ఇంక ఘనంగా నిర్వహించినందుకు మిత్రులకు ధన్యవాదములు తెలియజేశారు. పసందైనా భోజనము ఏర్పాటు చేసినారు. ఈ కార్యక్రమంనుకు కోశాధికారి పంగుసూరు లింగయ్య, ఉపాధ్యక్షులు ఆకులపల్లి బాణాజీ, సయ్యత్ కార్యదర్శి వనం బుచ్చయ్య, కార్యనిర్వాహక కార్యదర్శి మహమ్మద్ యూసుఫ్ పరీష్, కార్యవర్గం, కార్యదర్శన సభ్యులు, సభ్యులు, కుటుంబ సభ్యులు పాల్గొన్నారు.

దక్షిణ ఎనర్జీ కంపెనీలో ప్రమాద ఘటన స్థలాన్ని పరిశీలించిన మాజీ ఎమ్మెల్యే అదీష్ రాజ్



జయభేరి, పరవాడ:

పరవాడ మండలం జవహర్ లాల్ నెహ్రూ ఫార్మా సిటీ అనుకొని ఉన్న ఇండస్ట్రియల్ పార్కులో దక్షిణ ఎనర్జీ కంపెనీలో జరిగిన విషాదకర ప్రమాద ఘటన స్థలాన్ని పెండుర్ల మాజీ ఎమ్మెల్యే అదీష్ రాజ్ పరిశీలించారు. ఈ సందర్భంగా మాజీ ఎమ్మెల్యే అదీష్ రాజ్ మాట్లాడుతూ ప్రమాదంలో మరణించిన వారి కుటుంబ సభ్యులకు ప్రగాఢ సానుభూతిని తెలిపారు. ఇటువంటి ప్రమాదాలు పునరావృతం కాకుండా సేఫ్టీ ఆడిట్ తరచూ నిర్వహిస్తూ ఉద్యోగులకు భద్రత ప్రమాణాలు మరింత మెరుగైన అందించాలి. ప్రభుత్వం సంబంధిత శాఖల అధికారులతో కలిసి విజిలెన్స్ మానిటరింగ్ కమిటీ నియమించి తరచూ బద్రత ప్రమాణాలు పై తనిఖీలు చేయాలి. ఈ విషాద సమయంలో వైఎస్సార్ సి బాధిత కుటుంబానికి అందగా ఉండందని అన్ని అన్నారూ వారితో పాటు మండల పార్టీ అధ్యక్షుడు కోన రామారావు, పరవాడ ప్రెస్ ఎంపీపీ బంధం నాగేశ్వరరావు, బోధాపు చినారావు, మాజీ ఎంపీఎంకె డైరెక్టర్ దళాయ నదియా, పెద్దితెల్లి శేఖర్, బోండా కనక రావు, మెంత్రి మహేష్, పద్మాది అప్పలరాజు, కరెన్ సర్పింగ్ రావు, గొన్న హేమ చంద్ర తదితరులు ఉన్నారు.

వాహనదారులకు ఇబ్బంది లేకుండా చర్యలు తీసుకోవాలి

- కొత్తూరు అండర్ పాస్ ను పరిశీలించిన పూర్వ సీటీ పోలీస్ కమిషనర్ తరుణ్ జోషి
- హాజరైన డి.సి.పి శిరీష రామవేందర్, ఏ.సి.పి లక్ష్మీనారాయణ

జయభేరి, పాద నగర్, జూన్ 23:

రంగారెడ్డి జిల్లా కొత్తూరు మండల పరిధిలో వర్షాకాలంలో అండర్ పాస్ లో నీరు నిల్వకుండా మండల చర్యలు తీసుకుంటామని పూర్వ సీటీ పోలీస్ కమిషనర్ తరుణ్ జోషి సూచించారు. సోమవారం కొత్తూరు మున్సిపాలిటీలో అండర్ పాస్ ను పూర్వ సీటీ పోలీస్ కమిషనర్ తరుణ్ జోషి, డి.సి.పి శిరీష రామవేందర్, ఏ.సి.పి లక్ష్మీనారాయణ, వాహనదారులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా



చి నేషనల్ హైవే అడ్వైజరీ భాను ప్రకాష్ కు పలు సూచనలు చేశారు. ఈ సందర్భంగా పూర్వ సీటీ పోలీస్ కమిషనర్ తరుణ్ జోషి మాట్లాడుతూ.... వర్షాకాల దృష్ట్యా, వాహనదారులకు ఎలాంటి ఇబ్బందులు తలెత్తకుండా



ABVP పిలుపుతో విజయవంతమైన పాఠశాలల బండ్

- డిఆర్ఎస్ (DRS) ప్రైవేట్ పాఠశాల ఫర్వీడర్ ధ్వంసం చేసిన - ఏ.బీ.పీ.పీ

జయభేరి, దేవరకొండ:

ప్రభుత్వం విద్యార్థుల సమస్యలపై వెంటనే స్పందించాలి - తెలంగాణ రాష్ట్ర హాస్పిటల్స్ కో కన్వీనర్ యలమల గోపీచంద్. అఖిల భారతీయ విద్యార్థి పరీషత్ (ABVP) రాష్ట్రవ్యాప్త పాఠశాల బండ్ పిలుపు మేరకు ఈరోజు ఏ.బీ.పీ.పీ. దేవరకొండ శాఖ పరిధిలో ప్రైవేట్ పాఠశాల ప్రభుత్వ పాఠశాలల విజయవంతంగా బండ్ నిర్వహించబడ్డాయి. ఇందులో భాగంగా దేవరకొండ పరిధిలోని డిఆర్ఎస్ (DRS) అనే ఒక్క ప్రైవేట్ యాజమాన్యం సమాచారా లోపంతో పాఠశాల సడమా అక్కడికి ఏ.బీ.పీ.పీ. కార్యకర్తలు వెళ్లి పాఠశాల ఫర్వీడర్ ధ్వంసం చేయడం జరిగింది. అదేవిధంగా విద్యారంగంలో నెలకొన్న సమస్యలను పరిష్కరించాలని, విద్యార్థుల భవిష్యత్తుకు భరోసా కల్పించాలని డిమాండ్ చేస్తూ ఈ బండ్ పిలుపును విజయవంతం చేశారు. ఈ సందర్భంగా రాష్ట్ర హాస్పిటల్స్ కో కన్వీనర్ వెలమల గోపీచంద్ మాట్లాడుతూ, విద్యార్థుల హక్కులు మరయు నాణ్యమైన విద్య కోసం ABVP నిరంతరం పోరాటం చేస్తోందని తెలిపారు. రాష్ట్ర ప్రభుత్వం విద్యారంగ సమస్యలను నిర్ణయం చేయకుండా వెంటనే స్పందించే తగిన చర్యలు తీసుకోవాలని డిమాండ్ చేశారు. డిమాండ్స్ 27,000 ల ప్రభుత్వ స్కూళ్లలో 23,000 ల స్కూళ్లను మూసివేసామన్న ముఖ్యమంత్రి ప్రకటనను వెంటనే ఉపసంహరించుకోవాలి. ప్రైవేట్, కార్పొరేట్ స్కూళ్లలో విద్యలవిడి పీజిల దోపిడీని అరికట్టి, పీజిల నియంత్రణ చట్టం తీసుకురావాలి. ఖాళీగా ఉన్న MEO, DEO పోస్టులతో పాటు టీచింగ్, నాన్ టీచింగ్ పోస్టులను వెంటనే భర్తీ చేయాలి. ప్రభుత్వ పాఠశాలలో మౌలిక వసతులు కల్పించాలి. ప్రభుత్వ పాఠశాలల విద్యార్థులకు అందించే యూనిఫామ్స్ వెంటనే అందించాలి. గురుకుల పాఠశాలలకు చక్కా భవనాలు నిర్మించాలి. ఫుడ్ పాయిజన్ కి తావులేకుండా విద్యార్థులకు నాణ్యమైన భోజనాన్ని అందించాలి. ప్రైవేట్ స్కూళ్లలో మేనేజ్ మెంట్ అధికారంలో నడుస్తున్న బుక్స్, యూనిఫామ్స్ విక్రయాలను నిషేధించాలి. రాష్ట్ర వ్యాప్తంగా అన్ని ప్రభుత్వ స్కూళ్లలో ట్రోక్ ఫాస్ట్ స్కీమ్ తక్షణమే అమలు చేయాలి. విద్యార్థుల సమస్యలు ఛార్జిగా పరిష్కరించే వరకు ABVP ఆధ్వర్యంలో ఆందోళనలు మరింత ఉద్ధృతం చేస్తామని హెచ్చరించారు. ఈ కార్యక్రమంలో ఏ.బీ.పీ.పీ. సగ జాయింట్ సెక్రటరీ గుండాల శివరామరాజు, యలమల హేమ సుందర్, లింగాల రాజేష్, ఇస్లాంత్ రామ్ చరణ్, సాయి, బిట్టూ, హరి, అరవింద్, శివ, రోహిత్, రాము తదితరులు పాల్గొన్నారు.

సమాజంలో వితంతువులు దైర్యంగా బ్రతకాలి

- దంతాలపల్లి ఎస్సె రవికుమార్

జయభేరి, దంతాలపల్లి, జూన్ 23:

బాలవికాస ఆధ్వర్యంలో అంతర్జాతీయ వి తంతువుల దినోత్సవం సందర్భంగా ఉమ్మడి మండలంలోని దంతాలపల్లి గ్రామంలో 150 మంది 14 గ్రామాల నుండి దంతాలపల్లి పడవల గూడెం డాబ్బు నరసింహుల పేట పెద్ద నాగారం చిల్డ్రన్ కార్యకర్తల సంఘం పెద్ద ముప్పారం రామవరం కుమార్ కుంట్ల చేపు ని ప్రాంతంలో గున్సేపల్లి అగపేట గ్రామాల నుండి వచ్చినటువంటి వారితో వితంతువుల దినోత్సవం జరిగింది. దీనిలో భాగంగా స్థానిక ఎస్సె రవికుమార్ పాల్గొని మాట్లాడుతూ ఎంతో మంది వితంతువులు చాలా బాధపడుతుంటారు వారికి నేను అందగా నిలబడతాను ఎలాంటి సమస్య వచ్చినా వాళ్లకి నేను సహాయం చేస్తాను ఎలాంటిదైనా చేస్తానని చెప్పడం జరిగింది. సమాజంలో వితంతువు



లు దైర్యంగా బ్రతకాలని చెప్పడం జరిగింది ఈ కార్యక్రమానికి వీరబోయిన సుధాకర్ మాట్లాడుతూ బాలవికాస ఎస్సె కార్యక్రమాలను చేస్తూ గ్రామాలను అభివృద్ధి చేస్తూ ఇలాంటి కార్యక్రమాలను కూడా చాలా చేస్తూ ఇట్లాంటి ట్రోక్ గా ఎలాంటి గవర్నమెంట్ కూడా చేయని పని బాలవికాస చేస్తారని ఇంత అద్భుతంగా చేసిన బాలకృకు ధన్యవాదాలు అని చెప్పడం జరిగింది వితంతువులందరికీ కోఆర్డినేటర్స్ కందుసూరి సుకర్ష మార్గం శోభారాణి స్వ

గుడిపల్లి పిఎస్ఎస్ లో సెల్ పాయింట్ ను ప్రారంభించిన పిఎస్ఎస్ చైర్మన్, గ్రామ సర్పంచ్

జయభేరి, గుడిపల్లి:

గుడిపల్లి మండలం లో గుడిపల్లి పిఎస్ఎస్ లో సెల్ పాయింట్ ను ప్రారంభించిన పిఎస్ఎస్ చైర్మన్ తేదా మణిపాల్ రెడ్డి, గ్రామ సర్పంచ్ కున్ రెడ్డి రాజశేఖర్ రెడ్డి గుడిపల్లి మండలం అగ్రకల్చర్ ఆఫీసర్ రాజు సంబంధిత



రైతులకు యూరియా బుకింగ్ చేసుకున్న వారికి యూరియా అందించడం జరిగింది. ఈ కార్యక్రమంలో పిఎస్ఎస్ సీఈఓ, ప్రభాకర్, సింగరాజు పల్లి సర్పంచ్ సూరభోయిన శ్రీనివాస్, గుడిపల్లి ఉపసర్పంచ్ ఆర్యపల్లి

శ్రీనియ్య, ఉమ్మడి పీపి పల్లి వైస్ ఎంపీపీ ఆర్యపల్లి సరత నరసింహ, పిఎస్ఎస్ డైరెక్టర్ సైదులు, మాజీ సీఈఓ వెంకటేశ్వర్ రెడ్డి, గుడిపల్లి మండల రైతులు తదితరులు పాల్గొన్నారు.



వర్షాకాలంలో బట్టల దుర్వాసనతో ఇబ్బందా?

వర్షాకాలంలో దుస్తులు త్వరగా ఆరకపోవడం, వాటి నుంచి దుర్వాసన రావడం చాలా సాధారణం. తేమతో కూడిన వాతావరణం వల్ల ఈ సమస్య ఎదురవుతుంది. అయితే, కొన్ని సులభమైన చిట్కాలను పాటిస్తే, ఈ దుర్వాసనను సులభంగా దూరం చేసుకోవచ్చు. వర్షాకాలం వచ్చిందంటే చాలు, వాతావరణం చల్లగా, తేమగా మారుతుంది. ఈ సమయంలో దుస్తులు ఆరడానికి చాలా సమయం పడుతుంది.

మూడు, నాలుగు రోజులు గడిచినా బట్టలు తడిగా ఉండిపోవడం, వాటి నుంచి చెడు వాసన రావడం చాలామందికి ఎదురయ్యే సమస్య.

- ఎంత పెర్ఫ్యూమ్ కొట్టినా ఆ వాసన వదలదు, ఫలితంగా ఆ దుస్తులు ధరించడం కష్టంగా మారుతుంది. అయితే, ఈ సమస్యకు కొన్ని సులభమైన పరిష్కారాలు ఉన్నాయి.
- 1. నిమ్మరసంతో దుర్వాసనకు చెక్:**
మీరు దుస్తులు ఉతికేటప్పుడు వాడెసర్ఫెట్ (డిటర్జెంట్లో) కొద్దిగా నిమ్మరసం కలపడం వల్ల దుర్వాసన రాకుండా ఉంటుంది. నిమ్మరసంలో ఉండే విటమిన్ సి వాసనను తొలగించడమే కాకుండా, దుర్వాసనకు కారణమయ్యే బ్యాక్టీరియాను కూడా చంపుతుంది. ఇది దుస్తులకు సహజమైన సువాసనను అందిస్తుంది.
 - 2. బేకింగ్ సోడా:**
దుస్తులు ఉతికే డిటర్జెంట్లో బేకింగ్ సోడా కలపడం వల్ల కూడా మంచి ప్రయోజనాలు కలుగుతాయి. బేకింగ్ సోడా ఒక అద్భుతమైన వాసననివారిణి. ఇది దుస్తులలోని చెడు వాసనలను గ్రహించి తొలగిస్తుంది. అలాగే, ఉతికిన తర్వాత దుస్తులకు మంచి సువాసన కోసం కంపార్ట్ వంటి ఫ్యాబ్రిక్ సాస్టెనెన్లను ఉపయోగించడం వల్ల కూడా మంచి ఫలితాలు ఉంటాయి.
 - 3. కర్పూరం బిళ్ళతో సువాసన:**

- 4. వాషింగ్ మెషిన్, డ్రైయర్ వాడకం:**
ఈ రోజుల్లో చాలామంది వాషింగ్ మెషిన్, డ్రైయర్లను ఉపయోగిస్తున్నారు. ఇవి దుస్తులను త్వరగా ఆరబెట్టడంలో సహాయపడతాయి. అయితే, కొన్నిసార్లు డ్రైయర్ వాడినా కూడా తేమ వల్ల దుర్వాసన రావచ్చు. పైన చెప్పిన చిట్కాలు వాషింగ్ మెషిన్లో ఉతికిన దుస్తులకు కూడా వర్తిస్తాయి. డ్రైయర్లో ఆరబెట్టిన తర్వాత కూడా తేలికపాటి దుర్వాసన అనిపిస్తే, ఈ నిమ్మరసం, బేకింగ్ సోడా లేదా కర్పూరం చిట్కాలను పాటించవచ్చు. ఈ చిన్న చిన్న చిట్కాలను పాటించడం ద్వారా వర్షాకాలంలో మీ దుస్తులు తాజాగా, సువాసనభరితంగా ఉండేలా మారుకోవచ్చు.



పండ్లను కోసిన తర్వాత ఎంతసేపట్లో తినాలి..?

పండ్లు మన ఆరోగ్యానికి ఎంత మంచివో మనందరికీ తెలుసు. డాక్టర్లు సైతం ఆహారంలో పండ్లను చేర్చుకోవాలని చెబుతారు. కానీ చాలా మంది పండ్లను కోసి కొన్ని గంటల తర్వాత తింటారు. అయితే కోసిన తర్వాత ఎంతసేపట్లో తినాలి తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం. లేకపోతే అది మన శరీరం పై చెడు ప్రభావాన్ని చూపుతుంది.

పండ్లు మన శరీరానికి మంచివని అందరికీ తెలుసు. ప్రతిరోజు పండ్లను తినడం ఆరోగ్యానికి మంచిది. విటమిన్లు, మినరల్స్, యాంటీఆక్సిడెంట్లు, ఫైబర్ వంటివి పండ్లలో సమృద్ధిగా ఉంటాయి. పండ్లు తినడం వల్ల అనేక ఆరోగ్య ప్రయోజనాలు లభిస్తాయి. ప్రతి ఒక్కరూ తమ ఆహారంలో పండ్లను చేర్చుకోవాలని వైద్యులు సూచిస్తారు. కొన్నిసార్లు మనం పండ్లను కోసి అలాగే ఉంచుతాం. ఆఫీసులు, ఏదైన ప్రయాణ సమయాల్లో కోసి తీసుకెళ్తుంటారు. కొంతమంది కోసి ఫ్రిజ్లో పెడతారు. కొన్ని గంటల తర్వాత వాటిని తింటారు. కానీ కోసిన పండ్లను ఎంతసేపట్లో తినాలి..? అది ఎంతకాలం మంచిగా ఉంటుంది అనేది చాలా మందికి తెలియదు. ఇవి తెలుసుకోవడం చాలా ముఖ్యం.

పండ్లు తినడానికి సరైన సమయం ఏమిటి?
పండ్లను ఏ సమయంలో తిన్నా మంచిదైనని నిపుణులు అంటున్నారు.

రు. అయితే కొన్నింటిని ఉదయం ఖాళీ కడుపుతో, మరికొన్నింటిని రాత్రి వేళలో తినకూడదని చెబుతారు. ఏదైనా సరే మితంగా తీసుకుంటే ఆరోగ్యానికి మంచిదని అంటున్నారు.

కోసిన తర్వాత ఎంతసేపట్లో తినాలి..?
కోసిన వెంటనే పండ్లు చేడిపోవు. కానీ వాటిని ఎంత త్వరగా తింటే అంత మంచిది. నిజానికి కోసిన పండ్లలో ఇన్వెక్షన్ ప్రమాదం పెరుగుతుంది. వేసవి, వర్షాకాలం సూక్ష్మజీవుల పెరుగుదలకు ఉత్తమ సమయాలు. ఈ సీజన్లలో కోసిన పండ్ల వల్ల ఇన్వెక్షన్ ప్రమాదం ఎక్కువగా ఉంటుంది. కాబట్టి ఎక్కువసేపు నిల్వ చేయకుండా వీలైనంత త్వరగా వాటిని తినాలి. పండ్ల నుండి అన్ని పోషకాలను పొందడానికి వాటిని కోసిన అరగంట్లోపు తినడం ఎల్లప్పుడూ మంచిదని ఆరోగ్య నిపుణులు అంటున్నారు.



మహిళలు.. ఈ వ్యాయామాలతో పీరియడ్స్ నొప్పి దూరం..
ఋతుక్రమ నొప్పి నుండి ఉపశమనం పొందడానికి సున్నితమైన వ్యాయామం గొప్ప మార్గం. కొన్ని ప్రభావవంతమైన వ్యాయామాలలో పెల్విక్ టిల్ట్లు, నడుము, గ్లాట్ స్ట్రెచింగ్లు, పిల్లల భంగిమ వంటి యోగా భంగిమలు ఉన్నాయి. నడక, ఈత, తేలికపాటి కార్డియో కూడా రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరచడం, సహజ నొప్పి నివారణ మందులుగా పనిచేసే ఎండార్బిన్లను విడుదల చేయడం ద్వారా సహాయపడతాయి.

- పెల్విక్ టిల్ట్ :**
మీ మోకాళ్లను వంచి, పొడాలను నేలపై ఉంచి మీ వీపు మీద పడుకోండి. మీ పొత్తికడుపు కండరాలను నిమగ్నం చేస్తూ, మీ పెల్విస్ను మెల్లగా పైకి వంచండి. కొన్ని సెకన్ల పాటు అలాగే ఉండి, ఆపై విశ్రాంతి తీసుకోండి. దీన్ని 1015 సార్లు పునరావృతం చేయండి. ఇలా చేస్తే ఋతుక్రమ నొప్పి నుంచి బయటపడవచ్చు.
- నడుము కింది భాగం, గ్లాట్ స్ట్రెచ్:**
మీ కుడి పొడాన్ని ముందుకు, ఎడమ పొడాన్ని వెనుకకు ఉంచి, మడమను పైకి లేపి ప్రార్థించండి. మీ ముందు మోకాలిని వంచి, మీ చేతులను తలపైకి చాచండి. సాగదీసేటప్పుడు మీ తుంటిని కుడి వైపుకు బయటికి కదిలించండి. దీనివల్ల పీరియడ్ పెయిన్ దూరం అవుతుంది.
- పిల్లల భంగిమ:**
నేలపై మోకరిల్లి మీ మడమల మీద తిరిగి కూర్చోండి. ముందుకు వంగి, మీ మొందెను మీ తొడల మధ్య ఉంచండి. మీ చేతులను ముందుకు చాచండి లేదా వాటిని మీ వైపులా విశ్రాంతి తీసుకోండి. ఈ భంగిమను కొన్ని నిమిషాలు పట్టుకోండి. ఈ భంగిమ ద్వారా ఋతుక్రమ నొప్పి నుంచి ఉపశమనం లభిస్తుంది.

ఇతర ఉపయోగకరమైన వ్యాయామాలు:
సున్నితమైన యోగా భంగిమలు కండరాలను నడలించడానికి మరియు ఉద్రిక్తతను తగ్గించడానికి సహాయపడతాయి. చురుకైన నడక రక్త ప్రసరణను మెరుగుపరుస్తుంది మరియు నొప్పిని తగ్గిస్తుంది. నీటిలో ఈత సామర్థ్యం మద్దతు. సున్నితమైన వ్యాయామాన్ని అందిస్తుంది. కొన్ని పైలేట్స్ వ్యాయామాలు కోర్ కండరాలను బలోపేతం చేస్తాయి మరియు భంగిమను మెరుగుపరుస్తాయి.

ముఖ్యమైన విషయాలు:
ఏదైనా వ్యాయామం నొప్పిని కలిగిస్తే, అగి విశ్రాంతి తీసుకోండి. భారీ వ్యాయామాలు కొన్నిసార్లు తిమ్మిరిని మరింత తీవ్రతరం చేస్తాయి. పుష్కలంగా నీరు త్రాగడం వల్ల కండరాల తిమ్మిరిని నివారించవచ్చు. హీటింగ్ ప్యాటీ చేయడం లేదా వెచ్చని స్నానం చేయడం కూడా ఉపశమనం కలిగిస్తుంది.



కాజు ఆఫర్ కోర్టును... కృష్ణ భారమే..

తెలుగులో చేసింది తక్కువ సినిమాలే అయినా మంచి క్రేజ్ తెచ్చుకుంది. గతంలో ఈ అమ్మడు చేసిన కామెడీ ఇప్పుడు వైరల్ గా మారింది. నివేదా పేతురాజ్. ఈ చిన్నది తన అందంతో పాటు నటనతో తెలుగు ప్రేక్షకులకు దగ్గరయింది. శ్రీవిష్ణు హీరోగా నటించిన మెంటల్ మదిలో అనే సినిమాతో హీరోయిన్ గా తెలుగు ప్రేక్షకులకు పరిచయం అయ్యింది నివేదా పేతురాజ్. తొలి సినిమాతోనే నటన పరంగా మంచి మార్కులు కొట్టింది. మెంటల్ మదిలో సినిమా తర్వాత చిత్ర లహరి సినిమాలో సెకండ్ హీరోయిన్ గా చేసింది ఈ అమ్మడు. ఆ సినిమా మంచి విజయాన్ని అందుకుంది. దాంతో నివేదా పేతురాజ్ క్రేజ్ పెరిగింది. ఆ తర్వాత ప్రోచేవారెడరుగా సినిమా చేసింది. అలాగే ఐకాన్ స్టార్ అల్లు అర్జున్ హీరోగా నటించిన అల వైకుంఠపురములో సినిమాలోనూ సెకండ్ హీరోయిన్ గా చేసింది. ఈ సినిమా తర్వాత ఐడీ మేరీ, విరాట పర్వం, దాస్ కా ధమ్మీ, బా, పరువు సినిమాలతో ప్రేక్షకులను ఆకట్టుకుంది. ఆ తర్వాత సినిమాలకు చిన్న ప్రాజెక్టు ఇచ్చింది నివేదా పేతురాజ్.. మొన్నామధ్య తన ప్రియుడిని పరిచయం చేసింది. కానీ ఆ తర్వాత ఈ ఇద్దరూ బ్రేకప్ చెప్పుకున్నారు. ఇప్పుడు తిరిగి సినిమాలో బిజీగా మారింది నివేదా పేతురాజ్. ఇటీవలే సింగ్ గీతం సినిమాలో నటించింది. ఇక ఇప్పుడు ఈ అమ్మడికి మరో క్రేజ్ అధికం వచ్చిందని తెలుస్తుంది. ఎనర్జిటిక్ హీరో రామ్ పోలిసేని నటిస్తున్న కొత్త సినిమాలో నివేదా పేతురాజ్ హీరోయిన్ గా నటిస్తుందని తెలుస్తుంది. గతంలో ఈ ఇద్దరూ కలిసి రెడ్ సినిమాలో నటించారు. ఆ సినిమాలో నివేదా పేతురాజ్, పోలిసేని ఆఫీసర్ గా నటించింది. ఇక ఇప్పుడు రామ్ సరసన హీరోయిన్ గా నటిస్తుందని తెలుస్తుంది



పద్యశ్రీ పురస్కారాలు అందుకున్న మురళీమోహన్, రాజేంద్రప్రసాద్

న్యూఢిల్లీ : కేంద్ర ప్రభుత్వం ఈ ఏడాది గణతంత్ర దినోత్సవాన్ని పురస్కరించుకుని పద్య అవార్డులు 2026ను ప్రకటించిన విషయం తెలిసిందే. వివిధ రంగాల్లో విశేష సేవలందించేవారికి ఇచ్చే పద్య పురస్కారాల వేడుక రాష్ట్రపతి భవన్ లో జరుగుతోంది. గత నెల 25న 66 మంది ప్రముఖులకు రాష్ట్రపతి అవార్డులను అందజేయగా.. ఇవాళ 47 మందికి అవార్డులు ప్రదానం చేస్తున్నారు. సినీ రంగం నుంచి ప్రముఖ తెలుగు నటులు రాజేంద్ర ప్రసాద్, మురళీ మోహన్ రాష్ట్రపతి ద్రౌపది ముర్ము చేతుల మీదుగా పద్యశ్రీ పురస్కారాన్ని అందుకున్నారు. మలయాళ స్టార్ యాక్టర్ మమ్మూట్టికి పద్యమాపణ్, తమిళ నటుడు ఆర్ మాధవన్ లకు పద్యశ్రీ పురస్కారాన్ని రాష్ట్రపతి అందజేశారు.

తెలంగాణ నుంచి ఏడుగురు..
తెలంగాణ నుంచి ఏడుగురికి పద్యశ్రీ పురస్కారాలు దక్కాయి. వీరిలో గడ్దమూగు చంద్రమౌళి (సైన్స్), దీపికా రెడ్డి (నృత్యకారిణి), గూడూరు వెంకట్రావు (వైద్యం), కృష్ణమూర్తి బాల సుబ్రహ్మణ్యం (సైన్స్, ఇంజనీరింగ్), కుమారస్వామి తంగరాజు (సైన్స్, ఇంజనీరింగ్), పాల్వోండ విజయ్ ఆనంద్ రెడ్డి (వైద్యం), రామారెడ్డి మామిడి (పురణానంతరం) (ప్రశు సంపర్క, పాడి పరిశ్రమ) ఉన్నారు. యూజీసీ మాజీ చైర్మన్ మామిడాల జగదీశ్ కుమార్ కు ఢిల్లీ కోట్లాలో పద్య శ్రీ వరించింది. ఏపీ నుంచి నటుడు గడ్డె బాబూ రాజేంద్రప్రసాద్ (కళలు), మాగంటి మురళీ మోహన్ (కళలు), గరిమెళ్ల బాలకృష్ణ ప్రసాద్ (కళలు), వెంపటి కుటుంబ శాస్త్రి (సాహిత్యం) కి పద్యశ్రీ ప్రకటించారు.

ప్రియదర్శి ఇడుపు కాయితం?



ప్రియదర్శి హీరోగా తెలంగాణ నేపథ్య కథాంశంతో ఓ సినిమా రాబోతున్న విషయం తెలిసిందే. ఈ చిత్రం ద్వారా జానపద నృత్యకారిణి నాగదుర్గ కథానాయికగా పరిచయమవుతున్నది. వంటి రెడ్డి దర్శకత్వం వహిస్తున్న ఈ చిత్రాన్ని ప్రముఖ దర్శకుడు సుకుమార్, నిర్మాత బిస్మిల్ వాసు తెరకెక్కించబోతున్నారు. ఈ నెల 25న ఈ సినిమా లాంఛనంగా ప్రారంభం కానుంది. తాజా సమాచారం ప్రకారం ఈ ప్యామిలీ ఎంటర్టైన్మెంట్ 'ఇడుపు కాయితం' అనే బ్లటిల్ పరిశీలనలో ఉందని తెలిసింది. భార్యభర్తల అనుబంధం నేపథ్యంలో వినోదం, భావోద్వేగాల కలబోతగా ఈ చిత్రాన్ని రూపొందించబోతున్నారని, కథానుగుణంగా అదే బ్లటిల్ ఖరారు చేయబోతున్నారని ఫిల్మ్ మేనగర్ టాక్. అయితే ఈ వార్తలో నిజమెంతో తెలియాలంటే చిత్రబృందం నుంచి అధికారిక ప్రకటన రావాలి.

అర్ధరాత్రి బర్త్ డే సెలబ్రేషన్ తో క్లారిటీ ఇచ్చిన త్రిష..



తమిళ సినీ పరిశ్రమలో గత కొంతకాలంగా ఎక్కువగా వినిపిస్తున్న పేర్లు విజయ్, త్రిష, వీరధర్ మధ్య స్నేహానికి మించి ప్రత్యేక మైన అనుబంధం ఉందనే ప్రచారం చాలా కాలంగా జరుగుతోంది. అయితే ఇంతకాలం కేవలం రూమర్స్ కే పరిమితమైన ఈ వార్తలు తాజాగా మరోసారి సోషల్ మీడియాలో పెద్ద చర్చకు దారితీశాయి. గత కొన్ని నెలలుగా విజయ్ వ్యక్తిగత జీవితానికి సంబంధించిన వార్తలు తరచూ వెలుగులోకి వస్తున్నాయి. ముఖ్యంగా ఆయన కుటుంబ జీవితానికి సంబంధించి వివరాల తర్వాత త్రిష, విజయ్ కలిసి పలుమార్లు కనిపించడం అభిమానుల్లో ఆసక్తిని పెంచింది. వివిధ కార్యక్రమాల్లో అర్ధరాత్రి కలిసి కనిపించడం, విజయ్ కుటుంబ సభ్యులతో త్రిష సన్నిహితంగా ఉండడం, వ్యక్తిగత వేడుకల్లో పాల్గొనడం వంటి అంశాలు వీరి రిలేషన్షిప్ మరింత చర్చకు దారితీశాయి. అయితే విజయ్ పుట్టినరోజు సందర్భంగా త్రిష సోషల్ మీడియాలో శుభాకాంక్షలు తెలియజేయకపోవడం అభిమానులను ఆశ్చర్యానికి గురి చేసింది. అంతేకాకుండా సోషల్ మీడియాలో విజయ్ ను అన్ ఫాలో చేశారనే వార్తలు కూడా వైరల్ అయ్యాయి. దీంతో వీరధర్ మధ్య దూరం పెరిగిందా? ఇప్పటికే విడిపోయారా? అనే ఊహాగానాలు సోషల్ మీడియాలో పెద్ద ఎత్తున చక్కర్లు కొట్టాయి. అయితే ఆ రూమర్స్ నిండితీ త్రిష ఒక్క ఫోటోతోనే సమాధానం ఇచ్చినట్టైంది. విజయ్ పుట్టినరోజు వేడుక సందర్భంగా అర్ధరాత్రి నిర్వహించిన సెలబ్రేషన్ కు సంబంధించిన ప్రత్యేక ఫోటోను త్రిష తన సోషల్ మీడియా ఖాతాలో పంచుకుంది. ఆ ఫోటోలో విజయ్,



శ్రీముఖ్ రిష్టేతో వైరల్ అవుతున్న వీడియో..

మా ఇంటి బంగారం సినిమాపై ప్రేక్షకులతో పాటు సినీ ప్రముఖులు కూడా ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. సమంత బ్లాక్ బస్టర్ హిట్ అందుకోవడం పై సర్వత్రా ప్రశంసలు కురిపిస్తున్నారు. అలాగే సమంత నటనను కొనియాడుతున్నారు. యాక్టింగ్ తో పాటు యాక్షన్ సీన్స్ లోనూ అదరగొట్టారు సామ్. సమంతతో పాటు యాంకర్ శ్రీముఖ్ కూడా ఈ సినిమాలో కీలక పాత్ర పోషించారు. అమె తన నటనతో ఆడియన్స్ ను కట్టిపడేసిందనే చెప్పాలి. శ్రీముఖ్ యాంకర్ గానే కాదు సినిమాల్లోనూ నటించింది. ప్రేమ ఇమ్మో కాదల్, జాలాయి, లైఫ్ ఈజ్ బ్యాటివుల్, బోకా శంకర్ వంటి సినిమాల్లో నటించి మెప్పించింది. తాజాగా మా ఇంటి బంగారం సినిమాతో మంచి గుర్తింపు తెచ్చుకుంది ఈ చిన్నది. దాంతో శ్రీముఖ్ కి పరుస అఫర్స్ క్యా కట్టడం భాయం అంటూ కామెంట్స్ వినిపిస్తున్నాయి. ఇక మా ఇంటి బంగారం సినిమా గురించి సోషల్ మీడియాలో రకరకాల రీల్స్, వీడియోస్ వైరల్ అవుతున్నాయి. తాజాగా ఓ రీల్ పై శ్రీముఖ్ స్పందించింది. ఓ మహిళ తన భర్తతో కలిసి రీల్ చేసి సోషల్ మీడియాలో షేర్ చేసింది. దీనికి శ్రీముఖ్ కామెంట్ చేసింది. నా భర్త నన్ను సినిమాకు తీసుకెళ్లడం లేదు శ్రీముఖ్ గారు మీరైనా కామెంట్ చేసి చెప్పండి అని ఆ మహిళ వీడియోలో రిక్వెస్ట్ చేసింది. దానికి శ్రీముఖ్ కామెంట్ చేస్తూ తీసుకెళ్లండి పాపం అని రాసుకొచ్చింది. దాంతో ఈ వీడియో కాస్త వైరల్ అవుతుంది.